



Planes de lecciones PErfect

Guía para la planificación de clases de educación física para niños con autismo



Co-funded by
the European Union



léargas

NOMBRE DEL PROYECTO

Una formación sobre autismo y gestión del comportamiento para profesores de educación física

Número de proyecto: KA220-SCH-D6D31EDD

Descargo de responsabilidad

Este proyecto ha sido financiado por la Unión Europea a través del programa ERASMUS +. El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Página web: <https://perfectproject.org/>

Contacto: Info@Insideeu.eu

Contenido

Descargo de responsabilidad	2
Socios	5
Fijación de objetivos en los planes de lecciones.....	9
Modificaciones para alumnos diversos	10
Habilidades conductuales.....	11
B1 Sigue instrucciones de 1 paso en un grupo de 5 o más niños	11
B2 Sigue instrucciones de varios pasos cuando se las dan directamente al niño	16
B3 Comprende las normas básicas del aula	21
B4 Se acerca a un compañero para hacerle preguntas	24
B5 Responde a una pregunta.....	29
B6 Llega a la clase de educación física con los artículos apropiados	33
B7 Transiciones sin comportamiento desafiante o sin necesidad de ayuda.....	40
B8 Etiqueta los comportamientos y fija los objetivos.....	44
B9 Comunica deseos y necesidades	49
B10 Demuestra una nueva habilidad en un grupo de 5 o más niños.....	53
B11-13 Notas a los planes de lecciones	58
B11 A lo largo de la sesión de educación física, los alumnos adoptan comportamientos que favorecen el aprendizaje de todos los niños.....	61
B12 Permanece en el entorno de un grupo de 5 o más niños durante toda la sesión de educación física ..	66
B13 Responde a todas las preguntas/solicitudes presentadas por los compañeros durante una sesión de educación física	71
Habilidades motrices.....	76
M1 Que el alumno desarrolle sus habilidades motrices y su coordinación imitando diversas acciones motrices a la vez que practica habilidades sociales.....	76
M2 Salta sobre un pie a través de la habitación durante una distancia de al menos 7 metros sin caerse ...	86
M3 Lanza una pelota por encima de la cabeza desde 4 metros para golpear una diana de aproximadamente 1 metro.....	95
M4 Bota y atrapa una pelota de tenis con una mano.....	100
M4 Rebote de la pelota variaciones	104
M5 Patea una pelota inmóvil para que se desplace en el aire al menos 4 metros	105
M6 En 5 segundos, corre 3 metros, coge un objeto y vuelve a correr 3 metros sin dejarlo caer.....	109
Habilidades sensoriales	113
Habilidades sensoriales en el contexto de la educación física	113
S1 Los pies abandonan el suelo.....	114
S2 Comunica su opinión sobre caídas/alturas sin comportamiento desafiante.....	119
S3 Comunica su opinión sobre tener la cabeza al revés sin desafiar su comportamiento.....	124
S4 Comunica su opinión sobre ser tocado/tocar a otros sin desafiar su comportamiento	138



S5 Comunica su opinión sobre ponerse en fila/cercarse a otros sin desafiar su comportamiento	147
S6 Comunica su opinión sobre movimientos rápidos o excesivos sin desafiar su comportamiento	157
S7 Comunica su opinión sobre quedarse quieto sin comportamiento desafiante	165
S8 Comunica su opinión sobre entornos ruidosos sin desafiar el comportamiento	174
S9 Comunica su opinión sobre entornos luminosos sin comportamiento desafiante	183



LÍDER

El Instituto de Estudios para la Inclusión Social, la Diversidad y el Compromiso (INSIDE EU) fue creado en Tralee, Co. Kerry, Irlanda, por Dirk van der Merwe, un atleta parapléjico, entrenador y mentor, para proporcionar empoderamiento y actividad física adaptada que mejore la salud a las personas discapacitadas, especialmente a los usuarios de sillas de ruedas.

Además, el Instituto aporta su experiencia en la capacitación y la inclusión en la educación y el empleo de las personas con menos oportunidades, especialmente las personas discapacitadas. Imparte formación para animadores juveniles, entrenadores deportivos, asistentes pedagógicos y profesores en toda la isla de Irlanda y en Europa. INSIDE EU cuenta con una amplia experiencia en el desarrollo de herramientas de inclusión y gamificación inclusiva adaptada y transferible para desarrollar a las personas con menos oportunidades e implicar a personas con cualquier capacidad o discapacidad para que todos puedan participar juntos en la misma actividad al mismo tiempo.

INSIDE EU cuenta con una gran experiencia en la creación de recursos accesibles e inclusivos, incluidas animaciones y vídeos en 2D y 3D.



ACD La Hoya es una asociación Cultural y Deportiva Española basada en los principios de cooperación, integración, protección del medio ambiente, solidaridad, humanidad y valores humanos universales y promueve un entorno en el que la comunidad sea capaz de crear, pensar, realizar sus ideas y construir posiciones y reacciones sobre temas importantes. Desarrolla actividades en la comunidad rural como el arte, el deporte y la cultura, también se dedica a la realización y participación con éxito de proyectos europeos para llevar la jóvenes y mayores de Europa más cerca.

Masarykova Univerzita

M U N I Institute for Research
P E D in Inclusive Education

Creemos que la educación no es sólo una cuestión de edad o de estatus social. Apoyamos activamente la investigación. Tenemos una mentalidad abierta y nos dedicamos a influir en la vida de las personas que nos rodean. Llevamos creando un mundo más inteligente desde 1919 - actualmente, 10 facultades y 400 programas de estudio proporcionan una oferta de cursos casi ilimitada. ¿Cómo es la Universidad Masaryk? Multidisciplinar. Explore la oferta de estudios. Especialícese, experimente y descubra nuevos retos.

La Universidad Masaryk en cifras:

85 % - titulados empleados en su campo;

82 % - titulados que elegirían volver a estudiar en MU;

2,5 % - titulados incapaces de encontrar el trabajo de sus sueños en dos años;

400 - programas de estudios;

30.500 - estudiantes;

7.000 - graduados al año.

Sina Svetulka



La Asociación para la Mejora de la Calidad de Vida de las Personas con Trastornos del Espectro Autista "Luciérnaga Azul" (Sina Svetulka) se fundó el 28.02.2017 en Skopje basándose en los 15 años de experiencia en el campo del autismo de sus fundadores. La misión de la organización es mejorar la calidad de vida de las personas con autismo y sus familias, concienciando sobre su potencial a través de la educación y el apoyo directo a los niños y adultos con autismo, sus familias, los profesionales y el público en general.

Los objetivos generales de la organización son:

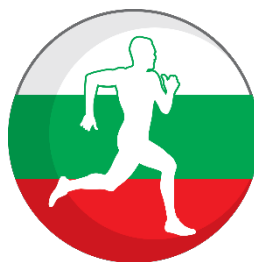
- Mejorar la calidad de vida de los niños y las personas con autismo descubriendo y maximizando su potencial;
- Tratamiento de niños con autismo.
- Educación de las familias y los profesionales sobre los métodos de trabajo.
- Promoción de los derechos y fomento de nuevas ideas para mejorar la calidad de vida.
- Fomentar el trabajo científico y profesional en este campo y
- Actividades para la inclusión de niños y personas con autismo.

ViMODO

ViMODO es una organización de investigación y educación con sede en Chipre, especializada en los campos de la investigación, la innovación y la inclusión social. Nos esforzamos por desarrollar y aplicar soluciones sostenibles para satisfacer las necesidades de las personas con menos oportunidades y sus familias.

La organización cuenta con una amplia experiencia en:

- **Cursos educativos:** Diseño e impartición de cursos educativos presenciales y en línea para profesionales (formación de EFP), adultos y jóvenes.
- **Investigación e innovación:** Realización de investigaciones y desarrollo de proyectos de innovación y desarrollo.
- **Autismo y educación especial:** Diseñando e impartiendo programas de formación especializada y proporcionando apoyo a profesionales, familias y personas con autismo y otros trastornos del neurodesarrollo, Autismo y Análisis Aplicado de la Conducta (ABA): Proporcionando apoyo y formación a padres y profesionales que trabajan con personas con TEA, así como estrategias de gestión del aula para profesores. La formación se basa en enfoques basados en pruebas del ABA.
- **Inclusión e integración social:** Diseño y ejecución de proyectos para mejorar la inclusión y la integración social.
- **Educación e inclusión:** ofrecer oportunidades reales de aprendizaje para todos
- **Terapia cognitivo-conductual:** mejorar el funcionamiento y la calidad de vida mediante enfoques de TCC.



BSDA

*Bulgarian Sports
Development Association*

La Asociación Búlgara para el Desarrollo del Deporte /BSDA/ fue fundada en 2010 y es una organización de utilidad pública sin ánimo de lucro dedicada al desarrollo del deporte búlgaro y a la mejora de la cultura deportiva en Bulgaria.

Principales prioridades de la BSDA:

- Reactivar la cultura del deporte
- Voluntariado en el deporte
- Educación a través y en el deporte
- Buena gobernanza en el deporte
- Integración a través del deporte
- Habilidades del futuro y espíritu empresarial.

Dado que el deporte es ambición, emoción e inspiración iniciadas por el pueblo para el pueblo, el sector debe basarse en las convicciones personales de los responsables de la toma de decisiones en cuanto a integridad, dedicación y equidad, así como en los principios del "juego limpio", el trabajo en equipo, la disciplina, la igualdad de partida y la no discriminación.



La Szkola Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12 de Polonia es la Escuela Primaria de Integración número 12 de Cracovia. Nuestra escuela tiene 400 alumnos, incluidos 73 niños de Ucrania en dos tipos de clases - Clásica con hasta 30 alumnos e Integración con hasta 20.

En una clase de integración puede haber un máximo de 5 alumnos con declaraciones de necesidades educativas especiales (afasia, síndrome de Asperger, espectro autista, discapacidad intelectual leve y moderada). La clase de integración cuenta con dos profesores: un educador y un profesor de apoyo.

El papel del tutor es dirigir las clases con el profesor, coorganizar la educación y ayudar al niño con el material de clase y apoyarle.

Los niños de la clase aprenden juntos; pueden tener trayectorias de desarrollo diferentes, pero en las lecciones didácticas, las actividades adicionales como el ajedrez, el inglés adicional, etc. y las actividades físicas, participan juntos según sus capacidades.

FIJAR OBJETIVOS EN LOS PLANES DE CLASE

Evalúe el nivel de destreza actual de los alumnos:

Antes de fijar los objetivos, observe las capacidades actuales de rebote y recepción de los alumnos. Esto le ayudará a establecer una línea de base y a determinar los puntos de partida adecuados.

Establezca objetivos realistas e incrementales:

Comience con objetivos realistas que sean alcanzables para cada alumno en función de su nivel de destreza. Evite establecer objetivos demasiado desafiantes, ya que pueden provocar frustración.

Aumente gradualmente la dificultad de los objetivos a medida que los alumnos progresen. Por ejemplo, si un alumno atrapa sistemáticamente la pelota desde una distancia corta, aumente gradualmente la distancia de lanzamiento o introduzca variaciones como rebotes más altos.

Utilice objetivos medibles:

Haga que los objetivos sean medibles y específicos. Por ejemplo, puede fijar objetivos como "atrapar la pelota cinco veces seguidas" o "botar la pelota y atraparla tres veces sin que se caiga".

Individualice los objetivos:

Reconocer que cada alumno puede progresar a su propio ritmo. Establezca objetivos individuales basados en sus capacidades únicas y su ritmo de desarrollo.

Algunos estudiantes pueden necesitar más tiempo para alcanzar ciertos objetivos, mientras que otros pueden avanzar más rápidamente.

Retroalimentación y estímulo frecuentes:

Proporcione a los alumnos información periódica sobre sus progresos. Celebre sus éxitos, por pequeños que sean, y ofrézcales comentarios constructivos sobre las áreas en las que pueden mejorar.

Fomente una mentalidad de crecimiento haciendo hincapié en que la práctica y el esfuerzo conducen a la mejora.

Ayudas visuales y recompensas:

Utilice ayudas visuales como gráficos o pegatinas para seguir el progreso hacia los objetivos fijados. Cada vez que un alumno alcance un objetivo, márkelo en el gráfico.

Considere la posibilidad de ofrecer pequeñas recompensas o reconocimientos por alcanzar hitos específicos. Esto puede motivar a los alumnos a trabajar para alcanzar sus objetivos.

Ajuste los objetivos según sea necesario:

Sea flexible a la hora de ajustar los objetivos cuando sea necesario. Si los alumnos alcanzan sistemáticamente sus objetivos, desafíeles con objetivos más avanzados. Por el contrario, si un alumno tiene dificultades, considere la posibilidad de revisar los objetivos para hacerlos más alcanzables.

Revise y reflexione con regularidad:

Revise periódicamente los objetivos fijados con los alumnos y discuta sus progresos.

Anime a los alumnos a reflexionar sobre su rendimiento y a identificar los aspectos que pueden mejorar.

Celebre los logros:

Celebre en grupo la consecución de los objetivos. Esto puede crear un sentimiento de logro y camaradería entre los alumnos.

Mantenga un entorno positivo y de apoyo:

Cree una atmósfera en la que cometer errores se considere una parte natural del proceso de aprendizaje. Anime a los alumnos a seguir intentándolo y a no desanimarse por los fracasos.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

Este marco es un modelo que puede aplicarse para adaptar y modificar las actividades de modo que todas las personas puedan participar juntas, recibir un reto alcanzable y divertirse.

<p>CAMBIA:</p> <p>ESPACIO - ¿dónde? <i>¿Dónde se desarrolla la actividad?</i></p>	<p>CAMBIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> Nivel (altura), por ejemplo, las actividades que se realizan en el suelo tienen requisitos diferentes de las que se realizan en una superficie nivelada desde una posición sentada, y las actividades ambulantes Adaptación del área de juego - más espacio da más tiempo de reacción, menos espacio exige mayor movilidad y nivel de habilidad Longitud, altura Distancia recorrida Utilización de zonas de juego para crear áreas de juego seguras o zonas en las que los alumnos puedan ser emparejados según su capacidad Objetivos más cercanos o más lejanos Permita que algunos niños empiecen a diferentes horas o desde diferentes lugares
<p>TAREA - ¿cómo? <i>¿Qué está ocurriendo? (acción físicas)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Más fácil - simplificar la actividad Más duro - introducir más normas Rote los papeles Cambiar las reglas para favorecer la inclusión, por ejemplo, permitir diferentes lugares para empezar, regla de no contacto Sea flexible Pruebe diferentes formas de participar, por ejemplo, sentado, de pie, tumbado Utilizar objetivos diferentes para algunos niños
<p>EQUIPAMIENTO - ¿qué? <i>¿Qué se utiliza?</i></p>	<p>¿Qué se utiliza?</p> <ul style="list-style-type: none"> Pelotas, colchonetas, banderas, pañuelos, pies, conos, vallas, marcadores de plástico, cuerdas, bolsas de judías, bastones, material blando, bates, raquetas <p>Variando:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tamaño, forma, color, textura, peso, entorno, superficie de juego, interior / exterior <p>¿Cómo cambia esto la actividad? (por ejemplo, las pelotas)</p> <ul style="list-style-type: none"> Más ligeros - se desplazan lentamente en el aire y dan más tiempo de reacción Más grande / más blando / ligeramente desinflado - más fácil de ver y atrapar Ruido (por ejemplo, un entrenador de cascabeles) - estímulo tanto auditivo como visual Diferentes colores - más fácil de distinguir del color de fondo
<p>GENTE - ¿quién? <i>¿Quién está implicado?</i></p>	<p>Por tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> De forma independiente, en grupo, en pareja, en equipo, con amigos, con un ayudante de apoyo al aprendizaje <p>Personas con:</p> <ul style="list-style-type: none"> Diferentes / mismos papeles, diferente / misma habilidad, diferente / mismo tamaño <p>Gente en:</p> <ul style="list-style-type: none"> Espacio propio, espacio grande, espacios pequeños, espacio restringido, espacio abierto, diferentes medios (por ejemplo, en la piscina o en el agua)

PLAN DE LECCIÓN B1

Sigue instrucciones de varios pasos cuando se las dan directamente al niño

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de seguir múltiples instrucciones en un entorno 1-2-1

MATERIALES

Bolsas de judías
Pelotas pequeñas

TÉCNICAS

Análisis de tareas: Desglosar cada actividad en pasos más pequeños y realizables, asegurando que cada niño pueda seguirlos con eficacia. Esto permite una adquisición más fácil de las habilidades a través de segmentos manejables.

Encadenamiento: Implementar el encadenamiento hacia delante enseñando cada parte de una tarea de varios pasos en secuencia, permitiendo que el niño domine un paso antes de introducir el siguiente. Esto fomenta la confianza y garantiza la comprensión y ejecución de secuencias complejas.

Indicaciones y desvanecimiento: Utilizar indicaciones verbales, gestuales o físicas para guiar la actuación del niño, reduciendo gradualmente estas indicaciones a medida que el niño adquiere independencia en la tarea.

Refuerzo diferencial: Aplicación de un refuerzo positivo de forma selectiva a los comportamientos que más se aproximan a los comportamientos objetivo, lo que refuerza el comportamiento deseado sobre los demás.

Modelado del comportamiento: Demostrar las tareas antes de que los niños las intenten, proporcionando un modelo claro que emular, lo que resulta especialmente eficaz para ayudar a los niños a comprender e imitar los comportamientos deseados.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos) Reúna a

los alumnos para que se sienten en fila y explíqueles cómo van a aprender a realizar cada actividad. Explíqueles que si escuchan, observan y repiten lo que hace el profesor, podrán realizar el ejercicio con mayor eficacia.

Presentación visual y verbal (10 minutos)

Muestre a los niños las pelotas y las bolsas de judías. Explíqueles qué son y para qué se utilizarán. Permítales tocar los objetos para que se acostumbren a ellos. Explique a los alumnos cómo realizar la Actividad 1. Demuéstrelo y luego permita que cada niño realice la Actividad. Si no pueden, el profesor puede apoyarles o pueden seguir al profesor. Repita el procedimiento para cada Actividad. Proporcione indicaciones y apoyo gradual durante las Actividades.

Actividades de ejercicio (20 minutos)

Actividad 1: Camine en línea recta de un lado a otro de la sala.

Actividad 2: Camine en línea recta, de un lado a otro de la habitación, dando dos pasos y luego un salto repetidamente.

Actividad 3: Camine en línea recta, de un lado a otro de la sala, dando dos pasos y luego un salto repetidamente. Vuelva al otro lado, dando dos pasos y luego un salto repetidamente.

Actividad 4: Corra hacia el otro lado, coja una bolsa de judías y corra hacia atrás (en dirección contraria a la de la carrera) hasta el punto de partida.

Actividad 5: Corra hacia el otro lado, recoja una bolsa de judías y corra hacia atrás hasta el lado de la posición inicial con la bolsa de judías. Deje la bolsa de judías en el suelo y luego coja una pelota, corra hacia atrás hasta el otro lado, déjela en el suelo y luego corra hacia atrás hasta la posición inicial con las manos vacías.

Repeticiones y refuerzo

Elogie verbalmente al alumno por un ejercicio bien realizado. Si necesita corregir un error, indíquele cómo realizar el ejercicio correctamente. Repita los ejercicios hasta que el niño domine los elementos.

Crear un recordatorio verbal (10 minutos)

Tras el ejercicio, repita verbalmente todos los elementos y pregúnteles qué creen que hicieron bien y qué podrían hacer para mejorarlo.

Práctica individual (10 minutos)

Pida a los alumnos que vuelvan a realizar cada ejercicio mientras les explica lo que están haciendo en cada momento.

Repaso y cierre (5 minutos)

Pregunte a los alumnos qué ejercicios les han gustado más y deje que vuelvan a hacerlos.

Asignación de deberes (opcional)

Si lo considera necesario, asigne a los alumnos deberes para practicar en casa con elementos de ejercicio sencillos, por ejemplo, caminar en línea recta. Elevaciones de piernas alternas.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comprensión de instrucciones: Los alumnos seguirán con precisión instrucciones de varios pasos, mejorando su capacidad para procesar tareas secuenciales y responder adecuadamente en tres sesiones de práctica.

Dominio del equilibrio: A través de actividades estructuradas, los alumnos mejorarán sus habilidades de movilidad, demostrando la capacidad de recorrer la sala con instrucciones de varios pasos y con mayor confianza al final de la lección.

Integración cognitiva y física: Los alumnos mostrarán una mejor integración de las instrucciones cognitivas con las acciones físicas, evidenciada por su capacidad para recordar y ejecutar una serie de movimientos corporales sin indicaciones.

Comunicación reflexiva: Cada alumno articulará un aspecto de la actividad que haya realizado bien y otro que podría mejorar, fomentando un proceso de aprendizaje reflexivo y la capacidad de autoevaluación.

Los alumnos aprenderán a escuchar atentamente las instrucciones del profesor y a observar cómo modela la actividad.

Se animará a los alumnos a aprender mediante el refuerzo positivo a través del elogio.

Estos ejercicios enseñarán a los niños algunos ejercicios para mejorar su equilibrio.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Teoría de la carga cognitiva: Esta lección está estructurada para gestionar la carga cognitiva de los alumnos dividiendo las instrucciones complejas de varios pasos en unidades más pequeñas y manejables, lo que permite un mejor procesamiento mental y una mejor retención de las instrucciones.

Análisis aplicado del comportamiento (ABA): El núcleo de este plan de clases se basa en los principios del ABA, que hacen hincapié en la instrucción sistemática y el refuerzo para mejorar los comportamientos funcionales. Se emplean técnicas del ABA como el análisis de tareas, el estímulo, el desvanecimiento y el refuerzo diferencial para enseñar habilidades físicas y cognitivas de forma eficaz.

Teoría del aprendizaje motor: Hace hincapié en la importancia de la práctica y la retroalimentación en la adquisición de nuevas habilidades. Esta lección aprovecha la práctica repetitiva y la retroalimentación inmediata para mejorar el aprendizaje motor, sobre todo en el dominio de la coordinación.

Conductismo: Esta lección aprovecha los principios del conductismo mediante el uso del refuerzo positivo y la repetición. Este enfoque es eficaz para enseñar y reforzar sistemáticamente los comportamientos deseados en los alumnos.

Teoría constructivista del aprendizaje: Los alumnos participan en un proceso de aprendizaje activo en el que construyen conocimientos a través de la experimentación

de actividades físicas y la reflexión sobre sus acciones. Este enfoque favorece una comprensión más profunda y una conexión personal con las habilidades que se enseñan.

Teoría sociocultural: Reconoce el papel de las interacciones sociales en el aprendizaje. Esta lección incluye observaciones de los compañeros y debates en grupo, que ayudan a los alumnos a aprender unos de otros y a comprender diferentes perspectivas sobre la realización de las mismas tareas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Cumplimiento conductual y seguimiento de instrucciones: A través del enfoque estructurado de ABA, los alumnos mejorarán su capacidad para cumplir instrucciones y ejecutar tareas de varios pasos.

Coordinación física y cognitiva: La mejora de las habilidades de coordinación, facilitada por las técnicas de encadenamiento e incitación del ABA, permite a los alumnos realizar tareas físicas que requieren un compromiso cognitivo simultáneo.

Habilidades de autorregulación y reflexión: Los estudiantes desarrollarán habilidades de autorregulación mediante la evaluación de su rendimiento y la identificación de mejoras, promovidas a través del énfasis de ABA en la autoevaluación y la reflexión.

Interacción social y aprendizaje entre iguales: Fomentar el aprendizaje asistido por compañeros y la retroalimentación, que son parte integrante del ABA, fomenta las habilidades sociales y mejora el aprendizaje cooperativo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

La distancia puede acortarse o alargarse para que el niño se sienta más cómodo. Los bancos pueden espaciarse entre los participantes para que el niño se sienta más cómodo.

Las estaciones de habilidades pueden utilizarse para el desarrollo de habilidades como se detalla en el Plan de la lección M3.

TAREA

El profesor puede dividir el ejercicio en tareas más pequeñas, por ejemplo, todas las tareas pueden completarse en una línea pegada en el suelo. El profesor puede saltarse algunos de los ejercicios para algunos alumnos o hacerlos más o menos complejos.

Los usuarios de sillas de ruedas podrían rodar entre dos bancos y estirarse para colocar pelotas o bolsas de judías sobre ellos sin perder el equilibrio.

EQUIPAMIENTO

Para reducir la ansiedad pueden utilizarse sacos de judías más blandos o incluso un



juguete favorito. Pueden utilizarse marcadores de posición planos o pelotas de diferentes tamaños, texturas y colores para los niños con VI y autistas.

Pueden colocarse líneas en el suelo con cinta adhesiva de 50 mm de colores vivos y contrastados para guiar a las personas con VI.

PERSONAS

Un profesor, un ayudante o un compañero pueden actuar como apoyo para guiar a los alumnos con menos capacidad o deficiencia visual ayudándoles a realizar cada ejercicio. Los alumnos con deficiencias visuales también pueden seguir la actividad de modelado del profesor a través del tacto.

Se puede elogiar a un alumno pidiéndole que muestre la actividad a los demás. Esta es una oportunidad para reforzar el modelado diciendo cosas como: "Oh, ese equilibrio es excelente, María. ¿Ven cómo salta con los dos pies?" o "¡Bien hecho, Pedro! Ven y muestra a la gente cómo saltas con un pie. ¿Ven cómo Pedro hace sus pasos y luego salta?".

PLAN DE LECCIÓN B2

Sigue instrucciones de 1 paso en un grupo de 5 o más niños

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de seguir instrucciones sencillas en grupo durante la clase de educación física

MATERIALES

Palo de gimnasia
Banco de gimnasia
Bolsas de judías
Pelotas pequeñas
Cinta adhesiva de diferentes colores

TÉCNICAS

Encadenamiento: Implementar el encadenamiento hacia delante enseñando cada parte de una tarea de varios pasos en secuencia, permitiendo que el niño domine un paso antes de introducir el siguiente. Esto fomenta la confianza y garantiza la comprensión y ejecución de secuencias complejas.

Indicaciones y desvanecimiento: Utilizar indicaciones verbales, gestuales o físicas para guiar la actuación del niño, reduciendo gradualmente estas indicaciones a medida que el niño adquiere independencia en la tarea.

Instrucción diferenciada: Adaptación de las actividades a las necesidades y capacidades individuales de los alumnos para garantizar que todos puedan participar y aprender eficazmente.

Desarrollo progresivo de habilidades: Aumentar gradualmente la complejidad de las destrezas enseñadas, asegurándose de que los alumnos dominan las destrezas básicas antes de pasar a las más avanzadas.

Aprendizaje y apoyo entre iguales

Animar a los alumnos a ayudarse y aprender unos de otros, mejorando tanto las interacciones sociales como la adquisición de destrezas.

Juegos interactivos: Utilizar juegos divertidos y atractivos para enseñar habilidades físicas y estratégicas manteniendo a los alumnos activamente implicados.

Feedback reflexivo: Proporcionar a los alumnos una visión de sus actuaciones y animarles a pensar en cómo pueden mejorar.

Evaluación continua: Evaluar periódicamente el progreso de los alumnos y ajustar los métodos de enseñanza para satisfacer mejor sus necesidades de aprendizaje.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos)

Comience la actividad reuniendo a los alumnos y explicándoles todas las actividades. Hágalos saber que si escuchan y repiten lo que hace el profesor, podrán realizar las actividades, que pueden parecer difíciles.

Presentación visual y verbal (20 minutos)

El profesor muestra a los niños las pelotas, las bolsas y el banco y les explica para qué sirven y servirán. El profesor permite que los alumnos toquen los objetos y se acostumbren a ellos y muestra cada uno de los ejercicios que harán con ellos.

Actividad 1: Los alumnos caminan a lo largo de una línea (o líneas) en el suelo.

Actividad 2: Los alumnos se alinean de tres en tres. El alumno del centro camina por el banco y los otros dos niños le apoyan. Si al niño no le gusta que le toquen, se le puede ayudar sujetándole un palo de gimnasia.

Actividad 3: Repita el ejercicio, pero camine por el banco con el niño del medio levantando una pierna.

Actividad 4: Repita la Actividad 3, pero los niños del medio levantan una pierna y luego hacen una sentadilla.

Actividad 5: Repita la actividad 4, pero con una bolsa de judías en equilibrio sobre la cabeza del niño del medio.

El profesor debe utilizar indicaciones y fundidos para ayudar a los niños a completar las actividades.

Juego de la inundación y el fuego (10 minutos)

Si el profesor dice Inundación, los alumnos deben encontrar un banco y subirse a él. Si dicen Fuego, los alumnos deben tumbarse en el suelo. Si dicen Brigada de bomberos, los niños deben alinearse en una posición designada en la sala.

Práctica individual (10 minutos)

El profesor será el primer guía durante el juego y dirá: Fuego, Inundación o Bomberos. Los niños deben tener la oportunidad de ser los guías. El profesor puede darles indicaciones.

Repaso (10 minutos)

El profesor y los niños proporcionan información y repasan los elementos de las actividades anteriores.

Enfriamiento (5 minutos)

Los niños se sientan en círculo. El profesor es el director de orquesta. La tarea del conductor consiste en realizar diversos movimientos y los niños observan y repiten las acciones. A continuación, el profesor nombra a un conductor que realiza las acciones. El resto de los niños observan y repiten las acciones.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Cumplimiento de instrucciones: Los alumnos seguirán con precisión las instrucciones verbales de un paso del profesor durante las actividades estructuradas, consiguiéndolo con al menos un 80% de precisión al final de la sesión.

Dominio del equilibrio: Al participar en actividades de equilibrio como caminar a lo largo de una línea encintada y mantener el equilibrio con una bolsa de judías sobre la cabeza, los alumnos demostrarán una mejora en sus habilidades de equilibrio estático y dinámico, como lo demuestra un aumento del 25% en el tiempo que pueden mantener el equilibrio sin apoyo.

Participación cooperativa: Los alumnos participarán de forma cooperativa en las actividades de grupo, mostrando una mejora al ayudar a sus compañeros en al menos dos ejercicios durante la lección. Esto incluye proporcionar apoyo físico o verbal al sortear retos de equilibrio.

Habilidades de comunicación: Mejorar la capacidad de los alumnos para comunicarse eficazmente en un entorno de grupo expresando sus necesidades o retos durante las actividades. Los alumnos utilizarán métodos verbales o no verbales para comunicarse con sus compañeros o instructores al menos tres veces durante la sesión.

Regulación emocional y social: Los alumnos mostrarán una mejor autorregulación y control emocional en un entorno de grupo participando en el juego de la inundación y el fuego sin mostrar comportamientos desafiantes y siguiendo las transiciones sin problemas entre actividades.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Teoría cognitiva del aprendizaje multimodal: Esta lección aprovecha las aportaciones verbales y visuales para maximizar la retención del aprendizaje. La lección apoya la teoría de la codificación dual demostrando las tareas y permitiendo a los alumnos implicarse físicamente con los materiales (palo de gimnasia, banco de equilibrio, etc.), que postula que la información procesada en formatos verbales y visuales conduce a una mejor retención y recuerdo.

La teoría del desarrollo social de Vygotsky: La lección hace hincapié en la interacción social como componente crucial del aprendizaje. Al organizar actividades que requieren que los alumnos trabajen en grupo y se apoyen mutuamente, como ayudarse a equilibrar las tareas, el plan de la lección utiliza las interacciones sociales para potenciar el desarrollo cognitivo. Aquí se aplica el concepto de "zona de desarrollo próximo" (ZDP) de Vygotsky, en el que los alumnos realizan tareas

ligeramente por encima de sus capacidades individuales pero realizables con el apoyo de sus compañeros.

La teoría del aprendizaje social de Bandura: Esta teoría subraya la importancia del aprendizaje por observación, el modelado y la imitación. La estructura de la lección, en la que los alumnos observan a sus compañeros y a los profesores realizar y reproducir ellos mismos las actividades, aprovecha esta teoría. Los alumnos aprenden las habilidades físicas necesarias para mantener el equilibrio y los comportamientos cooperativos y comunicativos modelados por sus instructores y compañeros.

Teoría del aprendizaje motor: El aumento gradual de la complejidad de la tarea - desde seguir sencillas instrucciones de un solo paso hasta realizar actos de equilibrio más complejos- se ajusta a los principios del aprendizaje motor que abogan por los retos progresivos para mejorar la adquisición de destrezas. La retroalimentación, un componente crítico del aprendizaje motor, se integra a lo largo de la lección mediante correcciones en tiempo real y el estímulo de compañeros y profesores.

Conductismo: A través de estrategias de refuerzo, en las que se ofrece retroalimentación positiva y apoyo tras la finalización satisfactoria de una tarea, el plan de clases incorpora enfoques conductistas del aprendizaje. Este refuerzo ayuda a establecer una conexión entre el comportamiento (seguir instrucciones y hacer equilibrios) y el resultado (elogios y aceptación social), que es crucial para la modificación del comportamiento.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Precisión en el seguimiento de instrucciones: Mediante señales y refuerzos conductuales específicos, los alumnos desarrollarán una aguda capacidad para seguir instrucciones precisas.

Equilibrio dinámico y coordinación motriz: Los alumnos perfeccionarán sus habilidades motrices y su equilibrio, cruciales para las actividades físicas, mejoradas mediante la práctica repetitiva y la imitación motriz.

Colaboración y apoyo entre iguales: Habilidades para trabajar eficazmente con los compañeros, compartir tareas y apoyarse mutuamente en escenarios de aprendizaje, reforzadas por estrategias de aprendizaje cooperativo.

Competencia comunicativa: Capacidad mejorada para comunicar necesidades y respuestas con precisión dentro de un entorno estructurado y de apoyo.

Flexibilidad y adaptación del comportamiento: Capacidad para adaptarse rápidamente a nuevas órdenes y situaciones, mostrando flexibilidad en las respuestas tanto cognitivas como físicas.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El banco puede colocarse cerca de la pared o de las escaleras para que el niño se sienta más cómodo.

Pueden espaciarse más los bancos para que el niño se sienta más cómodo.

Las estaciones de habilidades pueden utilizarse para el desarrollo de habilidades como se detalla en el Plan de la lección M4.

TAREA

El profesor puede dividir el ejercicio en tareas más pequeñas, por ejemplo, todas las tareas pueden completarse sobre una línea en el suelo. El equilibrio sobre una pierna puede completarse mientras se está estático. El equilibrio sobre una bolsa de frijoles en la rodilla puede incluso completarse mientras se está sentado.

El profesor puede saltarse algunos de los ejercicios para algunos alumnos.

Los usuarios de sillas de ruedas pueden rodar entre dos bancos y estirarse para colocar pelotas o bolsas de judías sobre ellos sin perder el equilibrio.

EQUIPO

Pueden utilizarse varios bancos de gimnasia de diferentes alturas y longitudes.

Pueden utilizarse sacos de judías más blandos o incluso un juguete favorito para reducir la ansiedad.

Pueden utilizarse marcadores de posición planos o pelotas de diferentes tamaños, texturas y colores para los niños VI y autistas.

Pueden colocarse líneas en el suelo con cinta adhesiva de color de 50 mm para guiar a las personas con VI.

GENTE

Un profesor ayudante o un compañero pueden actuar como apoyo para guiar a los alumnos con menos capacidad o deficiencia visual ayudándoles a realizar cada ejercicio. Los alumnos con deficiencias visuales también pueden seguir la actividad de modelado del profesor a través del tacto.

Se puede elogiar a un alumno pidiéndole que muestre la actividad a los demás. Esta es una oportunidad para reforzar el modelado diciendo cosas como: "Oh, ese equilibrio de María es excelente. ¿Ven cómo se inclina ligeramente hacia la izquierda o la derecha cuando se levanta o da un paso?" o "¡Bien hecho, Peter! Ven y enseña a la gente cómo equilibras la bolsa de judías".

PLAN DE LECCIÓN B3

Siga las normas básicas del aula

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de comprender y seguir normas básicas del aula de Educación Física.

MATERIALES

Juego de tarjetas con reglas para el aula de educación física.

Póster grande o rotafolio con bolsillos de exposición.

Marcadores y tarjetas en blanco adicionales para que los alumnos hagan sus aportaciones.

Un buzón de sugerencias "Reglas del juego".

TÉCNICAS

Toma de decisiones democrática: Involucre a los alumnos en la creación y el acuerdo de las normas del aula dándoles un sentido de propiedad sobre el proceso.

Debate guiado: Facilite una conversación abierta sobre la importancia de cada regla y cómo contribuye a mantener un entorno seguro y agradable para todos.

Juegos de rol: Anime a los alumnos a representar escenarios que demuestren las reglas en la práctica, resaltando su relevancia.

ACTIVIDADES

Actividad: "Creando el código de nuestra clase"

Objetivo: Establecer en colaboración una serie de normas para la clase de educación física que todos los alumnos estén de acuerdo en seguir.

Pasos:

Introducción (5 minutos):

Comience formando un círculo con los alumnos. Discuta la finalidad de las normas en la clase de educación física y las ventajas de contar con la opinión de todos.

Debate y recopilación (15 minutos):

Presente un conjunto de tarjetas de reglas básicas. Permita que los alumnos discutan los méritos de cada una y sugieran reglas adicionales. Anímeles a considerar qué es necesario para crear un entorno de aprendizaje respetuoso, seguro y eficaz.

Votación y establecimiento de prioridades (10 minutos):

Haga que los alumnos voten las reglas sugeridas. Utilice el buzón de sugerencias "Reglas del juego" para las aportaciones anónimas. Decida qué reglas son las más importantes y deben respetarse siempre.

Creación de un cartel visual de las reglas (15 minutos):

Cree un gran póster visual de las reglas acordadas. Permita que los alumnos ayuden a colocar las tarjetas con las reglas en los bolsillos del póster o que las escriban.

Juego de roles (10 minutos):

Represente situaciones en las que seguir las normas es esencial; por ejemplo, respetar los turnos, respetar el espacio personal y utilizar el equipo correctamente. Discuta los resultados positivos de atenerse a las normas.

Compromiso y clausura (5 minutos):

Concluya haciendo que cada alumno firme o marque el cartel como símbolo de su compromiso de seguir las normas. Reitere la importancia de la cooperación y el respeto mutuo.

Tarea para casa (opcional):

Anime a los alumnos a crear una pieza visual o escrita en la que expresen por qué seguir las reglas es esencial en el deporte y en otros ámbitos de la vida.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Cumplimiento de las normas: Los alumnos demostrarán una comprensión clara y un cumplimiento coherente de las normas del aula con una precisión mínima del 90%.

Participación social: Aumentar la participación activa en los procesos de establecimiento y seguimiento de normas, mostrando un mayor compromiso y un comportamiento cooperativo.

Compromiso democrático: Los alumnos participarán eficazmente en el proceso democrático de selección de reglas y establecimiento de prioridades, comprendiendo su impacto en la dinámica personal y de grupo.

Regulación del comportamiento: Mostrar una mejor autorregulación y adherencia a las normas del aula sin indicaciones externas al final de la sesión.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Educación democrática: Implicar a los alumnos en la creación de normas fomenta el compromiso y la responsabilidad.

Constructivismo social: Hace hincapié en el papel de la interacción colaborativa en

el desarrollo cognitivo.

Expectativas de comportamiento: Unas expectativas claras ayudan a gestionar el **comportamiento** de forma proactiva en lugar de reactiva.

Análisis aplicado del comportamiento (ABA): Se centra en la aplicación de los principios del aprendizaje conductual para cambiar sistemáticamente el comportamiento, haciendo hincapié en el uso de refuerzos para fomentar el seguimiento de las normas y la cooperación.

Conductismo: Apoya el uso del refuerzo y las consecuencias para moldear el comportamiento, alineándose con las prácticas ABA para modificar el comportamiento del alumno hacia los resultados deseados.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Comprender y seguir las normas: A través del ABA, los alumnos desarrollarán una comprensión clara y una aplicación fiable de las normas del aula.

Flexibilidad cognitiva: Mejora mediante la participación en debates y la toma de decisiones democrática, adaptándose a las necesidades del grupo y a la retroalimentación.

Habilidades cooperativas: Desarrolladas mediante la participación activa en discusiones de grupo y actividades de establecimiento de normas, fomentando un entorno de apoyo en el aula.

Comunicación y habilidades sociales: Mayor capacidad para comunicar necesidades, opiniones y escuchar a los demás, vital para una interacción y cooperación eficaces en entornos de grupo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO: Disponga los asientos de forma que todos los alumnos tengan el mismo acceso para ver y participar en el debate.

TAREA: Utilizar imágenes y símbolos junto al texto para favorecer la comprensión de todos los alumnos, incluidos los que tienen dificultades para leer.

MATERIAL: Incorpore materiales táctiles y visuales para la representación de reglas con el fin de atraer a alumnos diversos.

PERSONAS: Forme parejas de alumnos para que se apoyen mutuamente en la comprensión y el debate de las reglas. Utilice la tutoría entre iguales para reforzar las reglas.

PLAN DE LECCIÓN B4

Se acerca a un compañero para hacerle preguntas

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos puedan hacer una pregunta o solicitar un artículo a otro compañero.

MATERIALES

Libro de cuentos sociales que ilustra la interacción entre compañeros durante la educación física.

Tarjetas visuales con preguntas y peticiones relacionadas con la educación física.

Juegos de rol relacionados con las actividades de educación física.

Cuadro de seguimiento de la interacción entre iguales.

TÉCNICAS

Modelado de roles: Demostrar cómo acercarse a un compañero y pedirle un objeto o ayuda, destacando el lenguaje cortés y el lenguaje corporal.

Práctica guiada: Proporcione escenarios estructurados en los que los alumnos puedan practicar el acercamiento y la interacción con sus compañeros.

Corrección de errores y refuerzo positivo: Reconocer y recompensar los intentos de interacción, independientemente del resultado, para fomentar nuevos intentos.

Guiones de comportamiento: Desarrolle guiones que los alumnos puedan utilizar cuando se acerquen a sus compañeros, que incluyan un lenguaje cortés y un lenguaje corporal adecuado.

Narraciones sociales: Utilice narraciones sociales y tarjetas con pistas visuales para enseñar y reforzar las interacciones sociales adecuadas durante las actividades de educación física.

ACTIVIDADES

Actividades "Interacción entre iguales en educación física"

Cree un conjunto de tarjetas de pistas visuales:

"¿Me da la pelota, por favor?"

Visual: La imagen de un niño sonriente extendiendo la mano con una pelota encima.

"¿Puedes pasarme la cuerda de saltar?"

Visual: Dos niños, uno entrega una cuerda de saltar al otro.

"¿Le gustaría unirse a nuestro juego?"

Visual: Un grupo de niños jugando a un juego, con un niño haciendo un gesto de invitación a otro que se acerca.

"¿Puedes ayudarme a colocar los conos?"

Visual: Un niño coloca un cono en el suelo y mira a otro con expresión interrogante.

"¿A quién le toca ahora?"

Visual: Una fila de niños con un signo de interrogación sobre ellos, mirándose unos a otros.

"¿Puedo volver a intentarlo?"

Visual: Un niño sujetando una pelota de baloncesto y mirando al aro, con una flecha curva que indica otro giro.

"¿Necesita un compañero para esta actividad?"

Visual: Un niño con la mano levantada, mirando hacia otro niño que realiza una actividad solo.

"¿Dónde nos alineamos?"

Visual: Un niño confuso con una burbuja de pensamiento que contiene una fila de niños y un profesor que señala un punto en el suelo.

"¿Cuántas vueltas debemos dar?"

Visual: Niños corriendo en una pista, con una burbuja que muestra "¿3?" encima de un cronómetro en la mano de un niño.

"¿Qué equipo necesitamos para este partido?"

Visual: Diversos equipos deportivos con un signo de interrogación flotando sobre ellos.

"¿Puede alguien atarme los cordones?"

Visual: Un niño sentado en el suelo, señalando sus zapatos desatados y mirando a un profesor o a un compañero.

"Me siento cansada. ¿Puedo tomarme un descanso rápido?"

Visual: Un niño secándose el sudor de la frente con un banco de fondo y un reloj que indica un descanso de cinco minutos.

Introducción (5 minutos)

Reúna a los alumnos y explíqueles el tema del día: la interacción entre iguales. Hable de la importancia de pedir ayuda o los objetos necesarios durante la clase de educación física.

Cuentacuentos (10 minutos)

Lea un cuento social sobre cómo pedir ayuda a los compañeros o artículos en la clase de educación física. Haga una pausa para discutir los puntos clave y asegurarse de la comprensión.

Juego de correspondencias (10 minutos) Extienda

las tarjetas de pistas visuales boca abajo. Los alumnos les dan la vuelta por turnos e identifican los escenarios en los que podrían necesitar pedir algo a un compañero.

Representación de roles (15 minutos)

En parejas o en pequeños grupos, los alumnos representan los escenarios de las tarjetas de pistas. Un alumno se acerca a otro para hacerle una pregunta o pedirle un artículo relacionado con las actividades de educación física.

Repeticiones y refuerzo (10 minutos)

Rote a los compañeros y repita los escenarios de los juegos de rol. Utilice la tabla de seguimiento de la interacción entre iguales para marcar cada interacción exitosa.

Cree un recordatorio visual (5 minutos)

En grupo, cree un gráfico o cartel grande con recordatorios sobre cómo dirigirse a los compañeros y qué tipo de preguntas o peticiones se pueden hacer durante la clase de educación física.

Práctica individual (10 minutos)

Los alumnos practican lo que han aprendido realizando una actividad de educación física que les obligue a pedir un objeto o ayuda a un compañero.

Repaso y cierre (5 minutos)

Concluya la sesión haciendo que los alumnos reflexionen sobre sus experiencias y compartan lo que han aprendido sobre la interacción con los compañeros.

Tarea para casa (opcional)

Se puede animar a los alumnos a que practiquen en casa pidiendo objetos o ayuda a sus familiares, utilizando el lenguaje cortés que han practicado en clase.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación social eficaz: Los alumnos iniciarán y mantendrán al menos una interacción por clase de educación física con un 90% de éxito, utilizando los guiones y pistas enseñados.

Aumento de la confianza en la interacción: Los alumnos mostrarán un aumento medible de la confianza, demostrado al iniciar interacciones sin indicaciones en el 80% de las oportunidades.

Comprensión de las señales sociales: Los alumnos demostrarán que comprenden y aplican las señales sociales y el lenguaje cortés en las interacciones, tal y como se observa en las actividades estructuradas y no estructuradas.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Teoría de la interacción social: Destaca la importancia del aprendizaje social en el desarrollo de las habilidades comunicativas.

Teoría cognitivo-conductual: Destaca el papel de la práctica y el refuerzo en la adopción de nuevos comportamientos.

Teoría de la educación inclusiva: Apoya la integración de alumnos diversos, incluidos los niños autistas, en actividades de aprendizaje social.

Conductismo: Esta lección aprovecha los principios del conductismo mediante el uso del refuerzo positivo y la repetición. Los alumnos reciben un feedback inmediato durante el juego de emparejamiento y las actividades de la lista de control, que refuerzan el comportamiento correcto y ayudan a memorizar y asociar los elementos

necesarios para la clase de educación física. Este enfoque es eficaz para enseñar y reforzar sistemáticamente los comportamientos deseados en los alumnos.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de interacción social: Los alumnos aprenderán estrategias específicas para acercarse a los compañeros, pedir ayuda y responder a las peticiones, que son fundamentales para el éxito de las interacciones entre compañeros en un entorno de educación física.

Técnicas de comunicación adaptativa: Mediante la práctica repetida y el juego de roles, los alumnos adaptarán sus estilos de comunicación para interactuar eficazmente con diferentes compañeros, reconociendo y respondiendo a diversas señales sociales.

Autogestión y responsabilidad: Se enseñará a los alumnos a tomar la iniciativa en las interacciones sociales, gestionando su acercamiento y sus respuestas de forma responsable, lo que es fundamental para fomentar la independencia y la confianza en los entornos sociales.

Resolución de problemas en contextos sociales: Mejorar la capacidad de los alumnos para sortear dilemas sociales o malentendidos durante las actividades de educación física, equipados con estrategias aprendidas mediante intervenciones basadas en ABA.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO:

Designe espacios claros y cómodos dentro del área de educación física para las interacciones de la práctica.

TAREA:

Utilice un lenguaje sencillo y claro en las fichas visuales. Incluya símbolos ilustrados para los no lectores o los alumnos visuales.

Implemente un sistema en el que los alumnos ganen fichas por interactuar con éxito con sus compañeros, que puedan canjear posteriormente por actividades preferidas o pequeñas recompensas.

EQUIPAMIENTO:

Utilice objetos familiares de la clase de educación física para los juegos de rol con el fin de aumentar el realismo de los escenarios de práctica.

PERSONAS:

Asigne compañeros a los alumnos que puedan necesitar apoyo adicional. Proporcione orientación o indicaciones adicionales según sea necesario.

PLAN DE CLASE B4 HISTORIA SOCIAL

Asking for help



Yo veces no sé qué hacer.



Puedo pedir ayuda.

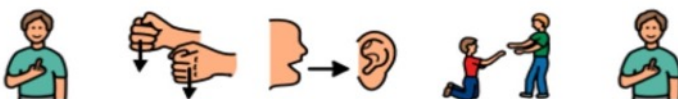


Llanto terminado.

Gritos terminados.



Puedo ir a ver a mi profesor y



Puedo decir "ayúdeme por favor."

©Sy21

PLAN DE LECCIÓN B5

Responde a una pregunta/solicitud presentada en grupo

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Que los alumnos sean capaces de responder a una pregunta/solicitud en un grupo de 5 o más niños para dar una respuesta, o realizar una actividad al menos una vez durante una sesión de educación física.

MATERIALES

Preguntas para los alumnos
Elementos de la carrera de obstáculos
Bancos de gimnasia
Escalera de gimnasio
Pequeños obstáculos atléticos
Gran obstáculo atlético
Anillos
Marcadores
Colchonetas de gimnasia.
Cartulinas con preguntas para la actividad 2

TÉCNICAS

Instrucción directa y modelado: Utilizar una instrucción clara y directa y el modelado de comportamientos antes de pedir a los alumnos que realicen las tareas. Esto ayuda a aclarar las expectativas y demuestra las respuestas correctas.

Indicaciones y desvanecimiento: Empleo de una estrategia en la que los profesores proporcionan indicaciones para iniciar las respuestas de los alumnos, reduciendo gradualmente estas indicaciones a medida que los alumnos adquieren más destreza, fomentando la independencia.

Entrenamiento en ensayos discretos (DTT): Implantar oportunidades estructuradas para que los alumnos respondan a preguntas en ensayos controlados y repetidos, reforzando inmediatamente las respuestas correctas.

Análisis de tareas: Desglosar tareas complejas, como responder a preguntas de grupo o completar una carrera de obstáculos, en pasos más pequeños y manejables que los alumnos puedan realizar con éxito.

Refuerzo positivo: Proporcionar una retroalimentación positiva específica inmediatamente después de los Comportamientos deseados, como responder correctamente a una pregunta o participar eficazmente en una actividad de grupo, para reforzar estos Comportamientos.

ACTIVIDADES

Forme el grupo en fila y explique el plan de la lección (2-5 min.)

Actividad 1: Juego "Escuela, Hogar, Juego" (3-5 min.)

Explique el juego y designe tres lugares: ESCUELA - subir un peldaño de las escaleras de gimnasia; CASA - colocarse en los bancos; JUEGO - imitar a cualquier animal en la línea central del gimnasio. El profesor da una orden y los alumnos se desplazan a un lugar determinado lo más rápidamente posible.

Ejemplos de preguntas

¿A quién le ha gustado? ¿A quién más le ha gustado este juego? Proporcione una indicación al niño si no hay respuesta. Anja, ¿te ha gustado esto? ¿A quién más le gustó este juego? Paul, ¿qué no te gustó de este juego? ¿Te gustaría volver a jugarlo?

Actividad 2: Juego de imitación (20 min)

Los niños se sientan con las piernas cruzadas formando un círculo. En el centro del círculo hay una pila de tarjetas con preguntas, por ejemplo

- ¿Cómo salta una rana?
- ¿Cómo camina una cigüeña?
- ¿Cómo se mueve una serpiente?
- ¿Cómo salta una liebre?
- ¿Cómo camina un pingüino?
- ¿Cómo camina un mono?
- ¿Cómo camina un cangrejo?

El niño designado por el profesor entra en el círculo, coge el primer trozo de papel de la parte superior, lee la pregunta en voz alta y, a continuación, muestra cómo se mueve un animal determinado. Todos los niños imitan al niño que muestra cómo se mueve un animal determinado.

Actividad 3: Carrera de obstáculos (25min)

Durante la explicación de la carrera de obstáculos, el profesor puede preguntar: "¿cómo se llama esta actividad?", "¿Puede cada uno de ustedes nombrar una de las partes de la carrera de obstáculos?", "¿Creen que esto será fácil o difícil?", "¿Les gustaría que alguien les ayudara?", "¿Les gustaría que alguien hiciera esta parte por ustedes en lugar de ustedes?".

Incluyen rodar, gatear, andar en equilibrio sobre un banco de gimnasia o una escalera de suelo, saltar a las anillas con las dos piernas o con una sola pierna, superar pequeñas vallas de atletismo de diversas formas, gatear por debajo de una valla de atletismo alta, correr en eslalon, deslizarse hacia delante o hacia atrás sobre el banco de gimnasia.

Ejemplos de preguntas

Después de la actividad, el profesor puede preguntar " ¿Quién puede recordar

cómo se llama cada actividad? ", "¿Crees que esto era fácil o difícil?", "¿Te gusta esto?", "Antes de que lo probaras, dijiste que pensabas que era difícil, pero ahora que has completado el curso, ¿sigues pensando que es difícil?", "¿Querrías volver a jugar a este juego?". Proporcione indicaciones si no hay respuesta.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Iniciar interacciones: Cada alumno iniciará con éxito al menos una interacción con sus compañeros por sesión, utilizando guiones aprendidos o ayudas visuales.

Comunicación eficaz: Los alumnos demostrarán la capacidad de utilizar técnicas de comunicación social adecuadas durante las interacciones, incluyendo hacer y responder preguntas con precisión.

Participación en actividades sociales: Los alumnos autistas participarán activamente en interacciones con sus compañeros y en actividades de grupo, mostrando una mayor capacidad para seguir la dinámica de grupo y participar en tareas de colaboración.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Central en este plan de clases, el ABA se centra en la instrucción y el refuerzo sistemáticos para enseñar y reforzar comportamientos deseables tanto en contextos sociales como académicos.

Psicología del comportamiento: Hace hincapié en el aprendizaje a través de la observación, la imitación y el refuerzo, especialmente eficaz en la enseñanza de habilidades sociales y de comunicación en un entorno de educación física.

Psicología del desarrollo: Fomenta el desarrollo de habilidades coherentes con la etapa de desarrollo de cada niño, haciendo hincapié en las habilidades sociales en un entorno de grupo.

Psicología educativa: Aplica estrategias para crear un entorno de aprendizaje que apoye los diversos estilos y necesidades de aprendizaje.

Teoría del procesamiento cognitivo: Apoya el proceso de aprendizaje de respuesta a estímulos entre alumnos diversos.

Constructivismo social: Fomenta la construcción del conocimiento a través de la interacción social y la cooperación.

Diseño universal para el aprendizaje (UDL): Proporciona múltiples medios de compromiso, representación y expresión para apoyar a los diversos alumnos.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Comprender y seguir las normas: A través del ABA, los alumnos desarrollarán una comprensión clara y una aplicación fiable de las normas del aula.

Flexibilidad cognitiva: Mejora mediante la participación en debates y la toma de decisiones democrática, adaptándose a las necesidades del grupo y a la retroalimentación.

Habilidades cooperativas: Desarrolladas mediante la participación activa en discusiones de grupo y actividades de establecimiento de normas, fomentando un entorno de apoyo en el aula.

Comunicación y habilidades sociales: Mayor capacidad para comunicar necesidades, opiniones y escuchar a los demás, vital para una interacción y cooperación eficaces en entornos de grupo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Designe zonas específicas dentro del espacio de educación física para los ejercicios de interacción, asegurándose de que sean accesibles y cómodas para todos los alumnos, con límites claros para proporcionar una estructura a los niños autistas.

TAREA

Simplifique o divida las tareas de interacción en pasos más pequeños para los alumnos que lo requieran y proporcione horarios o indicaciones visuales para ayudarles a completar las tareas.

EQUIPO

Ofrezca dispositivos o herramientas de comunicación alternativos, como dispositivos generadores de voz o sistemas de comunicación por intercambio de imágenes, para los alumnos no verbales o con dificultades para la comunicación verbal.

GENTE

Empareje a los alumnos con compañeros que puedan guiar el proceso de interacción y asegurarse de que todos los alumnos, incluidos los autistas, están incluidos en las actividades entre iguales. Los educadores y ayudantes deben estar disponibles para facilitar y apoyar las interacciones.

PLAN DE LECCIÓN B6

Llega a clase de educación física bien preparado

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos puedan a rriba a la clase de educación física con los artículos adecuados (por ejemplo, ropa/calzado).

MATERIALES

Mesa o silla

Tarjetas con elementos aleatorios

Tarjetas con imágenes de la ropa y el material necesarios para la educación física de la semana

Pizarra blanca o papel grande y rotuladores

TÉCNICAS

Planificación activa: Los profesores ayudarán a los alumnos a completar su bolsa de material para el día siguiente utilizando las tarjetas y el póster.

Atención selectiva: El objetivo de la actividad es animar a los alumnos a seleccionar su ropa y material para el día siguiente. Confeccionarán un pequeño cartel con sus responsabilidades para el día siguiente.

Encadenamiento de conductas: Desglosar la tarea de preparar un equipo de educación física en una serie de pasos que los alumnos siguen en secuencia, reforzando cada paso para garantizar la comprensión y la retención.

Programación visual: Utilización de ayudas visuales para proporcionar una secuencia clara de acciones, ayudando a los alumnos a comprender qué se espera y cuándo.

Refuerzo con fichas: Introducción de un sistema de fichas para la finalización satisfactoria de tareas, en el que las fichas pueden canjearse por actividades preferidas o pequeñas recompensas, lo que fomenta la participación y el esfuerzo continuos.

Indicaciones y atenuación: Utilizar indicaciones para guiar a los alumnos en la selección y organización de su equipo de educación física, reduciendo gradualmente las indicaciones a medida que adquieren destreza para fomentar la independencia.

Corrección de errores: Proporcionar una retroalimentación inmediata y constructiva cuando se producen errores, ayudando a los alumnos a aprender de los errores y a corregir su comportamiento en futuros intentos.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos):

Comience la actividad reuniendo a los alumnos en círculo y explíqueles que van a aprender a recordar la ropa y el equipo que necesitan para las clases de educación física. Hágales saber que trabajarán juntos para hacerlo de forma divertida.

Presentación visual (10 minutos):

Muestre las tarjetas con imágenes de la ropa y el equipo necesarios. Asegúrese de que cada tarjeta tiene una imagen clara de un artículo como zapatillas, camiseta, pantalón corto, toalla, botella de agua, etc. Explique qué es cada artículo mientras los muestra.

Juego de parejas (10 minutos):

Coloque las tarjetas boca abajo sobre una mesa o en el suelo. Pida a los alumnos que, por turnos, elijan una tarjeta y le den la vuelta. Deben decir en voz alta de qué objeto se trata y si es necesario para la clase de educación física. Si el alumno dice la respuesta correcta, se queda con la tarjeta. Si se equivocan, vuelven a poner la tarjeta boca abajo.

Repeticiones y refuerzo (10 minutos):

Continúe el juego de las parejas hasta que todos los alumnos hayan tenido varias oportunidades de participar. A medida que avancen, repita los nombres de los objetos y si son necesarios para la clase.

Cree un recordatorio visual (10 minutos): Después de que

todos hayan tenido la oportunidad de participar, dibuje una lista de comprobación con imágenes de los artículos necesarios para la clase de educación física en la pizarra o en un papel grande. Invite a los alumnos a que le ayuden a completar la lista de comprobación.

Práctica individual (10 minutos):

Entregue a cada alumno una copia de la lista de control que han creado juntos y pídeles que colorean los dibujos de los elementos necesarios. Esto les ayudará a reforzar visualmente la información.

Repaso y cierre (5 minutos):

Repase brevemente la lista de control y pida a los alumnos que la lean en voz alta. Anime a cada alumno a que indique un elemento y por qué es importante traerlo a la clase de educación física.

Asignación de deberes para casa (opcional):

Si lo considera necesario, asigne deberes a los alumnos para que practiquen en casa con la lista de control y asegúrese de que disponen de todos los elementos esenciales en su bolsa de educación física.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Finalización de la tarea: Los alumnos reunirán y prepararán de forma independiente todos los elementos necesarios para la clase de educación física.

Atención selectiva: Los alumnos demostrarán una mayor capacidad para centrarse en la selección de los elementos correctos sin distracciones, identificando correctamente el equipo necesario.

Responsabilidad: Cada alumno mostrará un mayor sentido de la responsabilidad preparando sistemáticamente su propio kit sin necesidad de recordatorios.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Esta lección aprovecha los principios del ABA mediante el uso de técnicas sistemáticas de enseñanza estructurada positiva, refuerzo y repetición. Los alumnos reciben información inmediata durante el juego de emparejamiento y las actividades de la lista de control, que refuerzan el comportamiento correcto y ayudan a memorizar y asociar los elementos necesarios para la clase de educación física. Este enfoque es eficaz para enseñar y reforzar sistemáticamente los comportamientos deseados en los alumnos.

Teoría de la carga cognitiva: Este plan de lección utiliza la Teoría de la Carga Cognitiva al dividir la tarea de preparación para una clase de Educación Física en segmentos más pequeños y manejables, lo que ayuda a reducir la carga de la memoria de trabajo de los alumnos, especialmente beneficioso para los alumnos autistas que pueden tener dificultades con las instrucciones de varios pasos.

Diseño universal para el aprendizaje (UDL): El plan de la lección está diseñado según los principios del UDL para dar cabida a alumnos diversos proporcionando múltiples medios de compromiso (ayudas visuales, actividad física), representación (tarjetas, objetos reales) y acción y expresión (creación de recordatorios visuales, participación en juegos). Este enfoque garantiza que todos los alumnos, independientemente de su estilo o capacidad de aprendizaje, puedan acceder a la lección y beneficiarse de ella.

Teoría del aprendizaje social: Al incorporar las interacciones entre compañeros y el modelado mediante actividades como el juego de las parejas y la creación conjunta de un recordatorio visual, la lección aprovecha la teoría del aprendizaje social. Esto anima a los alumnos a aprender unos de otros, fomentando un entorno de colaboración que apoya tanto a los alumnos autistas como a los no autistas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Atención selectiva y funcionamiento ejecutivo: Los alumnos mejorarán sus habilidades de atención selectiva centrándose en identificar y recordar los elementos necesarios para la clase de educación física. Esta habilidad es fundamental, ya que ayuda a filtrar las distracciones y a mejorar la concentración en la tarea que se está realizando.

Responsabilidad e independencia: Al planificar y preparar su equipo para la educación física, los alumnos aprenden a responsabilizarse de sus pertenencias personales, fomentando su independencia.

Habilidades sociales y trabajo en equipo: A través de juegos cooperativos y actividades en grupo, los alumnos practicarán las interacciones sociales y el trabajo en equipo. Estas habilidades son esenciales para establecer relaciones positivas con los compañeros y resultan especialmente beneficiosas para los alumnos autistas, a los que las interacciones sociales pueden suponer un reto.

Habilidades visuales-espaciales: Crear y utilizar recordatorios visuales como listas de control y carteles ayuda a desarrollar las habilidades visuales-espaciales, que son importantes para organizar y procesar la información visual en un contexto espacial.

Habilidades de adaptación: La lección anima a los alumnos a adaptarse a distintos escenarios y a utilizar habilidades de resolución de problemas, especialmente cuando participan en actividades que implican elegir los elementos correctos o adaptarse a reglas modificadas en el juego.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Las tarjetas pueden colocarse más cerca para crear menos dificultades a algunos alumnos.

Se puede añadir más actividad física a la tarea colocando las cartas más lejos.

TAREA

Se puede utilizar un póster de un niño y una niña con todo el equipo necesario.

Cada niño podría añadir pegatinas de tarjetas (por ejemplo, de velcro).

Algunas tarjetas podrían ser incorrectas (zanahoria, coche, elefante).

Introduzca un sistema de fichas para la finalización satisfactoria de tareas, en el que las fichas puedan canjearse por actividades preferidas o pequeñas recompensas, para fomentar la participación y el esfuerzo continuos.

EQUIPO

Se pueden utilizar objetos reales en lugar de imágenes, por ejemplo el lunes - Ropa deportiva, Cuaderno, Rotuladores, Bolsa, etc.

Las tarjetas pueden colocarse sobre una mesa o una silla para incluir a los alumnos con problemas de movilidad y a los usuarios de sillas de ruedas.

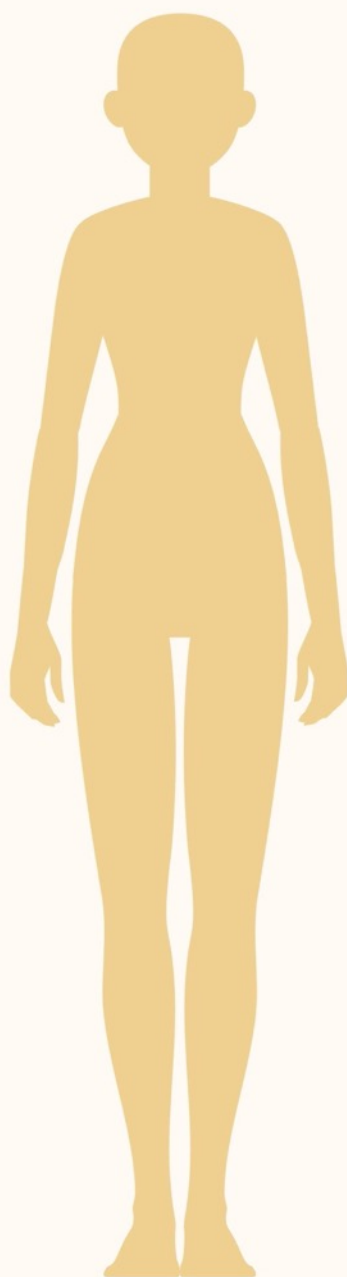
GENTE

Un profesor, un ayudante o un compañero pueden apoyar a los alumnos con menos capacidad o discapacidad visual ayudándoles a seleccionar cada tarjeta y hablándoles de ella.

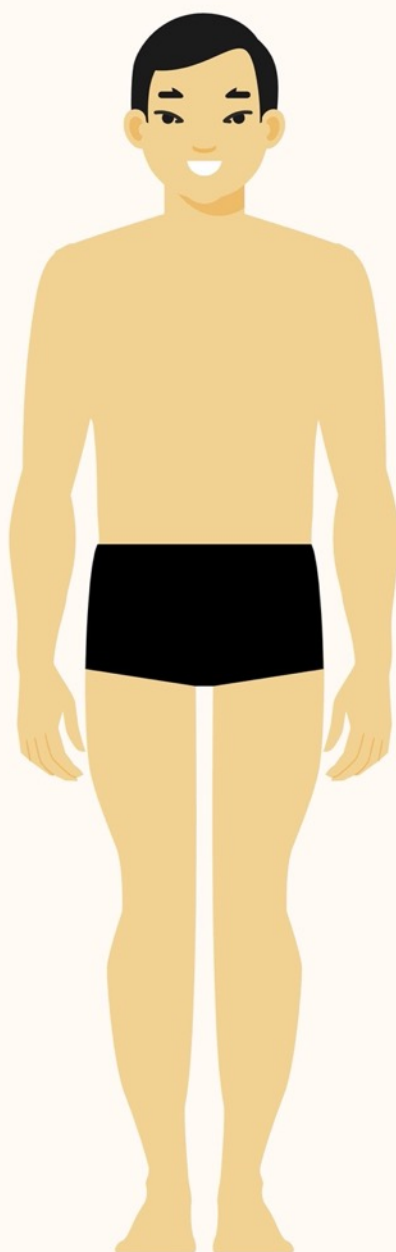
El partidario puede hablar en nombre del alumno y buscar un acuerdo.

Los alumnos pueden ayudar al profesor pegando las tarjetas o diciendo qué tarjetas se le ha olvidado añadir.

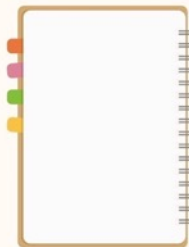
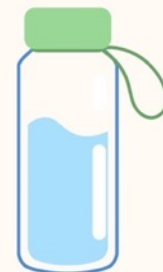
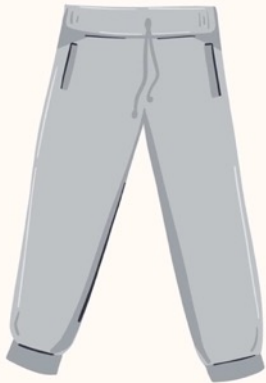
¿QUÉ ELEGIR HOY?



¿QUÉ ELEGIR HOY?



¿QUÉ ELEGIR HOY?



PLAN DE LECCIÓN B7

Transición de una actividad a otra

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Que los alumnos puedan pasar de una actividad a otra (transiciones) a lo largo de la sesión de educación física sin comportamientos desafiantes ni necesidad de ayuda.

MATERIALES

Pizarra blanca o rotafolio

Papel de rotafolio

Rotuladores

Ordenador y proyector para el cuento

[Enlace a la historia](#)

Carteles o imágenes que muestren comportamientos adecuados e inadecuados

Tarjetas con palabras clave

TÉCNICAS

Refuerzo diferencial: Reforzar sólo las Conductas que conducen a transiciones suaves y retener el refuerzo para las Conductas que no cumplen los criterios.

Señales visuales: Utilizar calendarios y pistas visuales para ayudar a los alumnos a anticiparse y prepararse para las transiciones. Esto puede incluir calendarios, imágenes de las próximas actividades o pistas simbólicas relacionadas con las actividades.

Juegos de rol: Involucrar a los alumnos en la representación de diferentes escenarios de transición para practicar los comportamientos adecuados y reforzar el aprendizaje a través de la acción.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos):

Reúna a los alumnos en clase antes de la clase de educación física y explíqueles que van a aprender la importancia de comportarse adecuadamente durante el cambio de actividades en educación física para que todos disfruten de la clase.

Presentación visual (10 minutos):

Muestre la historia visual o las imágenes que representan los comportamientos adecuados e inadecuados durante el cambio de actividad. Por ejemplo, puede utilizar una imagen de alumnos esperando pacientemente en fila junto a otra de alumnos

corriendo y empujándose. Discuta las diferencias y pregunte a los alumnos cuál de estos comportamientos es el correcto.

Debate (10 minutos):

Fomente un debate abierto sobre por qué es importante comportarse adecuadamente durante el cambio de actividades. Formule preguntas como "¿Cómo se siente cuando alguien se porta mal?". "¿Qué podemos hacer para que todos disfruten de la clase?". Escuche las respuestas de los alumnos y refuerce la importancia de respetar a los demás.

Actividad 1: Creación de tarjetas de palabras clave (10 minutos):

Escriba en la pizarra o en un papel grande palabras clave que describan los comportamientos adecuados e inadecuados durante el cambio de actividad. Algunos ejemplos de palabras clave son "esperar en la cola", "ser educado" y "escuchar al profesor". Invite a los alumnos a ayudarlo a crear estas tarjetas.

Actividad 2: Compromiso individual (10 minutos):

Pida a cada alumno que elija una palabra clave y se comprometa a recordarla durante la clase de educación física. Esta palabra clave servirá como recordatorio personal de cómo deben comportarse.

Actividad 3: Juego de rol (10 minutos):

Realice un juego de rol en el que un alumno actúe como el profesor y otro como el alumno que se comporta de forma inadecuada durante el cambio de actividades. Utilice las palabras clave y los carteles para el comportamiento adecuado e inadecuado. A continuación, cambie los papeles y permita que otros alumnos practiquen.

Repaso y cierre (5 minutos):

Vuelva a hablar de la importancia de comportarse adecuadamente durante el cambio de actividad y pida a los alumnos que compartan cómo piensan recordar sus palabras clave durante la clase de educación física.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Transiciones fluidas: Los alumnos realizarán de forma independiente la transición de una actividad de educación física a otra, utilizando los comportamientos aprendidos.

Autogestión del comportamiento: Los alumnos demostrarán la capacidad de gestionar sus comportamientos durante las transiciones sin la intervención directa de un adulto.

Respuesta a las señales visuales: Los alumnos responderán correctamente a las señales visuales que indican que está a punto de producirse una transición.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento (ABA): Se centra en el uso del refuerzo sistemático y las intervenciones estructuradas para modificar los comportamientos, especialmente eficaz para enseñar tareas estructuradas como las transiciones.

Teoría de la carga cognitiva: Al dividir la tarea de preparar la educación física en segmentos más pequeños y manejables (como el uso de ayudas visuales y técnicas interactivas), la lección reduce la carga cognitiva, lo que facilita a los alumnos el procesamiento y el recuerdo de la información.

Teoría del aprendizaje constructivista: El plan de clase utiliza estrategias de aprendizaje activo que requieren que los alumnos construyan el conocimiento a través de la experiencia, como el descubrimiento guiado y la enseñanza entre iguales, que se alinean con los principios constructivistas de que el conocimiento se construye a través de las experiencias.

Conductismo: El uso de recompensas (como la cumplimentación de la lista de control o los elogios de los compañeros durante las actividades de enseñanza entre iguales) refuerza el comportamiento positivo. Esto concuerda con los planteamientos conductistas de que el refuerzo positivo puede conducir a cambios de comportamiento.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de adaptación: Los alumnos mejorarán su capacidad para adaptarse a nuevas actividades de forma rápida y eficaz, reduciendo los tiempos de transición y las interrupciones.

Autorregulación: Mejora de la autorregulación durante las transiciones, demostrando una comprensión de cómo comportarse y gestionando eficazmente sus acciones.

Habilidades sociales: A través de juegos de rol y debates en grupo, los alumnos practicarán y mejorarán sus habilidades de comunicación y cooperación, vitales durante las transiciones.

Funcionamiento ejecutivo: Capacidades de planificación y ejecución reforzadas, cruciales para organizarse rápidamente en escenarios cambiantes.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio puede dividirse en estaciones de habilidades para que los alumnos puedan desarrollar las mismas habilidades al mismo tiempo en diferentes grupos (o formas) para cada actividad:

- 1: Creación de tarjetas de palabras clave

Actividad 2: Compromiso individual

Actividad 3: Juego de roles

TAREA A

todos los alumnos se les puede asignar un número 1, 2, 3 ó 4 y luego ir a las Estaciones de Habilidades numeradas alrededor de la sala para practicar las tres Actividades principales simultáneamente en diferentes grupos de la misma forma o de formas diferentes.

Discusión en grupo Puesta en común de objetivos y presentaciones de retroalimentación serían dadas por cada estación de destrezas a todos los alumnos de la clase.

Utilice guiones para enseñar a los alumnos los pasos necesarios para pasar de una actividad a otra. Estos guiones pueden ayudar a normalizar las respuestas y reducir la ansiedad durante los cambios.

Indicaciones y desvanecimiento introduciendo indicaciones al principio de las transiciones y reduciéndolas gradualmente a medida que los alumnos adquieren más destreza para gestionar las transiciones de forma independiente.

MATERIAL A

los alumnos se les puede dar un color Azul, Verde, Rojo o Amarillo e irán a la estación de destreza correcta, que puede estar marcada en el suelo con conos del color correspondiente, cinta adhesiva o un trozo de papel de color pegado a la pared.

PERSONAS

Durante las actividades de juegos de rol, los alumnos con capacidades superiores deben formar parejas con alumnos con capacidades inferiores para que ambos puedan aprender.

El apoyo y el aprendizaje entre iguales incluirá a alumnos de todas las capacidades.

PLAN DE LECCIÓN B8

Etiquetas propio comportamiento

90 min

Puede dividirse en dos o más sesiones

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Que los alumnos sean capaces de etiquetar su propio comportamiento y fijar sus propios objetivos.

MATERIALES

La historia de Ella: <https://ellakids.app/s/3a9ecd84-1e96-4a76-91ca-c3bae62fb8b4>

Papel

Rotuladores

Ejemplos de comportamiento

Pizarra o rotafolio

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostrar los Comportamientos deseados a través de ejemplos, haciendo hincapié en las interacciones positivas y las respuestas correctas.

Autocontrol: Enseñar a los alumnos a controlar sus propios comportamientos y su progreso hacia los objetivos, reforzando la autorregulación y la independencia.

ACTIVIDADES

Introducción (10 minutos)

Reúna a los alumnos en círculo y explíqueles que van a aprender a etiquetar su comportamiento y a fijarse objetivos personales. Anime a los alumnos a ser abiertos y honestos consigo mismos.

El profesor presenta la actividad al grupo y explica los pasos de la misma.

Cuento visual: El profesor mostrará el ejemplo del cuento creado por Ella.

Demostración: Muestre a los alumnos lo que tienen que crear y cómo proceder con la actividad.

Presentación de ejemplos de comportamientos (10 minutos)

Muestre carteles con ejemplos de comportamientos, tanto positivos como negativos, como "escuchar atentamente", "interrumpir a los demás", "ayudar a un compañero", etc. Hable de cada comportamiento y pida a los alumnos que comenten cuándo han mostrado ese comportamiento.

Actividad 1: Etiquetar comportamientos (10 minutos)

Entregue a cada alumno un trozo de papel y un rotulador. Pida a los alumnos que escriban o dibujen un comportamiento que hayan mostrado recientemente, ya sea positivo o negativo. A continuación, anímeles a etiquetar ese comportamiento.

Debate en grupo (10 minutos)

Los alumnos comparten en grupo lo que han etiquetado en sus papeles. Pueden explicar por qué eligieron ese comportamiento y en qué situaciones lo mostraron. Fomente un debate abierto y sin prejuicios.

Actividad 2: Fijación de objetivos (10 minutos)

Pida a los alumnos que elijan un comportamiento etiquetado que quieran mejorar. Anímeles a fijar un objetivo personal relacionado con ese comportamiento. Por ejemplo, si etiquetaron "interrumpir a los demás", su objetivo podría ser "esperar mi turno para hablar en clase".

Actividad 3: Planificación de la acción (10 minutos)

Los alumnos elaboran un plan de acción para alcanzar su objetivo; escriben los pasos necesarios o hacen dibujos para representar el plan.

Compartir objetivos (10 minutos)

Invite a los alumnos a compartir sus objetivos y planes con el grupo. Esto les permitirá recibir apoyo y comentarios constructivos.

Seguimiento y revisión (10 minutos)

Anime a los alumnos a que lleven un registro de sus progresos hacia sus objetivos. Pueden actualizar sus trabajos con regularidad para ver cómo progresan.

Celebración y cierre (10 minutos)

Celebre los logros de los alumnos, aunque sean pequeños. Anime a los alumnos a reconocer su crecimiento y su motivación para seguir mejorando.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Precisión en el etiquetado de conductas: Los alumnos etiquetarán con precisión sus conductas, tanto positivas como negativas.

Competencia para fijar objetivos: Los alumnos establecerán de forma autónoma objetivos personales de comportamiento realistas y comenzarán a desarrollar planes de acción para alcanzarlos.

Mejora de la autorregulación: Los alumnos demostrarán una mejora de la autorregulación supervisando su propio comportamiento y realizando ajustes para ajustarse a los objetivos fijados.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Teoría cognitiva social: Esta teoría, desarrollada por Albert Bandura, hace hincapié en el papel del aprendizaje por observación, la autoeficacia y la autorregulación. Al observar y debatir los comportamientos positivos y negativos a través de carteles de comportamientos ejemplares y de interacciones con los compañeros, los alumnos aprenden a modelar y reforzar los comportamientos deseables. Las fases de fijación de objetivos y planificación de la acción son cruciales para aumentar la creencia de los alumnos en sus capacidades para cambiar su comportamiento, fomentando una mayor autoeficacia.

Teoría constructivista: Según los principios del aprendizaje constructivista, los alumnos construyen nuevos conocimientos a partir de los que ya poseen. Este plan de clase implica a los alumnos en la construcción de una comprensión personal de sus comportamientos a través de la participación activa -etiquetando comportamientos, estableciendo objetivos y desarrollando planes de acción- haciendo que la experiencia de aprendizaje sea profundamente personal y contextualmente relevante.

Análisis del comportamiento aplicado: Fundamental para la enseñanza de la autoconciencia y la fijación de objetivos mediante la utilización de técnicas de refuerzo, incitación y modificación de la conducta para inculcar la comprensión y la aplicación del autoetiquetado y la consecución de objetivos.

Enfoques conductistas: El plan de clases utiliza principios del conductismo mediante el uso del refuerzo y la retroalimentación. Los alumnos que identifican comportamientos y reciben retroalimentación durante los juegos de rol y los debates experimentan un refuerzo en tiempo real, que ayuda a modificar los comportamientos. El refuerzo positivo anima a repetir los buenos comportamientos, mientras que la retroalimentación correctiva ayuda a desalentar los indeseables.

Teoría de la autodeterminación (TAD): Esta teoría se centra en la autonomía, la competencia y la relación como elementos esenciales de la motivación. Al permitir que los alumnos fijen sus propios objetivos y creen planes de acción, el plan de clase potencia su autonomía y competencia. Las discusiones en grupo y los comentarios de los compañeros apoyan el componente de relación, fomentando un entorno de aprendizaje de apoyo en el que los alumnos se sienten conectados con sus compañeros.

Práctica reflexiva: Arraigada en los trabajos de Donald Schön y otros teóricos de la educación, la práctica reflexiva se fomenta a través de actividades que requieren que los alumnos piensen en su comportamiento y en los efectos de estos comportamientos en los demás. Este ciclo reflexivo promueve un aprendizaje y una comprensión más profundos, que son fundamentales para el crecimiento y la adaptación personales.

Teoría del establecimiento de objetivos: Esta teoría de Locke y Latham subraya la importancia de unos objetivos claros y estimulantes y de la retroalimentación para un rendimiento eficaz y sustenta las actividades de fijación de objetivos de la lección. Al enseñar a los alumnos a fijar objetivos específicos, mensurables, alcanzables,

pertinentes y sujetos a plazos (SMART), la lección aplica directamente la teoría de la fijación de objetivos para mejorar las habilidades de autogestión de los alumnos.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Autoconciencia: Los alumnos mejorarán su comprensión de sus emociones, puntos fuertes, puntos débiles e impulsos. Esta habilidad es fundamental para el desarrollo personal y la inteligencia emocional.

Pensamiento reflexivo: Esta lección anima a los alumnos a pensar de forma crítica sobre sus comportamientos y las consecuencias de los mismos, fomentando el hábito de la práctica reflexiva, esencial para el aprendizaje permanente.

Fijación de objetivos: Los alumnos desarrollarán la capacidad de fijar objetivos realistas y alcanzables, una habilidad fundamental que ayuda al logro personal y académico. Esto incluye aprender a definir objetivos, identificar recursos y desarrollar planes de acción.

Autorregulación: Los alumnos practican la autorregulación estableciendo objetivos personales y controlando su comportamiento. Esto implica gestionar sus pensamientos y emociones para mejorar su capacidad de alcanzar objetivos individuales.

Comunicación interpersonal: A medida que los alumnos discuten sus comportamientos y objetivos, mejoran sus habilidades comunicativas. Esto incluye articular pensamientos, escuchar activamente y comprometerse respetuosamente con los compañeros.

Empatía y respeto: A través de los debates en grupo y el intercambio de puntos de vista personales, los alumnos aprenderán a empatizar con los demás y a respetar los diversos puntos de vista. Esto ayuda a construir relaciones interpersonales positivas.

Resolución de problemas: La actividad de planificación de la acción requiere que los alumnos piensen de forma creativa y estratégica sobre la consecución de sus objetivos, mejorando su capacidad de resolución de problemas.

Persistencia y resistencia: Establecer objetivos personales y trabajar para alcanzarlos ayuda a los alumnos a desarrollar la persistencia. Aprenden que los reveses forman parte del proceso de aprendizaje y que la perseverancia es fundamental para el éxito.

Liderazgo e iniciativa: Los alumnos practican el liderazgo y la iniciativa responsabilizándose de su cambio de comportamiento y apoyando a sus compañeros en sus objetivos.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio puede dividirse en Estaciones de Habilidades para que los alumnos puedan desarrollar las mismas habilidades al mismo tiempo en diferentes grupos (o formas) para cada una de las tres Actividades:

1. Etiquetado de comportamientos
2. Fijación de objetivos
3. Planificación de la acción

TAREA

Todos los alumnos pueden recibir un número 1, 2, 3 ó 4 y dirigirse a su estación de destrezas numerada 123 ó 4 por la sala para practicar las tres Actividades principales simultáneamente en diferentes grupos de la misma forma o de formas distintas.

Utilice avisos y fundidos para guiar el comportamiento durante las actividades y redúzcalos gradualmente a medida que los alumnos sean más competentes a la hora de etiquetar sus comportamientos y fijar objetivos.

Entrenamiento en ensayos discretos (DTT): Estructuración de la enseñanza en ensayos diferenciados y controlados que incluyen un estímulo, la respuesta del alumno y una consecuencia para reforzar la comprensión del comportamiento.

Economía de fichas: Implemente un sistema en el que los alumnos ganen fichas por etiquetar correctamente los comportamientos y fijar y perseguir con éxito los objetivos, que podrán canjear por actividades preferidas o recompensas.

EQUIPO

Los alumnos pueden recibir cada uno un color, azul, verde, rojo amarillo, y se dirigirán a la estación de destreza correcta, que puede estar marcada en el suelo con los correspondientes conos de colores, cinta adhesiva u hojas de papel de colores pegadas a la pared.

GENTE

Los alumnos con capacidades superiores deben participar con los alumnos con capacidades inferiores para que ambos puedan aprender.

El apoyo y el aprendizaje entre iguales permitirán la inclusión de alumnos de todas las capacidades.

PLAN DE LECCIÓN B9

Comunica sus necesidades

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos puedan comunicar adecuadamente deseos y necesidades al profesor de educación física durante la sesión.

MATERIALES

Papel de rotafolio

Rotuladores

Tarjetas con dibujos de deseos y necesidades comunes en la clase de educación física.

Pizarra blanca o papel grande y rotuladores.

Tarjetas con palabras clave.

Un espacio adecuado para realizar la actividad.

TÉCNICAS

Juegos de rol: Involucrar a los alumnos en actividades estructuradas de juegos de rol que imiten situaciones de la vida real con las que podrían encontrarse durante la educación física, proporcionando retroalimentación y refuerzo inmediatos.

Corrección de errores: Proporcionar comentarios constructivos inmediatamente después de los intentos de comunicación, ayudando a los alumnos a aprender de los errores y a perfeccionar sus habilidades.

Diálogo abierto: (el profesor hace preguntas y comparte dos opciones para que los alumnos respondan con la correcta). Al elegir las opciones correctas, los alumnos sentirán que su comportamiento es correcto y mejorará su autoestima.

Aprendizaje andamiado: Proporcionar apoyo temporal a los alumnos a medida que desarrollan nuevas destrezas, reduciendo gradualmente la ayuda a medida que adquieren más destreza.

Ayudas visuales interactivas: Mejoran el aprendizaje al atraer a los alumnos visual y cinestésicamente, promoviendo una mejor comprensión y retención de la información.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos):

Reúna a los alumnos en círculo y explíqueles que van a aprender a comunicar lo que necesitan o desean durante la clase de educación física para disfrutar más de la actividad. Anime a los alumnos a participar activamente y sin miedo.

Presentación visual (10 minutos):

Muestre las tarjetas con imágenes de deseos y necesidades comunes en la clase de educación física, como el descanso para beber agua, la ayuda para ir al baño, etc. Explique qué representa cada imagen y cómo comunicar estas necesidades al profesor. Utilice un lenguaje claro y directo.

Debate (10 minutos):

Fomente un debate abierto sobre la comunicación de sus necesidades y deseos durante la clase de educación física. Haga preguntas como "¿Por qué es importante decir lo que necesitas?". "¿Qué ocurre si no dices lo que necesitas?". Escuche las respuestas de los alumnos y valide sus opiniones.

Actividad 1: Creación de tarjetas de palabras clave (10 minutos):

Escriba palabras clave relacionadas con la comunicación en la pizarra o en un papel grande. Por ejemplo, palabras como "agua", "ayuda", "descanso" y "baño". Invite a los alumnos a ayudarlo a crear estas tarjetas.

Actividad 2: Escenarios de juegos de rol (15 minutos):

Realice algunos escenarios de juegos de rol en los que los alumnos deban comunicar sus necesidades y deseos al profesor. Esto les ayudará a practicar situaciones reales. Asegúrese de dar retroalimentación positiva y corregir constructivamente.

Repaso y cierre (10 minutos):

Vuelva a hablar de la importancia de comunicarse adecuadamente durante una clase de educación física y pida a los alumnos que compartan cómo piensan recordar sus palabras clave de comunicación durante la clase de educación física.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación clara: Los alumnos demostrarán la capacidad de expresar clara y adecuadamente sus necesidades y deseos durante las sesiones de educación física.

Mejora de la autodefensa: Los alumnos defenderán de forma independiente sus necesidades utilizando las estrategias aprendidas.

Mejora de la comprensión del impacto de la comunicación: Los alumnos reconocerán y debatirán los efectos de una comunicación eficaz en su experiencia de educación física y en las interacciones con sus compañeros.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en el uso de métodos estructurados de enseñanza, refuerzo y retroalimentación para promover la comunicación de necesidades y deseos de forma eficaz.

Teoría del aprendizaje social: Enfatiza el papel del Modelado y la imitación en el aprendizaje de nuevos Comportamientos, apoyando el uso del juego de roles y el Modelado de Comportamientos en la lección.

Teoría cognitiva: Subraya la importancia de comprender los procesos que subyacen al cambio de comportamiento, destacando la necesidad de técnicas de aprendizaje activas y comprometidas, como la representación de papeles y la resolución de problemas.

Teoría de la autodeterminación: Destaca la importancia de fomentar la autonomía y la competencia, que son fundamentales para una autodefensa y una comunicación eficaces.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Comunicación eficaz: Los alumnos aprenderán a comunicar con claridad y confianza sus necesidades y deseos a los demás, concretamente en un contexto de educación física. Esto incluye verbalizar necesidades como la hidratación, el descanso o la asistencia durante las actividades.

Escucha activa: Este plan de clases hace hincapié en la importancia de escuchar las instrucciones y las necesidades de los demás, lo que resulta crucial para comprender y responder adecuadamente a las interacciones sociales dentro de las clases de educación física.

Desarrollo de la empatía: Los alumnos desarrollarán la empatía participando en juegos de rol y discutiendo las necesidades y sentimientos de los demás. Comprender y respetar las perspectivas de los compañeros durante las actividades de educación física fomenta un entorno más inclusivo y solidario.

Habilidades de resolución de problemas: Los alumnos practicarán la identificación de problemas (como malentendidos o conflictos sobre las necesidades durante la educación física) y el pensamiento crítico para desarrollar soluciones apropiadas, mejorando sus habilidades de resolución de problemas.

Habilidades de autodefensa: Este plan anima a los alumnos a abogar por sí mismos exponiendo claramente sus necesidades. Aprender a autodefenderse respetuosa y eficazmente es una habilidad vital fundamental.

Apoyo entre compañeros y trabajo en equipo: A través de actividades y debates en grupo, los alumnos mejorarán su capacidad para trabajar de forma cooperativa con los demás, proporcionando y recibiendo apoyo según sea necesario durante las sesiones de educación física.

Resiliencia y adaptabilidad: Los estudiantes aprenderán a adaptar su comunicación en respuesta a diferentes situaciones y reacciones, lo que es vital para desarrollar la resiliencia y la flexibilidad en los ámbitos académico y personal.

Toma de decisiones: Mediante la elección de estrategias de comunicación apropiadas y la respuesta a situaciones hipotéticas, los alumnos mejorarán su capacidad de toma de decisiones, aprendiendo a considerar los efectos de sus elecciones sobre sus experiencias y las de sus compañeros.

Habilidades de liderazgo: A través de la dirección de debates y escenarios de juegos de rol, los estudiantes tienen la oportunidad de desarrollar habilidades de liderazgo, guiando e influyendo positivamente en sus compañeros.

Conciencia cultural y social: Reconociendo y respetando los diversos estilos y necesidades de comunicación, los estudiantes mejorarán su conciencia social, promoviendo un entorno más armonioso en entornos multiculturales.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio puede dividirse en Estaciones de Habilidades para que los alumnos puedan desarrollar las mismas habilidades al mismo tiempo en diferentes grupos (o formas) para cada una de las dos Actividades:

Actividad 1: Creación de tarjetas de palabras clave

Actividad 2: Escenarios de juegos de rol

TAREA

Todos los alumnos pueden recibir un número 1, 2, 3 ó 4 y dirigirse a la estación de destrezas 123 4 marcada en la pared para practicar las dos Actividades principales simultáneamente en diferentes grupos de la misma forma o de diferentes formas adaptadas.

Cada estación de destrezas realizaría debates en grupo y presentaciones de comentarios a todos los alumnos de la clase.

Implemente un sistema de fichas en el que los alumnos obtengan recompensas por comunicar adecuadamente sus necesidades, reforzando así el comportamiento positivo.

Utilice indicaciones verbales y visuales para guiar a los alumnos en sus intentos de comunicación, reduciendo gradualmente las indicaciones a medida que los alumnos sean más hábiles.

EQUIPO

A cada alumno se le puede asignar un color, azul, verde, rojo o amarillo, y se dirigirá a la estación de destreza correcta, que puede estar marcada en el suelo con los correspondientes conos de colores, cinta adhesiva u hojas de papel de colores pegadas a la pared.

GENTE

Los alumnos con mayor capacidad pueden participar con alumnos con menor capacidad para que ambos puedan aprender y alcanzar sus objetivos.

El apoyo y el aprendizaje entre iguales permitirán la inclusión de alumnos de todas las capacidades.

PLAN DE LECCIÓN B10

Demuestra una nueva habilidad en grupo

80 minutos

Puede dividirse en dos sesiones

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Que los alumnos sean capaces de mostrar una nueva destreza en un formato de enseñanza en grupo de 5 o más niños.

MATERIALES

Historia de Ella <https://ellakids.app/s/30a60537-e995-4e2c-aa86-54e3f5f0527d>

Ropa deportiva

Medallas a medida

Conos

Tenis o pelotas de softball

TÉCNICAS

Análisis de la tarea: Descomponer la habilidad de lanzar una pelota en componentes pequeños y manejables que los alumnos puedan aprender paso a paso.

Modelado del comportamiento: Demostración de la habilidad deseada (lanzamiento) mediante demostraciones claras y paso a paso por parte del profesor y permitiendo el modelado entre iguales dentro de los grupos.

Provocación y desvanecimiento: Guiar inicialmente el comportamiento del alumno con incitaciones verbales o físicas, reduciendo luego gradualmente estas incitaciones a medida que aumenta la competencia.

Refuerzo diferencial: Proporcionar un refuerzo positivo para las técnicas correctas y una corrección suave para los errores, fomentando la mejora continua.

Economía de fichas: Utilizar fichas u otras recompensas por demostrar técnicas de lanzamiento correctas o por trabajar eficazmente dentro del grupo, reforzando tanto la adquisición de habilidades como el trabajo en equipo.

ACTIVIDADES

Introducción (10 minutos):

Reúna a los alumnos en una zona de lanzamiento y explíqueles que van a aprender

una nueva habilidad: lanzar una pelota entre 5 personas después de haberla dominado de forma individual. Anímeles a estar abiertos a aprender juntos y a trabajar en equipo.

Presente la actividad al grupo y explique los pasos.

Historia visual: El profesor mostrará el ejemplo de la historia creada por Ella

Demostración: Muestre a los alumnos lo que tienen que conseguir y cómo hacerlo fácilmente

Trabajo en grupo: El trabajo en grupo les ayudará a ayudarse mutuamente y a mejorar sus habilidades sociales.

Demostración inicial (10 minutos):

El monitor o instructor de educación física demuestra cómo lanzar la pelota correctamente, centrándose en la postura, el agarre y el movimiento del brazo. Utilizan un lenguaje sencillo y repiten los pasos importantes.

Práctica individual (5 minutos):

Pida a cada alumno que practique el lanzamiento de la pelota por separado. Proporcione comentarios individuales y ajuste las instrucciones en función de las necesidades de cada alumno.

Formación de grupos (5 minutos):

Divida a los alumnos en grupos de 5 o más, asegurándose de que cada grupo tenga una variedad de destrezas y niveles de habilidad. Esto fomentará la colaboración y el apoyo mutuo.

Práctica en grupo (20 minutos):

Cada grupo sigue las instrucciones para lanzar juntos la pelota. Fomente la comunicación y la colaboración en el grupo, asegurándose de que todos los alumnos participan y se apoyan mutuamente.

Evaluación y ajuste (10 minutos):

El profesor de educación física se pasea por los grupos y observa los progresos, ofreciendo consejos individualizados y los ajustes necesarios.

Competición amistosa (15 minutos):

Organice una competición amistosa entre los grupos para ver quién puede lanzar la pelota más lejos o con más precisión. El énfasis aquí debe ponerse en la participación y el disfrute más que en ganar.

Celebración (5 minutos):

Reconozca los logros y el trabajo en equipo de los alumnos. Puede dar pequeños premios o aplausos. Reparta medallas elaboradas por el profesor; pueden pintarlas a su gusto o venir ya pintadas.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Adquisición de habilidades: Los alumnos demostrarán la capacidad de lanzar una pelota de tamaño tenis con una mano con precisión. Aprenderán y aplicarán técnicas correctas de postura, agarre y movimiento del brazo, mostrando una mejora mensurable en su precisión y distancia de lanzamiento.

Colaboración en equipo: Cada alumno participará activamente en ejercicios de grupo, aprendiendo a cooperar con sus compañeros en un entorno de equipo. Comprenderán las funciones de los distintos miembros del equipo y contribuirán a alcanzar un objetivo común mediante una comunicación eficaz y el apoyo mutuo.

Desarrollo de habilidades sociales: Los alumnos mejorarán sus interacciones sociales participando en actividades que requieran apoyarse y animarse mutuamente. Aprenderán la importancia del refuerzo positivo entre compañeros y cómo proporcionar comentarios constructivos.

Espíritu competitivo y deportividad: Los alumnos desarrollarán un espíritu competitivo sano a través de la competición amistosa. Aprenderán a equilibrar la competitividad con la buena deportividad, respetando a los adversarios y valorando la participación por encima de la victoria.

Resiliencia emocional: Los alumnos adquirirán resiliencia aprendiendo a manejar el éxito y la decepción en actividades competitivas y cooperativas. Practicarán el mantenimiento de una actitud y un esfuerzo positivos independientemente de los resultados, comprendiendo que la mejora llega con la práctica y la persistencia.

Resolución de problemas: Durante las actividades, los alumnos se enfrentarán a escenarios que requieren rapidez mental y resolución de problemas, como ajustar su estrategia en función del resultado de la actuación. Aprenderán a analizar su actuación y a tomar decisiones tácticas para mejorar su eficacia.

Aptitud física y coordinación: Los alumnos mejorarán su coordinación física y su forma física mediante la participación activa en actividades de lanzamiento. Este resultado favorece el desarrollo de las habilidades motrices y fomenta un estilo de vida saludable.

Inclusividad y adaptabilidad: Los alumnos comprenderán y aplicarán formas de incluir a todos los compañeros, independientemente de su nivel de destreza, adaptando las actividades para garantizar que todos puedan participar de forma significativa.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades motrices y coordinación física: Mejora de la motricidad fina y gruesa mediante la práctica repetitiva de técnicas de lanzamiento.

Comunicación y habilidades interpersonales: Desarrollar una comunicación clara y la capacidad de trabajar eficazmente en equipo es crucial para los deportes y actividades de grupo.

Resolución de problemas y pensamiento crítico: Cultivar la capacidad de evaluar y ajustar rápidamente las estrategias en respuesta a los comentarios sobre el rendimiento durante las actividades de grupo.

Liderazgo e iniciativa: Animar a los alumnos a asumir papeles de liderazgo dentro de sus grupos, fomentando la iniciativa y la responsabilidad.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en el uso de enfoques sistemáticos para enseñar nuevas habilidades y comportamientos, haciendo hincapié en el refuerzo para solidificar el aprendizaje.

La teoría constructivista sugiere que los alumnos construyen el conocimiento a través de las experiencias. Los alumnos construyen y perfeccionan su comprensión basándose en la experiencia física y la interacción social mediante la realización de actividades prácticas, como lanzar una pelota. El formato de enseñanza en grupo facilita el aprendizaje entre iguales, en el que los alumnos pueden aprender de las técnicas y los comentarios de los demás, encarnando el concepto de Vygotsky de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), en la que la colaboración entre iguales conduce a un aprendizaje que podría no producirse de forma independiente.

Teoría del aprendizaje social: La teoría de Albert Bandura destaca la importancia de la observación, la imitación y el modelado en el aprendizaje. En esta lección, los alumnos observan a sus compañeros y al instructor para aprender y reproducir las técnicas de lanzamiento correctas. El formato de grupo potencia este proceso, ya que los alumnos ven múltiples demostraciones y reciben comentarios variados, lo que fomenta la mejora a través del aprendizaje por observación y el refuerzo social.

La teoría del aprendizaje motor se centra en la adquisición de habilidades motoras a través de la práctica, la retroalimentación y el procesamiento de la información sensorial. La estructura de la lección, desde la práctica individual hasta la práctica en grupo y el juego competitivo, se alinea con las etapas del aprendizaje motor: cognitiva, asociativa y autónoma. Estas etapas describen cómo progresan los alumnos desde la comprensión de una nueva habilidad, su perfeccionamiento y, finalmente, su ejecución sin esfuerzo.

La teoría de la autodeterminación hace hincapié en el papel de la autonomía, la competencia y la relación en la motivación y el desarrollo psicológico. La lección apoya la autonomía permitiendo a los alumnos tomar el control de su aprendizaje mediante la fijación de objetivos y la autoevaluación. La competencia se desarrolla a medida que los alumnos mejoran sus habilidades de lanzamiento y reciben una retroalimentación positiva, y la afinidad aumenta a través de las interacciones en grupo y las experiencias compartidas.

La teoría de la carga cognitiva se refiere a la cantidad de información que la memoria de trabajo puede retener a la vez. Al estructurar la sesión de aprendizaje para que aumente gradualmente la complejidad -desde la observación y la práctica de movimientos sencillos hasta la participación en una competición-, este plan de clases ayuda a gestionar la carga cognitiva, garantizando que los alumnos no se sientan abrumados y puedan integrar eficazmente las nuevas habilidades.

Teoría del aprendizaje experiencial: El modelo de Kolb, que pasa por la experiencia concreta, la observación reflexiva, la conceptualización abstracta y la experimentación activa, es pertinente en este caso. Los alumnos se implican directamente en la tarea (lanzar pelotas), reflexionan sobre su técnica, conceptualizan mejoras o ajustes y experimentan con distintos enfoques durante la práctica en grupo y la competición.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre los alumnos puede ser más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos o para reducir o aumentar el desafío para los demás.

TAREA

Esta actividad puede organizarse en una Speed Date. Las Speed Dates tienen dos líneas de alumnos enfrentados.

Los alumnos más hábiles o los ayudantes de cátedra forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1 y cada persona desciende una fila. La Línea 2 mantiene la pelota.

En una Cita Rápida, las parejas de alumnos pueden situarse más lejos o más cerca. Todos pueden participar en la misma actividad de diferentes maneras y con diferentes personas simultáneamente.

EQUIPO

Para satisfacer mejor las necesidades de los alumnos, pueden utilizarse pelotas de diferentes colores, texturas, tamaños y formas. Las pelotas pueden tener cascabeles y ser de diferentes deportes. Pueden utilizarse bolsas de judías en lugar de pelotas. Cada alumno tendrá una experiencia de aprendizaje personalizada. Diferentes pelotas pueden mejorar el compromiso o reducir el estrés.

Utilice pelotas hechas de papel y cinta adhesiva Sellotape si no dispone de material. En una Cita rápida, la fila de alumnos menos capaces debe sujetar el equipo mientras los alumnos más capaces se mueven en la fila como se ha descrito anteriormente.

En una Cita rápida, las parejas de alumnos pueden optar por situarse más lejos o



más cerca.

Todos pueden participar en la misma actividad de diferentes maneras y con diferentes equipos y personas simultáneamente.

GENTE

El entrenamiento entre iguales puede tener lugar en la línea 1, ya que los alumnos con mayores capacidades entrenan a los de menores capacidades.

Los alumnos aprenderán a adaptarse a las necesidades de los alumnos con menos capacidades y a incluir

NOTAS A LOS PLANES DE LECCIONES B11-B13

HABILIDADES CONDUCTUALES EN EL CONTEXTO PE

Los tres planes de lecciones siguientes se refieren a las habilidades conductuales del banco de objetivos de educación física. Abordan el comportamiento desafiante de los niños con TEA en entornos inclusivos durante las clases de educación física. Dado que cada niño con TEA es único, las diferentes estrategias y enfoques adoptados por los profesores de educación física pueden funcionar de mejor manera. En consecuencia, los planes de clase de PEfect hacen sugerencias ejemplares para abordar determinados comportamientos.

Para impartir clases de educación física inclusivas y de alta calidad, los profesores de educación física deben comprender a sus alumnos con necesidades especiales, incluidos los comportamientos desafiantes, las condiciones físicas, etc.

LECCIONES

B11: A lo largo de la sesión de educación física, el profesor hará que todos los niños adopten comportamientos que favorezcan el aprendizaje de todos ellos.

B12: Permanece dentro del grupo de 5 o más niños durante toda la sesión de educación física

B13: Responder a todas las preguntas/solicitudes presentadas por los compañeros durante una sesión de educación física.

ESCENARIO:

Entorno: En una clase de educación física que dura 45 minutos, hay 20 alumnos del curso 6th. Uno de estos alumnos es Iván, un chico de 12 años que padece TEA y TDAH. Durante algunas clases de educación física, un profesor ayudante apoya a Iván; en otras, el profesor de educación física puede aplicar la tutoría entre iguales.

Iván se emociona cuando llega a la clase de educación física en el gimnasio del colegio. No le gusta cuando las actividades cambian demasiado deprisa. Si lo hacen, puede molestarse y enfadarse. Debido a su déficit de atención, cuando el profesor le explica las tareas, a veces parece que no está prestando atención. A Iván le cuesta mantenerse concentrado y hacer lo que le dice el profesor. A veces, empieza a moverse, a saltar y a hacer ruidos fuertes. Esto puede interferir en el proceso de aprendizaje de los demás alumnos.

Este escenario sugiere una situación de comportamiento a la que los profesores de educación física pueden enfrentarse en cualquier clase de educación física, independientemente del objetivo o los ejercicios. Las modificaciones del plan de clase sugieren que un profesor asistente puede apoyar al profesor de educación física en algunas clases. Esto facilitará el proceso de gestión de los comportamientos inadecuados.

El objetivo del profesor puede ser hacer que se produzcan más comportamientos adecuados, que se produzcan menos comportamientos inadecuados o que no se produzcan en absoluto.

El profesor podría utilizar una metodología para fomentar los comportamientos adecuados como el moldeamiento, el encadenamiento, el estímulo y el desvanecimiento. El moldeamiento consiste en recompensar los pasos que se acercan

al comportamiento deseado. El encadenamiento refuerza una serie de acciones conectadas que conducen al resultado deseado. El estímulo da pistas antes de una acción para recordar lo que se espera. El desvanecimiento consiste en retirar lentamente los recordatorios o las recompensas para que los comportamientos deseados se produzcan de forma natural.

Aplicando estos métodos al escenario con Iván, el niño con TEA y TDAH.

DANDO FORMA A

En el caso de Iván, el profesor puede elogiar y recompensar los pequeños pasos hacia una mejor concentración y comportamiento. Si Iván suele alterarse durante las transiciones rápidas, el profesor puede recompensarle por mantener la calma un poco más durante cada transición. El profesor ayudante supervisa estos estímulos adicionales.

ENCADENAMIENTO

En el caso de Iván, dividir las tareas en pasos más pequeños puede ayudar. Si la clase está realizando una actividad física compleja, el profesor puede guiar a Iván a través de cada paso y recompensarle por completarlos en secuencia. El profesor asistente supervisa la tarea por separado.

PROMETIENDO

El profesor puede dar a Iván instrucciones claras y directas antes de las actividades para ayudarlo a entender lo que se espera de él. Por ejemplo, diciéndole: "Iván, recuerda mantener la calma y escuchar" antes de las transiciones. El profesor ayudante supervisa cada indicación adicional.

FADING

A medida que Iván se familiariza con las rutinas y las expectativas, el profesor puede reducir gradualmente la cantidad de ayuda y recordatorios que le da, permitiéndole demostrar de forma natural los comportamientos adecuados con el tiempo. El profesor ayudante participa en la clase de educación física pero sólo apoya las indicaciones cuando es necesario.

TUTORÍA POR PARES

Otro enfoque es utilizar un sistema de tutoría entre iguales (Modificaciones: Personas) que apoyará una forma individualizada de aprendizaje.

La tutoría entre iguales consiste en que los alumnos ayuden a otros a aprender. Puede implicar varias formas de enseñar, como mostrar cómo se hace algo, explicar las cosas, hacer preguntas y dar retroalimentación y elogios para ayudar al otro alumno a aprender mejor. Para Iván, la tutoría entre iguales puede ser una forma muy eficaz de aprender, aumentar la confianza y hacer amigos. Para el alumno, mejora su inteligencia emocional a través del voluntariado.

Cómo hacer que la tutoría entre iguales funcione para Ivan

Selección de compañeros tutores: Elija estudiantes que no sólo sean buenos en la asignatura, sino que también tengan la paciencia y la comprensión necesarias para ayudar a Iván. Estos compañeros tutores deben estar formados para proporcionar el

tipo de apoyo adecuado.

Aprendizaje a medida: El tutor de Iván debe tener un plan sobre qué enseñar y qué necesita aprender Iván. Las lecciones deben ajustarse a las capacidades y al ritmo de aprendizaje de Iván.

Seguimiento del progreso: Vigile lo bien que está aprendiendo Iván y compárelo con su rendimiento anterior. Esto ayuda a ver el progreso que está haciendo.

Refuerzo positivo: Cuando Iván lo hace bien, es importante recompensarle de alguna manera. Recompense al mismo tiempo al compañero tutor. Puede ser algo "pequeño", como un elogio, pero motivará a ambos para mantener su interés y compromiso.

Los beneficios de la tutoría entre iguales para Ivan

Apoyo individualizado de un compañero que entiende sus necesidades únicas.

Un entorno de aprendizaje cómodo y propicio.

Mayor confianza en el aprendizaje y las interacciones sociales.

La oportunidad de hacer amigos y entablar relaciones positivas.

Este enfoque ajustado de la tutoría entre iguales hace especial hincapié en el apoyo individualizado, la comprensión de las necesidades de Iván y la creación de una experiencia de aprendizaje positiva e integradora para él. Aprovecha los beneficios de la tutoría entre iguales para ayudarlo a prosperar en el aula.

Los beneficios para el tutor

Los tutores mejoran en una materia cuando se la enseñan a otra persona. Necesitan conocerla bien para poder explicarla. Mejoran hablando con los demás porque deben explicar las cosas y responder a las preguntas. Los tutores aprenden a elogiar, a ser amables y a comprender cuando los demás necesitan ayuda con su aprendizaje. Los alumnos tutores mejoran su inteligencia emocional, una habilidad fundamental para la vida. Los alumnos tutores se convierten en líderes al ayudar a los demás. Esto les da más confianza en sí mismos. Los tutores se sienten bien cuando ayudan a los demás a aprender y a hacerlo bien. Aprenden a ser pacientes porque cada persona aprende de forma diferente. Los tutores se sienten orgullosos cuando ayudan a otros a tener éxito. Ganarán más confianza en el aprendizaje y en las interacciones sociales y tendrán la oportunidad de hacer amigos de forma inclusiva y establecer relaciones positivas.

PLAN DE LECCIÓN B11

Los alumnos adoptan comportamientos que favorecen el aprendizaje de todos los niños

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos participen en actividades divertidas e interactivas para mejorar su coordinación entre piernas y brazos, incluidos los niños con TEA, realizando actividades con adaptaciones para dar cabida a diversas necesidades. Equilibra las actividades individuales y de grupo para atender a las distintas capacidades al tiempo que mantiene a los alumnos activos y motivados.

MATERIALES

Espacio abierto (gimnasio, campo o patio de recreo)
Conos o marcadores
Balones (de fútbol, baloncesto, balón prisionero, etc.)
Ayudas visuales
Cronómetros o temporizadores
Herramientas sensoriales

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostrar las habilidades y los comportamientos deseados mediante ejemplos claros, asegurándose de que todos los alumnos, incluidos los que padecen TEA, puedan observar e imitar con precisión.

Refuerzo diferencial: Proporcione un refuerzo positivo específico para los Comportamientos que favorezcan el aprendizaje y la cooperación entre los alumnos, corrigiendo al mismo tiempo los Comportamientos indeseables de forma rápida y constructiva.

Apoyos visuales e indicaciones: Utilice ayudas visuales de forma sistemática para guiar las actividades y las expectativas, reduciendo gradualmente las indicaciones a medida que los alumnos adquieran independencia.

Interacción estructurada entre iguales: Facilitar interacciones estructuradas entre los alumnos para potenciar el aprendizaje social y la cooperación, utilizando juegos de rol y estrategias mediadas por compañeros para fomentar el compromiso y un comportamiento adecuado.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos):

Los alumnos se reúnen en círculo.

Explicación del objetivo de la lección y de la importancia de respetar las experiencias de aprendizaje de los demás.

Muestre ayudas visuales que ilustren los comportamientos esperados.

Los alumnos comparten sus ideas sobre cómo pueden ayudar o dificultar el aprendizaje de sus compañeros.

Calentamiento (10 minutos):

Haga que los alumnos corran o caminen por la zona designada.

Utilice un silbato para señalar los cambios de dirección o de ritmo.

Anímelos a permanecer atentos a su entorno y a evitar colisiones.

Incluya al alumno con TEA en el calentamiento, asegurándose de que se siente cómodo.

Anime al profesor asistente a apoyar al alumno con TEA para que se mantenga concentrado e implicado durante el calentamiento.

Los alumnos se dividen en pequeños grupos o en parejas.

Actividad 1: Regate de fútbol (10 minutos)

Coloque conos a modo de campo de regateo.

Cada alumno regatea por turnos un balón de fútbol a través del campo utilizando los pies y manteniendo el control.

Anime al alumno con TEA a participar y utilice avisos si se produce un comportamiento inadecuado. Permita descansos si es necesario.

Actividad 2: Pases de baloncesto (10 minutos)

Asigne a cada pareja una pelota de baloncesto.

Los alumnos practican el pase del balón a su compañero mientras se mueven y coordinan los movimientos de sus brazos.

Haga hincapié en una técnica de pase adecuada.

Asigne al alumno con TEA un compañero que comprenda sus necesidades.

Adapte la actividad para acomodarla al alumno con TEA, permitiéndole participar de un modo que se adapte a sus capacidades.

Centre su atención durante las demostraciones y señale cada comportamiento inadecuado.

Fomente el juego cooperativo en el que el compañero del alumno con TEA pueda apoyarle cuando lo necesite.

Enfriamiento (5 minutos):

Reúna a los alumnos en círculo.

Reflexión y revisión de lo que han aprendido y experimentado mientras dirigen un enfriamiento y elogian los esfuerzos individuales.

Conclusión (5 minutos):

Agradezca a todos los alumnos su participación y esfuerzo.

Destaque la importancia de la inclusividad y del trabajo en equipo en la clase. Mencione las próximas lecciones o actividades.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Coordinación motriz: Los alumnos demostrarán una mejor coordinación entre brazos y piernas en diversas actividades físicas, medida por su capacidad para completar recorridos o rutinas establecidos con mayor precisión.

Autorregulación del comportamiento: Los alumnos mostrarán una reducción de los comportamientos perturbadores y un aumento de la autorregulación durante las sesiones de educación física, según lo observado por los profesores y lo registrado en las herramientas de seguimiento del comportamiento.

Participación inclusiva: Todos los alumnos, incluidos aquellos con TEA, participarán activamente en cada sesión, mostrando una mayor comodidad y compromiso en entornos de grupo.

Habilidades sociales y cooperativas: Los alumnos demostrarán una mayor capacidad para trabajar con sus compañeros, seguir las normas del grupo y apoyarse mutuamente en el aprendizaje a través de actividades físicas cooperativas.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en la aplicación sistemática de intervenciones basadas en los principios de la teoría del aprendizaje para mejorar los Comportamientos sociales en un grado significativo, y demostrar que las intervenciones empleadas son responsables de la mejora del Comportamiento.

Teoría del aprendizaje social: Hace hincapié en el aprendizaje a través de la observación, la imitación y el modelado, que es fundamental en entornos de grupo en los que los alumnos aprenden unos de otros, así como del profesor.

Teoría del aprendizaje motor: Destaca la importancia de la práctica, la retroalimentación y el procesamiento sensorial de los movimientos, que son esenciales en la enseñanza de habilidades motoras complejas en educación física.

Teoría de la carga cognitiva: Garantiza que las tareas se presenten de forma manejable para las capacidades cognitivas de los alumnos, lo que facilita un mejor aprendizaje y retención de las destrezas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Aptitud física y coordinación: Mejora de la motricidad fina y gruesa mediante actividades físicas estructuradas.

Habilidades de comunicación: Desarrollar la capacidad de comunicar necesidades, seguir instrucciones y expresarse con eficacia en un grupo.

Conciencia emocional y social: Aumentar la conciencia del propio comportamiento sobre los demás, fomentar la empatía y mejorar las interacciones con los compañeros.

Resolución de problemas y adaptabilidad: Cultivar la capacidad de ajustar las estrategias en función de las exigencias de la actividad y de las interacciones con los compañeros, mejorando la flexibilidad y la capacidad de resolución de problemas.

Liderazgo y trabajo en equipo: Animar a los alumnos a asumir papeles de liderazgo en las actividades, fomentar la iniciativa y el trabajo en equipo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Actividad 1

Haga los espacios entre los conos más pequeños o más grandes para adaptarse a las necesidades de los alumnos o proporcionar un reto más importante para algunos. Disponga de un lugar tranquilo donde el alumno con TEA pueda ir si necesita un descanso.

Establezca diferentes distancias entre los conos en las distintas calles.

Actividad 2

Véanse las modificaciones en el plan de la lección M3

TAREA

Calentamiento y actividad 1

Utilice anillos concéntricos de conos, cada uno de un color diferente, para crear carriles en los que regatear el balón, correr o caminar. Los alumnos más hábiles o con mayor movilidad se enfrentarán a un reto más importante, moviéndose en los carriles exteriores, que también pueden ser más estrechos o más anchos, mientras que las personas con discapacidades físicas pueden regatear en los carriles interiores, que son más cortos. Los usuarios de sillas de ruedas pueden tener su propio carril.

Actividad 2

Desglose las actividades físicas complejas en pasos más pequeños y manejables que todos los alumnos puedan entender y seguir, utilizando indicaciones visuales y verbales.

En una cita de velocidad, los alumnos pueden dividirse en dos líneas. En la línea 1 están los alumnos con mayor destreza; en la línea 2, los alumnos con menor destreza sostienen el equipo adaptado. Se enfrentan para practicar simultáneamente las

mismas destrezas de forma diferente. Una vez que ambas líneas hayan practicado sus habilidades, el alumno del extremo de la línea 1 (alumnos con mayor destreza) se desplazará al otro extremo, y todos los de la línea se desplazan un espacio para enfrentarse a una nueva persona. Esta metodología permite que diferentes alumnos practiquen juntos y mejoren sus habilidades.

La distancia entre cada pareja puede cambiarse para crear retos mayores o menores. El tamaño o la forma de la pelota pueden cambiarse para crear retos mayores o menores. Los colores pueden cambiarse para los alumnos con problemas visuales. La textura puede cambiarse para los alumnos con problemas sensoriales. La línea con menos habilidades siempre sujetará el equipo.

Los compañeros pueden apoyar a los alumnos con menos aptitudes.

Las tareas también pueden desglosarse en componentes de tareas para mejorar las habilidades.

Pueden instalarse estaciones de habilidad (véase el plan de la lección M4) en cada esquina de la sala, por ejemplo, Estación 1: Lanzar y observar cuidadosamente una pelota grande.

Estación 2: Mantenga las manos juntas y abiertas mientras observa y atrapa con cuidado.

Estación 3: Atrapar y lanzar una pelota un poco más pequeña o más pesada.

Estación 4: Pelotas más pequeñas, mayor distancia entre la captura y el lanzamiento. Cada estación contendrá un componente de la captura. El profesor puede trasladar a los alumnos a otras estaciones o preguntarles si desean desplazarse.

EQUIPO

Las bolas pueden tener diferentes colores, pesos, formas, tamaños o texturas. Las pelotas también pueden tener agujeros y dibujos. Esto permitirá la inclusión de personas con dificultades para ver determinados colores y proporcionará alternativas atractivas para las personas con problemas sensoriales.

Se puede utilizar una pelota con cascabel para los alumnos con discapacidad visual.

En lugar de un silbato, el profesor puede levantar un cono rojo (alto), verde (adelante) o amarillo (espera) para señalar a los alumnos.

GENTE

Incluya a un ayudante que sepa cómo apoyar a los niños con TEA.

Asocie al niño con TEA con un amigo que le comprenda y pueda servirle de apoyo.

Enseñe a los demás alumnos a ser amables y pacientes para que todos puedan trabajar juntos.

Los compañeros pueden apoyar a los que tienen menos habilidades.

PLAN DE LECCIÓN B12

Estancias en grupo de 5 o más niños

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos participen en juegos de relevos que mejoren el trabajo en equipo y la coordinación con el objetivo adicional de que el niño con TEA participe cómodamente dentro de un grupo de 5 o más niños durante toda la sesión.

MATERIALES

Espacio abierto (campo de gimnasio o patio de recreo)
Conos o marcadores bastones de relevo y aros Hula hoops
Cronómetros o temporizadores
Herramientas sensoriales

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostrar la participación correcta en actividades de grupo para proporcionar ejemplos claros a todos los alumnos, incluidos los que padecen TEA.

Refuerzo diferencial: Proporcionar una retroalimentación positiva específica para el Comportamiento y la participación apropiados del grupo, reforzando estas acciones a la vez que se corrigen suavemente los Comportamientos indeseables.

Claves visuales y horarios: Implantar ayudas visuales que describan los pasos de las actividades, ayuda a los alumnos con TEA a entender qué esperar y reduce la ansiedad ante las transiciones.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos)

Todos los alumnos se reúnen en círculo.
Explicación del objetivo de la lección y de la importancia de respetar las experiencias de aprendizaje de los demás.
Muestre señales y ayudas visuales que ilustren las posiciones adecuadas.

Calentamiento (10 minutos)

Haga que los alumnos corran o caminen por la zona designada.
Utilice un silbato para señalar los cambios de dirección o de ritmo.
Anímeles a permanecer atentos a su entorno y a evitar colisiones.

Incluya al alumno con TEA en el calentamiento, asegurándose de que se siente cómodo.

Anime al profesor ayudante a apoyar al alumno con TEA para que se mantenga concentrado e implicado durante el calentamiento y permanezca en grupo con los demás.

Divida a los alumnos en equipos de 5 o más, con el niño con TEA en uno de los equipos. Utilice aros de hula-hula dispuestos en filas para marcar las posiciones en las que los alumnos deben esperar su turno en la actividad.

Actividad 1: Carrera de relevos (10 minutos)

Prepare un recorrido de relevos con balizas.

Cada equipo se pasa por turnos un testigo de relevo, haciendo hincapié en el trabajo en equipo y la coordinación.

Anime a los alumnos con TEA a permanecer en fila en su hula-hoop y esperar. Centre su atención en el alumno que está jugando antes que ellos. Permita descansos si es necesario.

Repita el juego retirando los hula-hoops

Actividad 2: Desafío en equipo (10 minutos)

Cree un desafío por equipos en el que cada uno de ellos deba resolver un rompecabezas o completar una tarea juntos. Los cinco equipos se colocan en fila en sus hula-hoops. Cada equipo debe completar un rompecabezas juntos. Cada pieza del puzzle representa una parte diferente de un monumento famoso. Para tener éxito, todos los miembros del equipo deben trabajar juntos para colocar las piezas del puzzle en el orden correcto. Cuando se da la señal de inicio, el primero de la izquierda corre hacia el lugar donde debe completarse el puzzle y deja su pieza. Regresa y toca al siguiente alumno que repite el ejercicio. Cuando todas las piezas están en su sitio, todo el equipo va y completa el rompecabezas. Cuando está completo, vuelven corriendo y ocupan sus posiciones.

Centre su atención durante las demostraciones.

Fomente el juego cooperativo en el que el compañero del alumno con TEA pueda apoyarle cuando lo necesite.

Repita el juego retirando los hula-hoops.

Enfriamiento (5 minutos)

Reúna a los alumnos en círculo.

Reflexionen sobre lo que han aprendido y experimentado.

Reconozca los esfuerzos de todos y elógielos.

Dirija una breve rutina de estiramientos para enfriar los músculos.

Conclusión (5 minutos)

Agradezca a todos los alumnos su participación y esfuerzo.

Destaque la importancia de la inclusividad y del trabajo en equipo en la clase.

Mencione las próximas lecciones o actividades.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Participación en grupo: Los alumnos con TEA demostrarán su capacidad para participar activamente en grupo durante toda la sesión de educación física, lo que mejorará su implicación social y reducirá su aislamiento.

Mejora del trabajo en equipo y la coordinación: Todos los alumnos mostrarán una mejor capacidad de trabajo en equipo y de coordinación a través de la participación con éxito en juegos de relevos y desafíos por equipos.

Comunicación eficaz: Los alumnos mejorarán sus habilidades comunicativas, aprendiendo a expresar sus necesidades y a cooperar con sus compañeros durante las actividades.

Mayor comodidad y compromiso: Los alumnos con TEA mostrarán una mayor comodidad y compromiso en entornos de grupo, mostrando progresos en la adaptación y disfrute de la participación social.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado de la conducta: Hace hincapié en la utilización de intervenciones estructuradas basadas en el refuerzo para modificar los comportamientos, lo que resulta crucial para ayudar a los alumnos con TEA a adaptarse a las actividades de grupo y participar en ellas.

Teoría del aprendizaje social: Destaca la importancia del aprendizaje a través de la observación y la interacción con los iguales, apoyando la técnica de interacción estructurada entre iguales.

Teoría de la autodeterminación: Se centra en el fomento de la autonomía y la competencia, lo que es especialmente importante para aumentar la motivación y la participación de los alumnos con TEA.

Teoría cognitiva de la integración social: Subraya los beneficios de la integración social para los niños con TEA, apoyando su desarrollo mediante actividades sociales estructuradas y basadas en el trabajo en equipo.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Trabajo en equipo: Los alumnos desarrollarán habilidades efectivas de trabajo en equipo trabajando juntos durante los juegos de relevos y los desafíos por equipos.

Comunicación: Se observará una mejora de las habilidades comunicativas cuando los alumnos colaboren con sus compañeros.

Resolución de problemas: Los alumnos desarrollarán habilidades de resolución de problemas mientras trabajan colectivamente para completar los retos.

Empatía: Los alumnos mejorarán su empatía a medida que comprendan y respondan a sus necesidades únicas.

Autonomía y autorregulación: Los alumnos con TEA mejorarán sus capacidades de autonomía y autorregulación, sintiéndose gradualmente más cómodos dentro de los entornos de grupo.

Inclusividad y respeto: El plan de clases inculcará valores de inclusividad y respeto entre todos los alumnos, promoviendo un entorno de clase acogedor y comprensivo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Asegúrese de que las zonas para las actividades estén despejadas y no demasiado abarrotadas.

Haga las zonas para las actividades más pequeñas o más grandes para adaptarse a las necesidades de los alumnos o proporcionar un mayor desafío para algunos.

Haga un lugar tranquilo donde los alumnos con TEA puedan ir si necesitan un descanso.

TAREA

Facilite las tareas dividiéndolas en pasos más pequeños.

Conceda tiempo extra si es necesario.

Proporcione rompecabezas más pequeños a los equipos con capacidades inferiores.

Utilice recorridos de práctica de demostración y palabras para explicar lo que hay que hacer.

El calentamiento puede utilizarse para evaluar las habilidades de los alumnos (véanse las modificaciones de B11 STEP).

EQUIPO

Se puede utilizar cualquier cosa como porra.

Se puede hacer un dibujo sobre varias hojas de papel de colores para que actúe como un rompecabezas gigante.

Las hojas de papel pueden contener números o letras que hay que poner en orden en lugar de un rompecabezas.

Se pueden utilizar marcadores Poly Spot de distintos colores para cada grupo para marcar las posiciones en el suelo.

Un gran reloj de pared permitirá a los alumnos saber cuándo empezará y terminará cada actividad de acuerdo con el plan de la lección.

GENTE

Utilice indicaciones y desvanecimientos para ayudar a los alumnos, en particular a los que padecen TEA, durante las actividades y reduzca gradualmente estas indicaciones a medida que adquieran más independencia.

Disponer de un asistente pedagógico para apoyar a los niños con TEA.

Aumente el número de alumnos en los equipos más cualificados para proporcionar un mayor desafío.

Empareje al niño con TEA con un amigo que le comprenda y pueda servirle de apoyo.

Enseñe a los demás alumnos a ser amables y pacientes, para que todos puedan participar, conseguir logros y disfrutar de los sentimientos que conllevan los logros.

Para fomentar la reflexión, se puede preguntar a los alumnos: "¿Qué has hecho bien?". "¿Qué podrías mejorar?" y, a continuación, "¿Qué cambiarías si volvieras a realizar la actividad?".

Utilizar la interacción estructurada entre iguales para promover el aprendizaje social, utilizando a los compañeros como modelos y sistemas de apoyo dentro de las actividades de grupo.

PLAN DE LECCIÓN B13

Responde a todas las preguntas/solicitudes presentadas por los compañeros

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos participen en un juego deportivo asegurándose de que el niño con TEA participe activamente respondiendo a las preguntas y peticiones de sus compañeros durante la sesión de educación física utilizando a un tutor como apoyo.

MATERIALES

Espacio abierto (gimnasio, campo o patio de recreo)
Conos o marcadores, bastones de relevo y aros Hula hoops
Cronómetros o temporizadores
Herramientas sensoriales

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento dirigido: Demostración de interacciones sociales y participación en juegos, centrándose en cómo responder a las preguntas y peticiones de los compañeros.

Indicaciones y desvanecimiento: Utilizar indicaciones para guiar las respuestas e interacciones adecuadas, reduciendo gradualmente estas indicaciones a medida que los alumnos adquieren confianza y destreza.

Refuerzo sistemático: Proporcionar una retroalimentación positiva coherente y específica por las respuestas adecuadas y la participación en las actividades, reforzando los Comportamientos deseados.

Instrucción mediada por iguales: Utilización de compañeros tutores formados para facilitar la interacción social y modelar un comportamiento adecuado, mejorando las oportunidades de aprendizaje de los alumnos con TEA.

Apoyos y señales visuales: Implementación de señales visuales claras y estructuradas para ayudar a comprender las reglas del juego y los Comportamientos esperados, apoyando la comprensión y la ejecución de las tareas.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos):

Todos los alumnos se reúnen en círculo.

Explicación del objetivo de la lección y de la importancia de respetar las experiencias de aprendizaje de los demás.

Asigne un tutor de iguales y explíquelo sus tareas y lo que se espera del alumno con TEA.

La atención se centra en que el alumno con TEA responda a las preguntas del compañero, como "¿Dónde está la cárcel?" y a las indicaciones, como "Intenta evitar chocar con la gente".

Calentamiento (10 minutos)

Haga que los alumnos corran o caminen por la zona designada.

Utilice un silbato para señalar los cambios de dirección o de ritmo.

Anímelos a permanecer atentos a su entorno y a evitar colisiones.

Incluya al alumno con TEA en el calentamiento, asegurándose de que se siente cómodo.

Anime al tutor a apoyar al alumno con TEA para que se mantenga concentrado e implicado durante el calentamiento y permanezca en grupo con los demás.

Actividad 1: Capturar la bandera (10 minutos)

Divida a los alumnos en dos equipos

Prepare una zona de juego con un límite claro en el centro y una zona "cárcel" para cada equipo.

Explique las reglas: Cada equipo tiene una bandera escondida en su territorio. El objetivo es capturar la bandera del equipo contrario y devolverla a la "base" de su equipo sin ser marcado por el equipo contrario. Si es marcado, un jugador va a la cárcel del equipo contrario y puede ser liberado si un compañero de equipo le toca. Un Tutor Paritario puede ayudar al alumno con TEA a comprender los objetivos y las estrategias del juego. El Compañero Tutor debe hacer preguntas para obtener respuestas.

El profesor de educación física también debe animar a los alumnos con TEA a responder a las preguntas y peticiones de sus compañeros, incluida la coordinación de planes para capturar la bandera o ayudar a liberar a los compañeros de la cárcel.

Actividad 2: Lanzamiento de bolsas de judías (10 minutos)

Organice un juego de lanzamiento de bolsas de judías con zonas designadas como objetivos, como aros hula hoops o puntos marcados en el suelo.

Divida a los alumnos en parejas o pequeños grupos

Proporcione a cada grupo bolsas de judías para lanzar.

Explique las reglas: El objetivo es lanzar las bolsas de judías a las zonas objetivo para ganar puntos. Cuanto más cerca del centro caiga la bolsa, más puntos valdrá.

El Tutor Paritario debe ayudar al alumno con TEA a comprender los objetivos y las estrategias. El Tutor Paritario debe plantear preguntas para obtener respuestas.

El profesor de educación física también debe animar al alumno con TEA a responder a preguntas o peticiones, como discutir estrategias con sus compañeros y turnarse para lanzar las bolsas de judías.

Enfriamiento (5 minutos)

Reúna a los alumnos en círculo.

Reflexionen sobre lo que han aprendido y experimentado.

Reconozca los esfuerzos de todos.
Dirija una breve rutina de estiramientos para enfriar los músculos.

Conclusión (5 minutos)

Agradezca a todos los alumnos su participación, esfuerzo y trabajo en equipo. Destaque la importancia de la inclusividad y del trabajo en equipo en la clase. Mencione las próximas lecciones o actividades.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación receptiva: Los alumnos con TEA demostrarán su capacidad para responder adecuadamente a las preguntas y peticiones de sus compañeros en más del 80% de las oportunidades durante los juegos.

Mejora de la interacción social: Todos los alumnos mostrarán una mejora de sus habilidades sociales, participando de forma cooperativa y comunicándose eficazmente en actividades de equipo.

Compromiso activo: Los alumnos con TEA se involucrarán activamente en los grupos, manteniendo la participación con indicaciones mínimas al final de la sesión.

Interacciones empáticas entre iguales: Los compañeros tutores mostrarán una mayor empatía y comprensión hacia los alumnos con TEA, apoyando eficazmente su participación e interacción.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en la aplicación práctica de las intervenciones conductuales para mejorar la interacción social y las habilidades comunicativas de los alumnos con TEA.

La teoría del aprendizaje social hace hincapié en que los alumnos aprenden observando a los demás dentro de un contexto social. Las actividades estructuradas en esta lección, en particular a través de los compañeros tutores, proporcionan oportunidades para que el niño con TEA modele su comportamiento, mejorando la comunicación y las interacciones sociales con sus compañeros.

Conductismo: Mediante el uso coherente de estímulos conductuales y el refuerzo de los comportamientos positivos, esta lección pretende condicionar a los alumnos para que respondan adecuadamente a las señales y peticiones sociales. El programa de refuerzo fortalece los comportamientos deseados a lo largo del tiempo, haciendo que las interacciones sociales formen parte del repertorio del alumno.

Teoría constructivista: Al participar en actividades prácticas como Capturar la bandera y Lanzar la bolsa de judías, los alumnos construyen su comprensión y sus conocimientos a través de las experiencias. Este enfoque ayuda a integrar los

aspectos teóricos del trabajo en equipo y la comunicación con la aplicación práctica, mejorando los resultados del aprendizaje.

Teoría de la educación inclusiva: Esta teoría respalda las modificaciones y adaptaciones realizadas en la lección para garantizar que todos los alumnos puedan participar plena y eficazmente, independientemente de sus capacidades. La estructura de la lección aboga por un entorno inclusivo en el que los alumnos con TEA puedan interactuar con sus compañeros en condiciones menos restrictivas.

Teoría de la autodeterminación: Esta teoría fomenta la autonomía y la autodefensa. Permitir que los alumnos con TEA participen activamente y respondan a sus compañeros en juegos estructurados favorece sus componentes de competencia, relación, autonomía, motivación intrínseca crítica y compromiso.

Teoría de la mente: Al situar a los alumnos con TEA en escenarios en los que deben interpretar y responder a las necesidades y peticiones de los demás, la lección favorece el desarrollo de la empatía y la comprensión, que suelen ser áreas problemáticas para los individuos con TEA.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de resolución de problemas: Mejora de las habilidades de resolución de problemas durante el juego, aprendiendo a superar los retos y a elaborar estrategias con los compañeros.

Autorregulación e independencia: Aumento de la capacidad de autorregulación e independencia mediante la participación activa y la respuesta a las demandas situacionales en educación física.

Trabajo en equipo: Los alumnos desarrollarán habilidades efectivas de trabajo en equipo trabajando juntos durante los juegos y los desafíos por equipos.

Comunicación: Se observará una mejora de las habilidades comunicativas cuando los alumnos interactúen y colaboren con sus compañeros.

Empatía: la empatía mejorará a medida que comprendan y respondan a las necesidades individuales.

Independencia y autodefensa: Los alumnos aprenderán a comunicarse y a defender sus necesidades individuales, fomentando la independencia y la autorregulación.

Inclusividad y respeto: El plan de clases inculcará valores de inclusividad y respeto entre todos los alumnos, promoviendo un ambiente de clase acogedor y comprensivo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Actividad 1: Marque una cancha para el juego con conos o cinta de colores.

Asegúrese de que las zonas para las actividades estén despejadas y no demasiado abarrotadas.

Este juego puede llegar a ser ruidoso, así que disponga de un lugar tranquilo donde los alumnos con TEA puedan ir si necesitan un descanso.

Actividad 2: Aumente la distancia al blanco para crear un reto alcanzable para los lanzadores más expertos.

Utilice la demostración, las carreras de práctica y las palabras para explicar lo que hay que hacer.

TAREA

Actividad 1: Facilite las tareas dividiéndolas en pasos más pequeños; por ejemplo, el alumno con TEA puede participar sólo como defensor o sólo como atacante en diferentes rondas.

Conceda tiempo extra si es necesario.

Actividad 2: Pueden utilizarse estaciones de habilidades para impartir la actividad de forma más inclusiva. (Véase el plan de la lección M4)

Calentamiento: Puede utilizarse para evaluar las habilidades de los alumnos (véase B11 Modificaciones).

EQUIPO

Utilice bolas hechas de papel y cinta adhesiva Sellotape si no dispone de equipo.

En una Cita Rápida, la fila de alumnos menos capaces debe sujetar el equipo mientras los alumnos más capaces se mueven en la fila como se ha descrito anteriormente. (véase el plan de la lección M3)

En una cita rápida, las parejas de estudiantes pueden elegir situarse más lejos o más cerca.

Todo el mundo puede participar en la misma actividad de diferentes maneras y con diferentes equipos y personas simultáneamente.

Actividad 1: Se puede colocar un cono o una pelota en una silla en lugar de una bandera.

Actividad 2: Para crear retos diferenciados, además de bolsas de judías, se pueden utilizar pelotas de diferentes colores, texturas, tamaños y formas. Las pelotas pueden tener cascabeles y ser de diferentes deportes. Cada alumno tendrá una experiencia de aprendizaje personalizada. Diferentes pelotas pueden aumentar el reto, mejorar el compromiso o reducir el estrés.

Utilice objetivos de diferentes tamaños para los distintos alumnos con el fin de crear un reto alcanzable. (Cajas de cartón de diferentes tamaños)

PLAN DE LECCIÓN M1

Imita una secuencia de acción motriz modelada por el profesor de educación física

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que el alumno desarrolle la motricidad y la coordinación imitando diversas acciones motrices al tiempo que practica las habilidades sociales.

MATERIALES

Materiales de la estación de imitación de motores

Tarjetas de autoevaluación del movimiento

Tarjetas visuales

Imitar acciones en la historia social de PE

Formulario de autoevaluación del profesor

TÉCNICAS

Cuentos sociales: Los alumnos participan en un cuento sobre cómo moverse como los demás.

Modelado del comportamiento: Demostrar las acciones motrices que se espera que los alumnos imiten, proporcionando un ejemplo claro a los alumnos. Los alumnos observan a sus compañeros realizar conductas y se ponen en contacto con el refuerzo.

Indicaciones y desvanecimiento: Utilizar indicaciones verbales, físicas o visuales para guiar las acciones de los alumnos, reduciendo gradualmente las indicaciones a medida que los alumnos adquieren destreza.

Refuerzo diferencial: Proporcionar un refuerzo positivo específico para las acciones imitadas con precisión y las interacciones sociales apropiadas, y una retroalimentación correctiva para las imitaciones inexactas.

Análisis de tareas: Emplear el análisis de tareas para detallar y enseñar los pasos implicados en cada acción motriz, facilitando a los alumnos la comprensión y la repetición de los movimientos.

Autoevaluación/refuerzo (los alumnos reflexionan sobre sus actividades)

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos las acciones de imitación y la historia social. Haga preguntas para comprobar la comprensión a lo largo de todo el proceso.

Prepare el aula con las estaciones de imitación motriz:

Espejo:

Coloque espejos donde los alumnos puedan imitar acciones tontas de sus compañeros en el espejo.

Baile: Suena música de baile tranquila y cada alumno hace por turnos un movimiento de baile para que los demás lo imiten.

Animales: los alumnos seleccionan una tarjeta de animal, realizan una acción y los demás la imitan.

Guíe a los alumnos por las estaciones de imitación añadiendo indicaciones si es necesario y pídeles que autoevalúen si han realizado la acción correctamente utilizando las tarjetas de autoevaluación del movimiento.

Los alumnos practicarán la conciencia social observando y sirviendo de modelo a sus compañeros.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Adquisición de habilidades motrices: Los alumnos imitarán con precisión un conjunto de acciones motrices demostradas por el profesor, mejorando su coordinación y sus habilidades motrices, según lo medido por la observación del profesor y las tarjetas de autoevaluación.

Mejora de las habilidades sociales: Los alumnos demostrarán una mejora de las interacciones sociales al relacionarse con sus compañeros mediante actividades de modelado e imitación, según lo observado por los profesores y lo comunicado por los compañeros.

Autoevaluación mejorada: Los estudiantes desarrollarán habilidades de autoevaluación, siendo capaces de criticar sus propias actuaciones e identificar áreas de mejora utilizando tarjetas de autoevaluación.

Desarrollo cognitivo y físico: Los alumnos mejorarán sus capacidades cognitivas y físicas integrando las observaciones visuales en la ejecución motriz, perfeccionando sus movimientos basándose en los comentarios de los compañeros y del profesor.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis del comportamiento aplicado: Se centra en la aplicación práctica de intervenciones conductuales para mejorar las habilidades motoras finas y gruesas, así como las conductas sociales, mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo. Esta perspectiva psicológica se centra en la idea de que todos los comportamientos se aprenden a través de la interacción con el entorno. La enseñanza utiliza principios

conductistas como el refuerzo y la repetición. Los refuerzos positivos, como los elogios y las tarjetas de autoevaluación, animan a los alumnos a repetir los comportamientos deseados, solidificando así el aprendizaje de las acciones motrices adecuadas.

La teoría del aprendizaje motor se centra en cómo los individuos adquieren y perfeccionan habilidades a través del movimiento físico, la práctica y la retroalimentación. La lección aprovecha el aprendizaje motor estructurando actividades que requieren repetición y ajuste, que son claves para el desarrollo de las habilidades motoras. Al imitar las acciones, los alumnos mejoran su capacidad para procesar la información visual, convertirla en órdenes motoras y perfeccionar sus movimientos basándose en la retroalimentación, de acuerdo con los principios del aprendizaje motor.

Teoría del aprendizaje social: La teoría de Albert Bandura hace hincapié en que las personas aprenden unas de otras mediante la observación, la imitación y el modelado. Esta lección utiliza el modelado entre iguales y las historias sociales para facilitar el aprendizaje, en el que los alumnos observan las acciones demostradas de sus compañeros y del profesor y luego intentan reproducirlas. Esto ayuda a aprender habilidades motrices específicas y a comprender las señales sociales asociadas a cada acción.

La teoría constructivista del aprendizaje sugiere que los alumnos construyen el conocimiento a través de las experiencias. En esta lección, los alumnos son participantes activos en lugar de receptores pasivos de información. Los alumnos construyen su comprensión de los movimientos físicos y las interacciones sociales participando en estaciones interactivas como la imitación de espejos, la danza y las acciones de animales, lo que hace que el aprendizaje sea más significativo y se adapte a sus experiencias personales.

Teoría del desarrollo cognitivo: La teoría de Jean Piaget puede aplicarse para comprender cómo los niños se adaptan a las acciones físicas que observan y las organizan en esquemas coherentes. La lección apoya el desarrollo cognitivo desafiando a los alumnos a adaptar los comportamientos observados a su repertorio de movimientos, mejorando su flexibilidad cognitiva y su capacidad para resolver problemas.

Aprendizaje experimental: El ciclo de aprendizaje experiencial de Kolb sugiere que el aprendizaje se facilita mejor a través de la experiencia concreta, la observación reflexiva, la conceptualización abstracta y la experimentación activa. Este plan de clases permite a los alumnos experimentar directamente las actividades físicas, reflexionar sobre su rendimiento, comprender los principios subyacentes de los movimientos y utilizar estos conocimientos para mejorar y experimentar con nuevos movimientos en un entorno de apoyo.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación y control motor: Los alumnos demostrarán una mejora de sus habilidades motrices y de su conciencia corporal mediante la participación activa en tareas de imitación.

Interacción social y trabajo en equipo: Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo mediante la participación en actividades de grupo y el aprendizaje de la cooperación y la comunicación eficaz con los compañeros.

Autorregulación y adaptabilidad: Mejora de las habilidades de autorregulación mediante la gestión de su comportamiento y la adaptación de las acciones en función del entorno del grupo y los requisitos de la tarea.

Comunicación y empatía: Mejora de la comunicación de las necesidades y de la comprensión de los demás, fomentando un entorno de respeto y apoyo mutuos entre los alumnos.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre las estaciones puede hacerse más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos o para variar el desafío.

Numere a cada persona, por ejemplo, del 1 al 5. Cada grupo se reúne en una estación. Cada grupo puede elegir un líder o un ayudante que apoye al grupo. (Véase el plan de la lección M3).

TAREA

Utilice el encadenamiento para descomponer acciones motrices complejas en pasos más pequeños y manejables que puedan aprenderse secuencialmente para llegar a la acción completa.

Las citas rápidas tienen dos líneas de estudiantes y mesas entre las líneas.

Los estudiantes más cualificados o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1, y cada persona desciende una fila.

Todo el mundo puede participar en diferentes actividades de diferentes maneras y con diferentes personas simultáneamente. (Véase el plan de la lección M3).

EQUIPO

Utilice bolas hechas de papel y cinta adhesiva Sellotape si no dispone de equipo.

GENTE

La tutoría entre iguales puede llevarse a cabo con alumnos más hábiles que guíen a los menos capacitados. Antes del debate, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias.

PLAN DE LECCIÓN M1 HISTORIA SOCIAL



Imitar acciones en educación física.

En clase de educación física aprendimos a imitar acciones. Imitar significa copiar lo que hacen otras personas. Es como jugar a seguir al líder.



¿Por qué imitamos?

En educación física imitamos para aprender nuevos movimientos y ejercicios. Cuando vemos a otros hacer algo, nos ayuda a entender cómo hacerlo también.



Cómo imitar

Para imitar acciones, tenemos que prestar atención a lo que hacen los demás. Podemos observar sus movimientos corporales, escuchar las instrucciones del profesor e intentar por todos los medios copiarlos.



La práctica hace al maestro

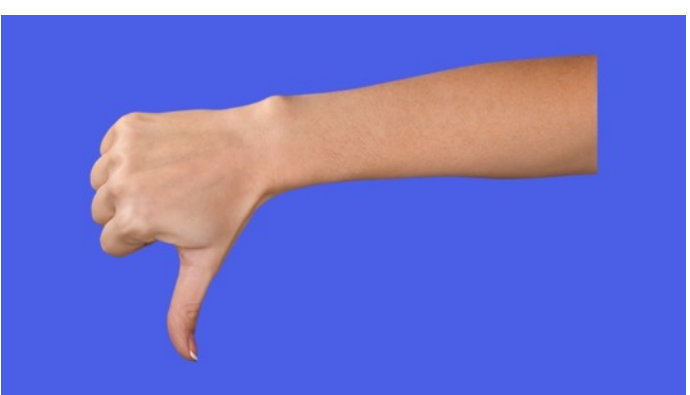
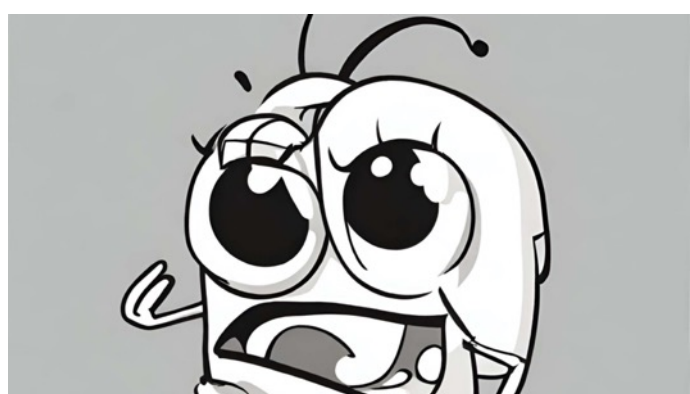
Imitar acciones requiere práctica. Puede que no lo hagamos bien a la primera, y no pasa nada. Podemos seguir intentándolo y practicando.



Divertirse juntos

Imitar acciones no es sólo aprender, también es divertirse con nuestros amigos.

PLAN DE LECCIÓN M1 TARJETAS DE EVALUACIÓN DEL MOVIMIENTO



PLAN DE LECCIÓN M1 TARJETAS DE ESTÍMULO VISUAL



PLAN DE LECCIÓN M1 FORMULARIO DE EVALUACIÓN DEL PROFESOR

Instrucciones: el profesor debe rellenar esta lista de comprobación después de completar la lección.

OBJETIVO	¡LO HICE!	TAL VEZ LA PRÓXIMA VEZ	NOTAS SOBRE CÓMO FUE
1. Adaptó la historia social con los alumnos.			
2. Repasó la historia social con los alumnos.			
3. Hizo preguntas para comprobar la comprensión al hacer el repaso de la historia social.			
4. Preparó y dirigió las estaciones de imitación en las que los alumnos se colocan en pequeños grupos y van rotando a las diferentes estaciones para completar una actividad de imitación, por ejemplo. Coloque espejos en los que imiten acciones tontas de sus compañeros en el espejo. Suenan una música de baile tranquila y cada alumno se toma un término haciendo un movimiento de baile para que los demás lo imiten. Los alumnos eligen una tarjeta de animal, realizan una acción y los demás la imitan.			
5. Hizo que los alumnos realizaran una autoevaluación durante cada actividad de imitación pidiéndoles que levantaran las tarjetas de movimiento para autoevaluarse e identificar si ellos mismos habían imitado la acción correctamente.			
6. Utilice indicaciones adicionales, si es necesario, para ayudar a los alumnos a imitar, pasar de una estación a otra y/o autoevaluarse. Puede tratarse de indicaciones visuales, imágenes, verbales, de cerca, gestos y/o elementos como espejos.			
7. Concluya la sesión repasando la historia social con los alumnos.			

PLAN DE LECCIÓN M2

Salta sobre un pie por la habitación sin caerse.

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que el alumno desarrolle las habilidades motoras y la coordinación aprendiendo a saltar por la habitación mientras practica la dirección, el seguimiento y las habilidades sociales.

MATERIALES

Materiales para la carrera de obstáculos

Tarjetas de autoevaluación del movimiento (pueden ser las mismas utilizadas en M1)

Tarjetas visuales

Aprender a saltar historia social

Vídeo de saltos en YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=52dWXhfcEms>

Formulario de autoevaluación del profesor

Autoevaluación/refuerzo (los alumnos reflexionan sobre sus actividades)

TÉCNICAS

Modelización del comportamiento: Demostración de la técnica correcta de salto mediante demostraciones en vivo y vídeo Modelado para proporcionar ejemplos claros a los alumnos.

Análisis de la tarea: Descomponer la habilidad de salto en pasos más pequeños y manejables, enseñando cada componente por separado para garantizar la comprensión y el dominio.

Relato social: Una narración personalizada y breve diseñada para enseñar comportamientos o conceptos sociales específicos describiendo las señales sociales relevantes y las respuestas adecuadas de forma clara y tranquilizadora.

Indicaciones y desvanecimiento: Emplear indicaciones verbales, físicas o visuales para guiar el rendimiento del alumno durante las fases iniciales del aprendizaje, reduciendo gradualmente estas indicaciones a medida que aumenta el dominio.

Refuerzo diferencial: Proporcionar un refuerzo positivo para las habilidades correctamente realizadas y los comportamientos adecuados, y utilizar una retroalimentación correctiva o consecuencias leves para los errores con el fin de promover el aprendizaje.

Corrección de errores: Dar una respuesta inmediata y específica después de cada intento para perfeccionar la técnica del alumno y mejorar los resultados.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos la historia social de Aprender a saltar. Haga preguntas para comprobar la comprensión a lo largo del mismo.

Prepare el aula con una pista de obstáculos para saltar (consulte el formulario de autoevaluación del profesor para más detalles) y el camino de la rayuela para saltar todos juntos.

Vea el vídeo del salto junto con los alumnos.

Guíe a los alumnos para que trabajen juntos en la carrera de obstáculos con saltos y autoevalúen sus actividades utilizando las tarjetas.

Aumente los retos del recorrido según convenga (por ejemplo, haciendo más larga la distancia, teniendo que cargar con objetos, competición por equipos, etc.).

Utilice indicaciones añadidas según sea necesario (por ejemplo, tarjetas con indicaciones visuales).

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Dominio de las habilidades motrices: Los alumnos demostrarán con precisión la capacidad de saltar sobre un pie a través de una distancia determinada, mostrando una mejora en el equilibrio y la coordinación.

Seguimiento de direcciones: Los alumnos seguirán instrucciones sencillas con precisión durante los saltos y las actividades relacionadas.

Habilidades de autoevaluación: Los alumnos utilizarán tarjetas de autoevaluación para evaluar su rendimiento e identificar áreas de mejora, fomentando la autorregulación y el pensamiento crítico.

Interacción social: Los alumnos mejorarán su capacidad para trabajar en grupo, participando activamente y respondiendo a las señales sociales de sus compañeros e instructores.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Hace hincapié en la aplicación sistemática de intervenciones basadas en los principios del aprendizaje para mejorar las habilidades motoras complejas y los comportamientos sociales mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo.

La teoría del aprendizaje motor hace hincapié en la adquisición de habilidades motoras a través de la práctica, la retroalimentación y la repetición. Es especialmente relevante para la lección centrada en el salto, ya que los alumnos aprenden esta

habilidad mediante la práctica guiada y el aumento gradual del desafío. La teoría apoya la estructuración de actividades que permitan intentos repetidos y ajustes basados en la retroalimentación, lo que es vital para la consolidación de la habilidad motriz.

Teoría del aprendizaje social: La teoría de Albert Bandura proporciona un marco para comprender cómo aprenden los alumnos dentro de un contexto social, en particular mediante la observación y la imitación. El plan de clases aprovecha el modelado en vídeo y las demostraciones de los compañeros, lo que permite a los alumnos observar las técnicas de salto correctas antes de intentarlas. Esta exposición ayuda a los alumnos a interiorizar la coordinación física y el equilibrio necesarios para saltar.

Teoría de la carga cognitiva: Esta teoría trata de la capacidad del cerebro para procesar la información y sugiere que el aprendizaje se optimiza cuando la carga cognitiva se gestiona adecuadamente. Al dividir la actividad del salto en partes manejables e integrar ayudas visuales e historias sociales, el plan de la lección ayuda a reducir la carga cognitiva extraña, lo que permite a los alumnos centrarse en el dominio de la habilidad.

Teoría constructivista del aprendizaje: Esta teoría educativa sostiene que los alumnos construyen nuevos conocimientos basándose en sus experiencias. El diseño de la lección, en la que los alumnos participan activamente en las actividades de salto y reflexionan sobre ellas, les permite construir una comprensión del equilibrio físico y la coordinación a través de la experiencia personal y la reflexión facilitada por las tarjetas de autoevaluación.

Zona de Desarrollo Próximo (ZDP): El concepto de ZPD de Vygotsky implica aprender con la ayuda de otros con más conocimientos. La lección incorpora la orientación del profesor y la ayuda de los compañeros para ayudar a los alumnos a realizar tareas que no podrían completar de forma independiente, como recorrer un circuito de saltos más complejo o incorporar tareas adicionales como transportar objetos.

Conductismo: Esta teoría se aplica mediante refuerzos y modificaciones del comportamiento. Los refuerzos positivos, como los elogios y las recompensas tangibles como los certificados por completar el curso, animan a los alumnos a participar y persistir en las actividades de salto. El diseño del curso incluye tareas progresivamente desafiantes y también utiliza principios de moldeamiento del comportamiento mediante aproximaciones sucesivas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y equilibrio: Desarrollo de la motricidad fina y el equilibrio mediante la práctica repetida de actividades de salto.

Comunicación y cooperación: Mejora de las habilidades de comunicación a través de la interacción con los compañeros y los instructores durante las actividades de grupo.

Resolución de problemas y adaptabilidad: Mejora de la capacidad de los alumnos para ajustar sus estrategias en función de la información recibida y de los cambios en las exigencias de la tarea.

Liderazgo y apoyo entre iguales: Fomento de las funciones de liderazgo dentro de las actividades de grupo, promoviendo el apoyo entre iguales y el trabajo en equipo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre las estaciones puede hacerse más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos.

TAREA

Las citas rápidas tienen dos líneas de estudiantes y mesas entre las líneas. Los estudiantes más cualificados o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1, y cada persona desciende una fila.

El espacio entre las líneas puede aumentarse o reducirse. El espacio entre los alumnos individuales puede aumentarse para proporcionar un mayor desafío o reducirse para proporcionar un desafío más alcanzable.

Todo el mundo puede participar en diferentes actividades de diferentes maneras y con diferentes personas simultáneamente.

Véase también Plan de lección M3 Modificaciones.

EQUIPO

Utilice bolas hechas de papel y cinta adhesiva, si no dispone de equipo.

La cinta adhesiva de colores puede marcar cuadrados en el suelo en lugar de hula-hoops o aros.

GENTE

La tutoría entre iguales puede llevarse a cabo con alumnos más hábiles que guíen a los menos capacitados.

Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias.

PLAN DE LECCIÓN M2 TARJETAS DE ESTÍMULO VISUAL



PLAN DE LECCIÓN M2 HISTORIA SOCIAL



Aprender a saltar

A veces podemos divertirnos saltando sobre un pie. Es una forma especial de mover nuestro cuerpo. ¡Aprendamos a hacerlo!



Preparándose

Antes de empezar a hablar, es importante asegurarse de que tenemos suficiente espacio a nuestro alrededor. Necesitamos una zona abierta y segura.



Equilibrio sobre un pie

Saltar sobre un pie requiere un buen equilibrio. En primer lugar, manténgase erguido con los pies juntos. Levante un pie del suelo y doble ligeramente la rodilla.



Práctica del salto

Ahora es el momento de empezar a saltar. Con un pie fuera del suelo, utilice la pierna con la que está de pie para saltar hacia delante. Intente aterrizar suavemente sobre la misma pierna con la que está saltando. Siga practicando hasta que se sienta cómodo.



Aplausos para el progreso

Aprender a saltar requiere tiempo y práctica. Siéntase orgullosa de sí misma por intentarlo y progresar. ¡Siga haciendo un gran trabajo!

PLAN DE LECCIÓN M2 FORMULARIO DE EVALUACIÓN DEL PROFESOR

Lesson Plan M2 Teacher Assessment Form

Directions: The teacher should complete this checklist while completing the lesson.

OBJETIVO	LO HICE	TAL VEZ LA PRÓXIMA VEZ	NOTAS SOBRE CÓMO FUE
1. Adaptó la historia social con los alumnos.			
3. Repasó la historia social con los alumnos.			
2. Hizo preguntas para comprobar la comprensión al hacer el repaso de la historia social.			
<p>4. Preparar y ejecutar la carrera de obstáculos de salto en la que los alumnos se emparejan para completar un recorrido de rayuela, que incluye:</p> <p>Ver conjuntamente el vídeo de demostración, el movimiento de salto y ver la demostración de un compañero</p> <p>Utilizar un camino de saltos en el suelo, hecho con conos o cinta adhesiva.</p> <p>Saltar por turnos a lo largo del camino con un compañero mientras se cogen de la mano/se apoyan mutuamente.</p>			
5. Hizo que los alumnos realizaran una autoevaluación durante cada actividad de imitación pidiéndoles que levantaran las tarjetas de movimiento para autoevaluarse e identificar si ellos mismos habían imitado la acción correctamente.			
6. Utilice indicaciones adicionales, si es necesario, para ayudar a los alumnos a saltar. Puede tratarse de indicaciones visuales, imágenes, verbales, de cerca, gestos y/o elementos como espejos			
7. Aumentar la complejidad de las actividades en la carrera de obstáculos con saltos a lo largo del progreso de la sesión (por ejemplo, hacer más larga la distancia, tener que llevar objetos, equipo, competición, etc.) cetera			
8. Concluya la sesión repasando la historia social con los alumnos.			

PLAN DE LECCIÓN M3

Lanza una pelota por encima de la cabeza para dar en el blanco

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos desarrollen la motricidad y la coordinación mientras aprenden a lanzar una pelota y dar en el blanco.

MATERIALES

Una bola de tamaño medio
 1 diana de 2 m
 1 diana de 1 m
 Aros Hula Hoops
 Globos
 Diana con bolas adhesivas
 Bolsa sorpresa con pequeñas recompensas (pegatinas, pequeños juguetes, etc.)

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostración de las técnicas correctas de lanzamiento por encima de la cabeza a través de la acción en vivo para proporcionar ejemplos claros y visuales de la habilidad.

Orientación física y desvanecimiento: Guiando inicialmente las acciones del alumno mediante la ayuda mano sobre mano, reduciendo después gradualmente el apoyo físico a medida que aumenta la competencia.

Refuerzo diferencial: Ofrecer un feedback positivo inmediato y específico para los lanzamientos correctos y un feedback constructivo para la mejora, fomentando la motivación y la mejora de las habilidades.

Segmentación de la tarea: Descomponer la tarea de lanzar en pasos más pequeños y manejables, como el agarre, la postura y el lanzamiento, para facilitar el aprendizaje y reducir la sobrecarga cognitiva.

Reforzadores motivadores: Utilizar una variedad de reforzadores como elogios verbales, pegatinas o pequeños juguetes de una "bolsa de golosinas" para celebrar los éxitos y motivar el esfuerzo continuo.

ACTIVIDADES

Infle los globos y haga que los alumnos jueguen [a atraparlos y lanzarlos](#). Prepare [dianas divertidas](#) de diferentes tamaños (2 m y 1 m); los alumnos pueden participar en la preparación.

Empiece [modelando](#) cómo lanzar la pelota de pie a 2 m de distancia de la diana de 2 m.

Haga que los alumnos lo intenten con usted de pie junto a ellos y guiándoles mano a mano.

A medida que los alumnos se sientan más cómodos lanzando, reduzca la cantidad de ayuda.

Cuando un alumno dé en el blanco, déjele elegir una recompensa de una "bolsa de golosinas".

Para los alumnos de menor nivel, antes de introducir la [pelota](#), puede empezar con sacos de judías. Para más [ideas](#) sobre dianas, puede utilizar aros de hula-hula, vasos de plástico apilados o dianas de velcro. Por último, puede hacer que los alumnos jueguen en grupo a juegos como el [Popcorn Roll & Bounce](#) y [el balón prisionero](#).

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Adquisición de habilidades motrices: Los alumnos demostrarán la capacidad de realizar con precisión un lanzamiento por encima de la cabeza, golpeando un blanco desde una distancia de 4 metros.

Consistencia de las habilidades: Los alumnos utilizarán de forma coherente la postura, el agarre y el movimiento de lanzamiento correctos tal y como se enseñan en la lección.

Ejecución independiente: Los alumnos pasarán de necesitar indicaciones físicas a realizar el lanzamiento por encima de la cabeza de forma independiente.

Interacción social y entre iguales: Los alumnos participarán en actividades de modelado entre iguales, aprendiendo de la observación de sus compañeros y aplicando esas observaciones a su propia práctica.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado de la conducta: Se centra en el uso de estrategias de refuerzo e instrucción sistemática para enseñar habilidades motoras complejas y mejorar las respuestas conductuales en un entorno estructurado.

Teoría del aprendizaje motor: Esta teoría hace hincapié en la adquisición y el perfeccionamiento de las habilidades motrices a través de la práctica, la retroalimentación sensorial y las repeticiones exitosas. En esta lección, los alumnos practican el lanzamiento de una pelota por encima del hombro, una habilidad motriz compleja que implica coordinación, sincronización y precisión. La teoría del

aprendizaje motor respalda la práctica estructurada de la lección y los elementos de retroalimentación, que están diseñados para mejorar la precisión y la técnica de lanzamiento de los alumnos.

Teoría de la carga cognitiva: Esta teoría se centra en la capacidad del cerebro humano para procesar la información y sugiere que el aprendizaje es más eficaz cuando la carga cognitiva se gestiona adecuadamente. Al dividir la tarea de lanzar en partes manejables (por ejemplo, agarre, postura, técnica de lanzamiento) y utilizar el modelado en vídeo para demostrar estos elementos, la lección ayuda a los alumnos a centrarse en la adquisición de una habilidad cada vez, reduciendo la carga cognitiva innecesaria.

Teoría del aprendizaje social: La teoría de Albert Bandura destaca la importancia de aprender comportamientos a través de la observación, la imitación y el modelado. Al incorporar a la lección el modelado en vídeo y las demostraciones de los compañeros, los alumnos pueden observar las técnicas y los resultados correctos del lanzamiento por encima de la cabeza, lo que facilita el aprendizaje por imitación. Las interacciones entre compañeros, que incluyen la observación de los compañeros y la recepción de comentarios, también refuerzan el aprendizaje en un contexto social.

Conductismo: Esta perspectiva psicológica hace hincapié en el aprendizaje a través de la interacción con el entorno. El plan de la lección incorpora los principios conductistas mediante el uso del refuerzo positivo (por ejemplo, recompensas de una bolsa sorpresa por acertar en el blanco), que anima a repetir los esfuerzos y refuerza los comportamientos exitosos. Al modificar la dificultad de la tarea en función del rendimiento del alumno, se aplica el concepto conductista de moldeamiento.

Teoría constructivista: La teoría constructivista del aprendizaje postula que los alumnos construyen el conocimiento a partir de sus experiencias. En esta lección, los alumnos se implican activamente en la creación de sus experiencias de aprendizaje participando en la colocación de objetivos y en procesos de ensayo y error para encontrar las técnicas de lanzamiento más eficaces. Este enfoque práctico ayuda a los alumnos a construir su comprensión personal y sus habilidades prácticas a través de la interacción directa con el mundo físico.

Zona de desarrollo próximo (ZPD): La teoría de la ZPD de Vygotsky se aplica estructurando tareas que los alumnos puedan completar con ayuda. La orientación práctica (ayuda mano a mano) y los objetivos progresivamente desafiantes garantizan que las actividades se sitúen dentro de la ZPD del alumno, fomentando el aprendizaje y el desarrollo de destrezas con el apoyo adecuado.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Precisión y coordinación: Desarrollo de la coordinación mano-ojo precisa necesaria para lanzar con precisión.

Habilidades cognitivas: Mejora de la concentración, la atención a los detalles y la capacidad de seguir instrucciones de varios pasos.

Cooperación y comunicación social: Mejora del trabajo cooperativo en grupo y de la comunicación eficaz con los compañeros durante las actividades.

Conciencia y control físicos: Mayor conciencia de la posición del cuerpo y del control de los movimientos necesarios para una ejecución motriz eficaz.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

El espacio entre las estaciones puede hacerse más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos o para reducir o aumentar el desafío para los demás.

ESPACIO

La teoría de la Dinámica Ecológica aboga por crear entornos de aprendizaje que potencien el acoplamiento percepción-acción. Al establecer varias estaciones con diferentes tareas y retos, estas modificaciones animan a los alumnos a adaptar sus movimientos en respuesta al entorno dinámico, lo que ayuda a desarrollar habilidades motrices versátiles que pueden aplicarse en situaciones variadas.

La actividad puede establecerse en una Fecha Rápida.

Los Speed Dates tienen dos filas de alumnos frente a frente.

Los alumnos más hábiles o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1 y cada persona desciende una fila. El espacio entre las líneas puede aumentarse o reducirse. El espacio entre los alumnos individuales puede aumentarse para proporcionar un reto mayor o reducirse para proporcionar un reto más alcanzable. Todo el mundo puede participar en la misma actividad de diferentes maneras y con diferentes personas simultáneamente.

TAREA

Demostración de las técnicas correctas de lanzamiento por encima de la cabeza mediante vídeo para proporcionar ejemplos claros y visuales de la habilidad. Para satisfacer las necesidades de los alumnos, pueden utilizarse pelotas de diferentes colores, texturas, tamaños y formas. Las pelotas pueden llevar cascabeles y ser de diferentes deportes.

Utilice bolas hechas de papel y cinta adhesiva Sellotape si no dispone de equipo.

En una Speed Date, la línea de alumnos menos hábiles debe sujetar el equipo mientras que los alumnos más hábiles sujetan la diana. Las líneas intercambian la diana y la pelota a mitad de camino y luego se la vuelven a pasar antes de que los alumnos más hábiles se desplacen a lo largo de la línea como se ha descrito anteriormente.

Todo el mundo puede participar en la misma actividad de diferentes maneras y con diferentes equipos y personas simultáneamente.

EQUIPO

Numere a cada persona, por ejemplo, del 1 al 5. Cada grupo se reúne en una estación. Cada grupo puede elegir un líder o un ayudante que sirva de apoyo al grupo.

GENTE

Numere a cada persona, por ejemplo, del 1 al 5 (o deles un color). Se pide a cada grupo numerado del 1 al 5 (o color) que se reúna en la Estación de Habilidades del número o color marcado en la pared. Un componente diferente de la actividad en cada estación se incorporará a la actividad completa en la última Estación de Habilidades. Cada Estación de Habilidades puede tener un Entrenador de Pares o un ayudante de enseñanza que pueda apoyar al Grupo.

Durante la actividad, el profesor debe visitar cada estación de destrezas y entrenar y elogiar a los alumnos.

Tras la actividad, debe preguntarse a los alumnos si desean pasar a otra estación de destrezas, o el profesor puede sugerirles que se cambien porque lo han hecho muy bien o que practiquen otro elemento.

Los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias durante la reflexión y la revisión.

PLAN DE LECCIÓN M4

Bota y atrapa una pelota de tenis con una mano

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos desarrollen la motricidad y la coordinación mientras aprenden a botar y atrapar una pelota de tenis con una mano.

MATERIALES

Pelotas hinchables de distintos tamaños
Aros hula hula
Anillos de plástico
"Bolsa de regalos" de recompensas

TÉCNICAS

Modelización del comportamiento: Demostrar la técnica correcta para botar y atrapar la pelota a fin de proporcionar ejemplos claros y visuales.

Segmentación de la tarea: Descomponer la tarea de botar y atrapar en pasos más pequeños y manejables, enseñando cada componente por separado para garantizar el dominio.

Indicaciones físicas y desvanecimiento: Emplear inicialmente la guía mano a mano, seguida de una reducción gradual de las indicaciones físicas a medida que los alumnos adquieren destreza y confianza.

Refuerzo diferencial: Proporcionar retroalimentación positiva específica para los intentos exitosos y retroalimentación correctiva para los errores, haciendo hincapié en la adquisición incremental de habilidades.

Refuerzo: Aplicación de recompensas para mantener altos niveles de motivación y compromiso durante todo el proceso de aprendizaje.

ACTIVIDADES

Deje que los niños elijan entre varias pelotas y practiquen dejando caer una desde la altura de la cintura e intentando coger el rebote con las dos manos. Haga que los alumnos se coloquen de pie formando un círculo y jueguen al [juego](#) de "botar [la pelota](#)" utilizando una pelota del tamaño de una pelota de voleibol. Los alumnos

utilizan las dos manos para rebotar la pelota entre sí. Modele el movimiento al principio para que los alumnos puedan imitarle.

Puede añadir reglas o utilizar [melodías](#) para hacer el juego más divertido. Vea las variaciones al final de este plan de clase. Como progresión, haga que los alumnos se hagan rebotar pelotas de tenis con una mano.

Los alumnos pueden cogerlo con una o dos manos. Coloque los hula-hoops en el suelo y pida a los alumnos que se coloquen dentro del círculo. Tienen que botar y atrapar la pelota de voleibol utilizando las dos manos, asegurándose de que la pelota permanece dentro del hula-hoop.

Utilice los aros de plástico en lugar de los hula hoops y sustituya la pelota de voleibol por la de tenis como progresión. Los alumnos tienen que utilizar una mano para botar y atrapar. Fije un [número objetivo](#) de "rebotes y recepciones" con éxito y deje que elijan una recompensa de una "bolsa de golosinas" cuando un alumno alcance su objetivo.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Dominio de la habilidad: Los alumnos demostrarán su capacidad para botar y atrapar con precisión una pelota de tenis con una mano, logrando un número determinado de éxitos consecutivos.

Mejora de la coordinación motriz: Los alumnos mostrarán una mejora de sus habilidades motoras y de su coordinación al completar con éxito tareas de rebote y captura cada vez más complejas.

Integración cognitiva y física: Los alumnos integrarán las instrucciones cognitivas con las acciones físicas para realizar las tareas con mayor precisión.

Interacción social y entre iguales: Los alumnos participarán eficazmente en actividades de grupo, aprendiendo de las demostraciones de sus compañeros y proporcionando retroalimentación a los demás.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en la aplicación sistemática de intervenciones conductuales basadas en principios de aprendizaje para mejorar habilidades motrices específicas mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo.

Teoría del aprendizaje motor: Esta teoría subraya la importancia de la repetición, la retroalimentación y la adquisición secuencial de destrezas en el aprendizaje de habilidades motoras. En esta lección, los alumnos progresan desde tareas más sencillas, como atrapar con las dos manos, hasta tareas más complejas, como rebotar y atrapar con una mano. El aumento gradual de la dificultad de la tarea se alinea con las etapas del aprendizaje motor -cognitiva, asociativa y autónoma-, garantizando

que los alumnos desarrollen las habilidades motoras necesarias y la comprensión cognitiva de cada acción.

Teoría del comportamiento: Utilizando los principios del condicionamiento operante, este plan de clases incorpora el refuerzo positivo mediante recompensas de una "bolsa de golosinas" para fomentar los comportamientos deseados y el dominio de las habilidades. El programa de refuerzo ayuda a moldear el comportamiento de forma incremental, proporcionando una retroalimentación positiva inmediata por las tareas completadas con éxito, lo que resulta crucial para motivar y mantener el compromiso y el esfuerzo de los alumnos.

Biomecánica del desarrollo: Comprender el desarrollo físico y las capacidades biomecánicas de los alumnos ayuda a diseñar actividades apropiadas para su edad y físicamente viables. Este razonamiento respalda el uso de pelotas de distintos tamaños y pesos para adaptarse a las etapas de desarrollo de los distintos alumnos, garantizando que las actividades mejoren la coordinación motriz sin causar tensión física.

Teoría de la carga cognitiva: El diseño de la lección tiene en cuenta la carga cognitiva de los alumnos dividiendo las acciones complejas en tareas más sencillas y discretas que puedan aprenderse sin abrumar al alumno. Este enfoque ayuda a gestionar la carga cognitiva intrínseca asociada al aprendizaje de nuevas habilidades motrices, lo que permite centrar más la atención y retener mejor las técnicas.

Teoría del aprendizaje social: Hace hincapié en el aprendizaje a través de la observación y la imitación. La lección incorpora modelos y vídeos para demostrar las técnicas correctas de rebote y captura, lo que permite a los alumnos procesar visual y cognitivamente las acciones antes de intentarlas. Esto se apoya en oportunidades de aprendizaje entre iguales, en las que los alumnos observan y aprenden de los intentos y éxitos de los demás.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Precisión y coordinación: Los alumnos desarrollarán la coordinación mano-ojo necesaria para botar y atrapar con precisión.

Habilidades cognitivas: Mejora de las habilidades de procesamiento cognitivo, incluida la capacidad de seguir instrucciones de varios pasos e integrarlas con acciones físicas.

Cooperación y comunicación social: Mejora del trabajo cooperativo en grupo y de la comunicación eficaz con los compañeros durante las actividades.

Adaptabilidad y resolución de problemas: Cultivo de la capacidad de adaptación y de resolución de problemas a medida que los estudiantes ajustan sus técnicas en respuesta a la retroalimentación y a las demandas cambiantes de la tarea.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

La teoría de la Dinámica Ecológica aboga por crear entornos de aprendizaje que potencien el acoplamiento percepción-acción. Al establecer varias estaciones con diferentes tareas y retos, estas modificaciones animan a los alumnos a adaptar sus movimientos en respuesta al entorno dinámico, lo que ayuda a desarrollar habilidades motrices versátiles que pueden aplicarse en situaciones variadas.

Se pueden crear cuatro Estaciones de Habilidades alrededor de la sala, donde la actividad se descompone en los elementos básicos del rebote y la captura. El objetivo es que cada estación añada un elemento de rebote y captura con la última Estación de Habilidades como actividad completa para mejorar las habilidades de todos. Como alternativa, se puede utilizar una Cita Rápida Adaptada (véase el Plan de la Lección M3) para aprender a jugar a los juegos de rebote y captura. Se puede utilizar una Actividad abierta en la que todos puedan participar (coger una pelota y botar y atrapar) para evaluar las habilidades del alumno. Los alumnos se colocan en una Estación de Habilidades con las tareas más adecuadas a sus capacidades. Por ejemplo, Estación de destreza 1: Dejar caer una pelota grande que rebota dentro de un aro. Estación de destreza 2: Lanzar hacia abajo una pelota para que rebote más alto. Estación de destreza 3: Lance hacia abajo una pelota saltarina dentro de un aro y atrápela. Estación de destreza 4: Lance la pelota hacia abajo, dé dos palmadas a la pelota dentro del aro y luego atrápela. Todo el mundo puede participar en diferentes actividades de diferentes maneras y con diferentes personas al mismo tiempo.

TAREA

En las diferentes estaciones de habilidad, pueden utilizarse pelotas de diferentes colores, texturas, tamaños y formas con distintos niveles de rebote para satisfacer las necesidades de los alumnos. Las pelotas pueden tener cascabeles y ser de diferentes deportes. Pueden utilizarse globos para dar palmaditas y atrapar en una mitad de la sala. Se puede utilizar cinta adhesiva de colores en el suelo o conos de colores para marcar las diferentes zonas de la sesión de habilidad. El tamaño de los aros puede ser mayor para crear retos más significativos. En lugar de aros pueden utilizarse cuadrados en cinta de colores en el suelo.

Utilice el modelado en vídeo para demostrar la técnica correcta para botar y atrapar el balón con el fin de proporcionar ejemplos claros y visuales.

EQUIPO

Se puede utilizar cinta adhesiva de colores para marcar cuadrados en el suelo en lugar de hula-hoops o aros.

Las bolas pueden variar aún más por su textura, forma y color.

Los programas de refuerzo variable pueden utilizarse para aplicar distintos tipos de recompensas con el fin de mantener altos niveles de motivación y compromiso durante todo el proceso de aprendizaje.

GENTE

Numere a cada persona, por ejemplo, del 1 al 5 (o deles un color). Se pide a cada Grupo numerado del 1 al 5 (o color) que se reúna en la Estación de Habilidades cuyo número o color esté marcado en la pared. Cada Estación de Habilidades puede elegir a un líder o a un ayudante que sirva de apoyo al Grupo. El profesor debe visitar cada Estación de Habilidades y entrenar y elogiar a los alumnos durante cada actividad.

Después de la actividad, debe preguntarse a los alumnos si desean pasar a otra Estación de Habilidades, o el profesor puede sugerirles que pasen porque lo han hecho muy bien. Los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar una discusión sobre las experiencias.

Cada Estación de Habilidades puede elegir a un líder o a un ayudante que sirva de apoyo al Grupo. Durante cada actividad, el profesor debe visitar cada Estación de Habilidades y entrenarlos y elogiarlos. Un compañero puede apoyar al alumno menos hábil cogiendo o botando inicialmente la pelota por él.

MÁS VARIACIONES DEL JUEGO DE PELOTA

Fije una hora para el juego. Haga que los alumnos boten y se lancen una pelota unos a otros. Cuando un alumno pierde la pelota, queda eliminado. Cuando sólo quede un alumno o se acabe el tiempo, el alumno o los alumnos que no hayan fallado la pelota recibirán una sorpresa de una bolsa de golosinas.

Los alumnos pueden jugar por parejas, con un hula hoop en el centro. Intenten hacer rebotar la pelota dentro del círculo del hula-hula antes de que el otro alumno la atrape. Vea el vídeo de ejemplo [aquí](#).

Coloque un cubo/cesto de la ropa sucia en el centro y ponga dentro una pelota grande de Pilates. Proporcione a los alumnos pelotas para lanzar (por ejemplo, pelotas de tenis). Los alumnos lanzan la pelota a la pelota de Pilates e intentan atraparla cuando rebota. Vea un vídeo de ejemplo [aquí](#).

Asigne valores en puntos a los distintos tipos de capturas (por ejemplo, un punto por una captura normal, dos puntos por capturar con una mano). Haga que los alumnos intenten acumular tantos puntos como sea posible durante un tiempo determinado. Simón Dice Juegue a un juego de "Simón dice" pero sustituya las órdenes habituales por instrucciones para atrapar y botar la pelota. Por ejemplo, "Simón dice rebota la pelota tres veces" o "Simón dice atrapa la pelota con la mano izquierda".

Atrapar en círculo: Forme un círculo con los alumnos y pídale que se pasen la pelota mientras intentan atraparla. Aumente la complejidad haciendo que circulen varias pelotas a la vez.

PLAN DE LECCIÓN M5

Patea una pelota inmóvil para que se desplace por el aire

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos desarrollen la motricidad y la coordinación mientras aprenden a patear un balón a una distancia mínima de 4 metros.

MATERIALES

Pelotas hinchables de distintos tamaños
Globos
Alfileres
Vasos de papel
"Bolsa de regalos" de recompensas

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostración de las técnicas correctas de pateo mediante demostraciones en vivo para ofrecer ejemplos claros y visuales a todos los alumnos.

Orientación física y desvanecimiento: Guiando inicialmente las acciones del alumno con las manos y los pies, y reduciendo después gradualmente el apoyo físico a medida que aumenta la competencia.

Refuerzo diferencial: Ofrecer una retroalimentación positiva inmediata y específica para las técnicas y los comportamientos correctos, y proporcionar una retroalimentación correctiva para los errores con el fin de mejorar el aprendizaje.

Segmentación de la tarea: Desglosar la tarea de chutar un balón en componentes más pequeños y manejables, como la colocación, la aproximación y el impacto, para garantizar el dominio de cada elemento.

Refuerzo: Aplicación de recompensas para mantener altos niveles de motivación y compromiso durante todo el proceso de aprendizaje.

ACTIVIDADES

Disponga varias pelotas de diferentes formas, tamaños y texturas y pida a los niños que elijan una. Pídales que encuentren diferentes formas de hacer que su pelota se mueva y se detenga rodando, lanzando, pateando o empujando con una parte de su cuerpo.

Patear globos: los niños intentan mantener un globo en el aire utilizando sólo los pies, solos o en parejas.

Cree su objetivo - Construya una pirámide utilizando vasos de papel, alfileres o botellas. Sitúese junto al alumno a unos metros de distancia y aléjese progresivamente hasta los 4 m. A continuación, pida al alumno que lance el balón a la diana. Felicítelo mucho por haber dado en la diana.

A medida que el alumno mejore en este aspecto, retire las indicaciones y deje que lo haga de forma independiente.

Ponga el objetivo más alto para animar al alumno a patear el balón en el aire y repita el proceso anterior.

Establezca un número objetivo de patadas acertadas y, cuando un alumno alcance su objetivo, déjele elegir una recompensa de la bolsa de golosinas.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Dominio de la habilidad: Los alumnos demostrarán con precisión la capacidad de chutar un balón inmóvil para que se desplace por el suelo y por el aire al menos 4 metros.

Coordinación motriz: Los alumnos mostrarán una mejora en la coordinación y el equilibrio implicados en la ejecución de un movimiento de patada correcto.

Ejecución independiente: Los alumnos pasarán de necesitar indicaciones físicas a realizar la patada de forma independiente.

Comprensión cognitiva de la dinámica del pateo: Los alumnos comprenderán la fuerza, la trayectoria y las relaciones espaciales que intervienen en el lanzamiento eficaz de un balón a un objetivo.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en las aplicaciones sistemáticas de las intervenciones conductuales para mejorar las habilidades motoras mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo.

El conductismo es fundamental en el enfoque de la lección, sobre todo en el uso del refuerzo positivo para moldear el **comportamiento de** los alumnos. El plan de la lección emplea recompensas (por ejemplo, una "bolsa de golosinas") para reforzar la realización con éxito de tareas, como patear con precisión una pelota para alcanzar una distancia específica. El programa de refuerzo se adapta para fomentar la repetición del comportamiento exitoso, fomentando la adquisición de habilidades a través de la motivación y la recompensa.

La teoría del aprendizaje motor hace hincapié en la importancia de la práctica, la retroalimentación y el modelado para adquirir y perfeccionar las habilidades motoras. La lección consiste en demostrar las técnicas, proporcionar indicaciones físicas y permitir que los alumnos practiquen las patadas en configuraciones progresivamente desafiantes. Esta práctica estructurada ayuda a los alumnos a interiorizar los movimientos físicos necesarios para una patada eficaz.

Teoría del desarrollo cognitivo: Al implicar a los alumnos en tareas que requieren coordinación y conciencia espacial, como patear una pelota para dar en un blanco, la lección apoya los procesos cognitivos que intervienen en la planificación y ejecución de los movimientos. Las tareas están diseñadas para desafiar la comprensión de los alumnos de la fuerza, la trayectoria y las relaciones espaciales, componentes cognitivos críticos en la ejecución de tareas motoras complejas.

Teoría del aprendizaje social: Aunque no se detalla explícitamente en la lección, esta teoría sustenta las actividades de grupo y las interacciones entre compañeros durante las sesiones prácticas. Los alumnos observan a sus compañeros y modelan sus acciones, lo que puede potenciar el aprendizaje a través de la imitación. Este aspecto social del aprendizaje es crucial en la educación física, donde la influencia de los compañeros puede influir significativamente en el compromiso y el rendimiento de los alumnos.

Diseño universal para el aprendizaje (DUA): Las modificaciones y adaptaciones previstas en el plan de la lección, como el uso de diferentes tamaños y tipos de pelotas, garantizan que los alumnos con distintas capacidades puedan participar y alcanzar el éxito. Este enfoque se ajusta a los principios del UDL al ofrecer múltiples medios de participación, representación y expresión para satisfacer las diversas necesidades de los alumnos.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y equilibrio: Desarrollo de la motricidad fina y el equilibrio mediante la práctica repetida de actividades de pateo.

Habilidades cognitivas: Mejora de las habilidades de procesamiento cognitivo, incluida la capacidad de seguir instrucciones de varios pasos e integrarlas con acciones físicas.

Cooperación y comunicación social: Mejora del trabajo cooperativo en grupo y de la comunicación eficaz con los compañeros durante las actividades.

Adaptabilidad y resolución de problemas: Cultivo de la capacidad de adaptación y de resolución de problemas a medida que los estudiantes ajustan sus técnicas en función de la información recibida y de las exigencias cambiantes de la tarea.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Utilizando como ejemplo el siguiente Juego de la caja de cartón (abajo), el espacio entre los alumnos y los objetivos puede hacerse más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos o para aumentar el desafío.

TAREA

Una cita rápida puede organizarse con dos líneas de alumnos. Los alumnos más hábiles, o los ayudantes de enseñanza, forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1 y cada persona de la línea 1 se desplaza hacia abajo para enfrentarse a una nueva persona. Como en el juego de la caja de cartón que aparece a continuación, todos pueden participar en diferentes actividades de distintas maneras y con diferentes personas simultáneamente.

Se puede utilizar el [modelado en vídeo](#) para demostrar las técnicas correctas de pateo con el fin de proporcionar ejemplos claros y visuales a todos los alumnos.

EQUIPO

El juego de la caja de cartón: Se pueden hacer diferentes dianas con cajas de cartón de distintos tamaños y formas, que se pegan con cinta adhesiva y se colocan en fila entre dos filas de alumnos. Los alumnos más hábiles deben estar en la línea 1, y los menos hábiles en la línea 2. La Línea 2 conserva la misma pelota. Cada persona de la línea 1 se enfrentará a una persona diferente de la línea 2, a una caja de cartón diferente y utilizará una pelota diferente. La Línea 2 tendrá frente a sí la misma pelota y la misma caja.

Tras un poco de práctica, la persona situada en un extremo de la línea 1 se desplazará al otro extremo de la línea 1, y todos los de la línea 1 bajarán un espacio para enfrentarse a una nueva persona de la línea 2.

Los programas de refuerzo variable pueden utilizarse para aplicar distintos tipos de recompensas con el fin de mantener altos niveles de motivación y compromiso durante todo el proceso de aprendizaje.

GENTE

En el Juego de la Caja de Cartón, la pelota, la diana, la distancia o la persona pueden cambiarse para adaptar la actividad a cada individuo, de modo que todos puedan participar y se proporcione a todos un reto alcanzable.

Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias.

PLAN DE LECCIÓN M6

Recoge y corre sujetando un artículo

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos desarrollen sus habilidades motrices y su coordinación, recogiendo los objetos de y corriendo mientras los sostienen .

MATERIALES

4 Sacos de judías (de diferentes colores)
 40 puntos de polietileno
 1 cubo
 Bolsa de regalos con recompensas

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostrar la forma correcta de coger un objeto y correr con eficacia para proporcionar ejemplos claros y visuales a todos los alumnos.

Indicaciones físicas y desvanecimiento: Guiando inicialmente las acciones del alumno mediante la guía mano a mano o mediante indicaciones espaciales, reduciendo después gradualmente el apoyo físico a medida que aumenta el dominio.

Refuerzo diferencial: Ofrecer una retroalimentación positiva específica para las técnicas y los comportamientos correctos, y proporcionar una retroalimentación correctiva para los errores con el fin de mejorar el aprendizaje.

Reforzadores motivadores: Implementar una variedad de reforzadores como elogios, fichas o pequeños premios de una "bolsa de golosinas" para celebrar los éxitos y motivar el esfuerzo continuo.

ACTIVIDADES

Juego "Recógelo": Para preparar este juego, coloque el cubo en el centro de la sala y cree cuatro líneas de Poly Spots que lleven al cubo.
 Divida a sus alumnos en cuatro equipos y entregue a cada uno una bolsa de judías de un color diferente.
 Demuestre la actividad.
 Comienzan situándose al principio de la línea Poly Spot. Los jugadores deben correr por la línea Poly Spot, pararse en un punto y lanzar la bolsa de judías al cubo. Si

entra, tienen que recoger la bolsa de judías del cubo, levantarse del punto en el que están parados y volver corriendo al principio de la línea. Si fallan, deben recoger la bolsa de judías, volver corriendo y entregársela al siguiente jugador.

Pida a uno de los equipos que haga una demostración de la actividad.

El equipo ganador será el que recoja primero todos sus Poly Spots. El equipo ganador se llevará un premio al final.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Dominio de la habilidad: Los alumnos demostrarán la capacidad de recoger un objeto y volver al punto de partida sin que se les caiga.

Coordinación motriz: Los alumnos mostrarán una mejor coordinación y agilidad en la ejecución de los movimientos de correr y recoger.

Ejecución independiente: Los alumnos realizarán la tarea de forma independiente, mostrando una mejora en la planificación motriz y la ejecución.

Trabajo en equipo y espíritu competitivo: Los alumnos participarán eficazmente en la actividad de equipo, demostrando trabajo en equipo y experimentando una sana competencia.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado de la conducta: Se centra en el uso de estrategias de refuerzo e instrucción sistemática para enseñar habilidades motoras complejas y mejorar las respuestas conductuales en un entorno estructurado.

Teoría del aprendizaje motor: Apoya los elementos de práctica estructurada y retroalimentación de la lección, que son cruciales para adquirir y perfeccionar las habilidades motoras.

Teoría del desarrollo cognitivo: Mejora la comprensión de cómo se planifican y ejecutan los movimientos físicos, apoyando los procesos cognitivos implicados en el aprendizaje para realizar tareas de varios pasos.

Teoría del aprendizaje social: Hace hincapié en la importancia del aprendizaje a través de la observación y el modelado, apoyando el uso de demostraciones entre iguales y el modelado en vídeo para facilitar la adquisición de habilidades.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y agilidad: Los alumnos mejoran su coordinación y agilidad mientras corren, recogen un objeto y cambian rápidamente de dirección para volver corriendo. Este ejercicio mejora sus habilidades motrices generales, su equilibrio y su capacidad para maniobrar en el espacio con eficacia.

Velocidad y tiempo de reacción: La tarea requiere que los alumnos completen la acción en un tiempo limitado, lo que ayuda a desarrollar su velocidad y tiempo de reacción. Estos son aspectos cruciales en muchos deportes y actividades físicas, ya que fomentan respuestas más rápidas a los estímulos físicos.

Coordinación óculo-manual: Cuando los alumnos tienen que recoger un objeto del suelo mientras corren, mejoran su coordinación mano-ojo. Esta habilidad es fundamental en muchos ámbitos de la vida cotidiana y en otros deportes en los que la sincronización y la precisión son esenciales.

Conciencia espacial: Correr de un lado a otro e interactuar con objetos y compañeros en un espacio definido ayudan a mejorar la conciencia espacial de los alumnos. Aprenden a juzgar las distancias con mayor precisión y se vuelven más conscientes de la posición de su cuerpo en el espacio.

Trabajo en equipo e interacción social: Trabajar en equipo para recoger objetos fomenta el trabajo en equipo y la interacción social. Los alumnos aprenden a comunicarse bajo presión y a apoyar a sus compañeros de equipo, fomentando un sentimiento de camaradería y de consecución colectiva de objetivos.

Concentración y atención: La necesidad de concentrarse en la tarea en un breve intervalo de tiempo ayuda a mejorar la concentración y la atención de los alumnos. Estas habilidades cognitivas son cruciales para el aprendizaje académico y otras actividades extraescolares.

Seguir instrucciones: La capacidad de comprender y seguir las instrucciones durante el juego mejora el procesamiento cognitivo y la capacidad de escucha. Esta competencia es vital para el éxito del aprendizaje en todas las materias académicas.

Espíritu competitivo: Participar en un entorno competitivo en el que los equipos compiten entre sí para terminar primero las tareas fomenta un sano espíritu competitivo. Enseña a los alumnos a manejar con elegancia tanto la victoria como la derrota.

Resolución de problemas y estrategia: Decidir la mejor manera de recoger el saco de judías y el camino más rápido de vuelta implica pensamiento estratégico y resolución de problemas. Estas habilidades son beneficiosas para las asignaturas académicas que requieren pensamiento crítico.

Autorregulación y control del comportamiento: Participar en actividades físicas estructuradas ayuda a los alumnos, especialmente a los que tienen dificultades como el TEA, a regular su comportamiento y a controlar los impulsos de forma eficaz. El entorno les anima a cumplir las normas y a gestionar sus acciones dentro de un marco socialmente aceptado.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre los poli-puntos puede hacerse más pequeño o más grande para reducir o aumentar el desafío.

TAREA

La segmentación de tareas puede utilizarse para dividir la compleja tarea de correr y recoger objetos en componentes más pequeños y manejables para garantizar el dominio de cada elemento.

Se puede utilizar el modelado en vídeo para demostrar las tareas correctas con el fin de proporcionar ejemplos claros y visuales a todos los alumnos.

Se pueden utilizar uno o varios objetivos más fáciles para incluir a aquellos a los que la actividad les resulte inalcanzable.

Se puede utilizar cinta adhesiva de colores para marcar zonas cuadradas de diferentes tamaños en el suelo en lugar de un solo cubo.

El objetivo debe ser siempre que todos puedan participar simultáneamente en diferentes actividades de diferentes maneras y con diferentes personas.

EQUIPO

Si no dispone del equipo, utilice bolas hechas de papel y hojas de papel de colores Sellotape en lugar de poliestireno y una caja de cartón en lugar de un cubo.

Las bolsas de judías pueden colocarse sobre una mesa para incluir a los usuarios de sillas de ruedas y a otros estudiantes con problemas de movilidad.

GENTE

Los compañeros pueden actuar como compinches para guiar a los alumnos con menos habilidad en algunas partes del juego. Para los que tienen problemas graves de movilidad, los compañeros pueden correr o lanzar en su lugar.



HABILIDADES SENSORIALES EN EL CONTEXTO PE

Las habilidades sensoriales en el contexto de la educación física abordan las habilidades de comunicación relacionadas con la autoexpresión y la inteligencia emocional en situaciones difíciles para los niños con TEA en entornos inclusivos durante las clases de educación física. Dado que cada niño con TEA es único, puede comunicarse de forma diferente, utilizando enfoques verbales o no verbales: palabras/gestos/AAC/PECS.

Para impartir una clase de educación física inclusiva de calidad, un profesor de educación física debe conocer a fondo a sus alumnos con necesidades especiales, incluidos los comportamientos desafiantes, la condición física, etc.

Las lecciones S1 y S2 están diseñadas para una clase de educación física que dura 45 minutos; hay 20 alumnos de 6º curso. Uno de estos alumnos es un niño de 12 años que padece TEA y TDAH.

PLAN DE LECCIÓN S1

Comunica su opinión sobre la f eet salida del suelo

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de realizar un salto de longitud asegurando la participación activa de todos.

Para que los alumnos sean capaces de utilizar formas adecuadas de comunicación y de expresar sus sentimientos durante los ejercicios, en particular cuando sus pies abandonan el suelo.

MATERIALES

Espacio abierto (gimnasio, campo o patio de recreo)

Conos o marcadores

Cinta métrica

Esteras de aterrizaje blandas

Herramientas de comunicación AAC o PECS (si son necesarias)

TÉCNICAS

Modelización del comportamiento: Demostración de una técnica de salto de longitud mediante acciones paso a paso para proporcionar ejemplos claros y visuales a todos los alumnos.

Análisis de tareas: Desglosar el salto de longitud en pasos secuenciales (aproximación, despegue, vuelo, aterrizaje) para garantizar el dominio de cada componente.

Indicaciones y desvanecimiento: Utilizar indicaciones verbales y físicas para guiar a los alumnos durante sus intentos, reduciendo gradualmente la ayuda a medida que adquieren destreza.

Refuerzo diferencial: Proporcionar una retroalimentación positiva específica para los intentos exitosos y las mejoras, y una retroalimentación constructiva para los ajustes con el fin de reforzar el aprendizaje y corregir los comportamientos.

Reforzadores motivadores: Emplear diversos reforzadores, como elogios verbales, chocar las manos o el acceso a las actividades preferidas, para celebrar los éxitos y motivar el esfuerzo continuo.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos)

Los alumnos se reúnen en círculo.

Explicación del objetivo de la lección y de la importancia de respetar las experiencias de aprendizaje de los demás.

Asigne a un compañero tutor para que ayude al alumno con TEA en el calentamiento y facilite la interacción social.

Calentamiento (10 minutos)

Haga que los alumnos corran o caminen por la zona designada.

Utilice un silbato para señalar los cambios de dirección o de ritmo.

Anímeles a permanecer atentos a su entorno y a evitar colisiones.

Incluya a los alumnos con TEA en el calentamiento, asegurándose de que se sienten cómodos.

Anime al tutor a que apoye al alumno con TEA para que se mantenga concentrado e implicado durante el calentamiento.

Actividad principal - Aprendizaje del salto de longitud

Actividad 1: Demostración y explicación

Explique los pasos clave y las medidas de seguridad que intervienen en un salto de longitud.

Demuestre la técnica del salto de longitud a toda la clase.

Muestre a los alumnos cómo medir su aproximación y colocar las balizas para el despegue.

Forme parejas, asegurándose de que todos tienen un compañero tutor.

El tutor del alumno con TEA le ayudará a comprender la técnica del salto de longitud, ayudándole a expresarse utilizando palabras, gestos, CAA o PECS según sea necesario.

Anime al tutor a mantener una comunicación positiva y paciente con el alumno con TEA.

Actividad 2: Práctica con rotuladores

Haga que los alumnos practiquen el salto de longitud con marcadores colocados para el despegue.

El profesor de educación física y el tutor de los compañeros le guiarán para asegurarse de que todo el mundo utiliza la técnica adecuada y se mantiene seguro.

A lo largo de la práctica, haga preguntas a los alumnos con TEA sobre sus sentimientos durante los saltos y anímeles a comunicar sus emociones.

Actividad 3: Colchoneta de aterrizaje suave

Pase gradualmente del uso de marcadores a una alfombra de aterrizaje blanda para los saltos largos reales.

Cada alumno tendrá la oportunidad de realizar un salto de longitud.

El profesor de educación física y los compañeros tutores proporcionarán apoyo, orientación y ayuda en la comunicación a los alumnos con TEA según sea necesario.

Siga preguntando al alumno con TEA sobre sus sentimientos durante cada salto, permitiéndole expresarse.

Enfriamiento (5 minutos)

Reúna a los alumnos en círculo.

Reflexionen sobre lo que han aprendido y experimentado.

Reconozca los esfuerzos de todos.

Dirija una breve rutina de estiramientos para enfriar los músculos.

Conclusión (5 minutos)

Agradezca a todos los alumnos su participación y esfuerzo.

Destaque la importancia de la inclusividad y del trabajo en equipo en la clase.

Mencione las próximas lecciones o actividades.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Desarrollo de habilidades motrices: Los alumnos demostrarán la capacidad de realizar todos los componentes del salto de longitud con la técnica adecuada.

Comunicación eficaz: Los alumnos, especialmente los que padecen TEA, utilizarán métodos de comunicación adecuados (verbal, CAA, PECS) para expresar sus sentimientos y responder a las preguntas durante las actividades.

Expresión emocional: Los alumnos articularán sus emociones relacionadas con las actividades, mejorando su autoconciencia y regulación emocional.

Interacción con los compañeros y habilidades sociales: Los alumnos se relacionarán eficazmente con sus tutores y compañeros de clase, demostrando una mejora en las interacciones sociales y la cooperación.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en las aplicaciones sistemáticas de las intervenciones conductuales basadas en los principios de la teoría del aprendizaje para mejorar la comunicación, las interacciones sociales y las habilidades motoras mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo.

Teoría del aprendizaje motor: Apoya los componentes de práctica y retroalimentación de la lección, que son cruciales para adquirir y perfeccionar habilidades motoras como el salto de longitud.

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): Garantiza que todos los alumnos, independientemente de su capacidad, puedan participar y aprender eficazmente proporcionando múltiples medios de participación, representación y acción.

Teoría del aprendizaje social: Destaca la importancia de aprender de los compañeros a través de la observación y la interacción, apoyando el uso de compañeros tutores para facilitar la adquisición de destrezas y el aprendizaje social.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y agilidad: Desarrollo de las habilidades físicas necesarias para ejecutar el salto de longitud, incluyendo la carrera, el salto y el aterrizaje.

Habilidades de comunicación: Mejora de la capacidad para utilizar métodos de comunicación verbal y no verbal de forma eficaz durante las actividades físicas.

Cooperación social y trabajo en equipo: Mejora en el trabajo cooperativo con los compañeros y en la comprensión de la dinámica del trabajo en equipo y el apoyo.

Autorregulación y control emocional: Cultivo de habilidades para regular el comportamiento y las emociones durante actividades competitivas y físicamente exigentes.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El punto de despegue puede ser desde una posición estática o con una carrera más corta o más larga.

Tenga un lugar tranquilo donde el alumno con TEA pueda ir si necesita un descanso.

TAREA

Divida el salto en pasos más pequeños en estaciones de destreza repartidas por la sala (véase el plan de lección M4), por ejemplo:

Estación 1: Salto en el sitio con los pies juntos.

Estación 2: Dé un paso adelante y recoja la pierna trasera y los pies juntos.

Estación 3: Un paso más largo hacia delante y recoja la pierna trasera y los pies juntos.

Estación 4: Salto de longitud completo con una distancia mayor.

Dar tiempo extra si es necesario

Utilice tanto demostraciones como palabras para explicar lo que hay que hacer

EQUIPO



Con las estaciones de destreza (véase el plan de la lección M4), se pueden utilizar diferentes equipos:

Estación 1: Salte y aterrice con los dos pies juntos.

Estación 2: Pase por encima de una caja de cartón baja y recoja la pierna de atrás para ponerse de pie con los pies juntos.

Estación 3: Pase por encima de una caja más alta y recoja la pierna de atrás para ponerse de pie con los pies juntos.

Estación 4: Pase por encima de una caja más larga y más alta y recoja la pierna de atrás para ponerse de pie con los pies juntos.

Estación 5: Salte por encima de una caja más larga y más alta y recoja la pierna de atrás para ponerse de pie con los pies juntos.

Estación 6: Salto de longitud sin cajones.

GENTE

Disponer de un ayudante de profesor que pueda apoyar a los niños con TEA.

Asocie al niño con TEA con un amigo que le comprenda y pueda servirle de apoyo.

Enseñe a los demás alumnos a ser amables y pacientes para que todos puedan trabajar juntos.

PLAN DE LECCIÓN S2

Comunica su opinión sobre caídas/alturas

45 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de subir una escalera de cuerda /
Que los alumnos sean capaces de utilizar formas apropiadas de comunicación y de expresar sus sentimientos durante los ejercicios, en particular cuando escalar alturas

MATERIALES

Espacio abierto
Cuerdas y material de gimnasia
Escaleras y toboganes
Esteras de aterrizaje blandas.
Herramientas de comunicación AAC o PECS (si son necesarias)

TÉCNICAS

Modelado del comportamiento: Demostración de técnicas seguras de escalada y deslizamiento, utilizando tanto demostraciones en vivo como ejemplos claros.

Orientación física y desvanecimiento: Utilizar la orientación física para ayudar a los alumnos durante los intentos iniciales, y luego reducir gradualmente este apoyo a medida que adquieren destreza.

Refuerzo diferencial: Proporcionar una retroalimentación positiva específica para las acciones correctas y correcciones suaves para los errores con el fin de mejorar el aprendizaje y la motivación.

Reforzadores motivadores: Utilizar una variedad de reforzadores, incluidos los elogios verbales y no verbales, como el pulgar hacia arriba y chocar los cinco, para celebrar los éxitos y motivar el esfuerzo continuo.

ACTIVIDADES

Introducción (5 minutos)

Los alumnos se reúnen en círculo.
Explicación del objetivo de la lección y de la importancia de respetar las experiencias de aprendizaje de los demás.
Asigne a un compañero tutor para que ayude al alumno con TEA en el calentamiento y facilite la interacción social.

Calentamiento (10 minutos)

Realice una actividad de calentamiento para preparar a los alumnos para los ejercicios gimnásticos.

Incluya al alumno con TEA en el calentamiento, asegurándose de que se siente cómodo.

Anime al tutor a que apoye al alumno con TEA para que se mantenga concentrado e implicado durante el calentamiento.

Actividad principal - Aprender sobre las alturas y las caídas (20 minutos)

Actividad 1: Tregar por la cuerda

Instale una zona de escalada con cuerda y colchonetas de aterrizaje blandas.

Realice una demostración y una explicación de las técnicas de escalada con cuerda haciendo hincapié en las medidas de seguridad.

Haga preguntas al alumno con TEA sobre cómo se siente al trepar por la cuerda, incitándole a que se comunique utilizando palabras, gestos, CAA o PECS según sea necesario.

Recuerde al tutor que debe ayudar y animar al alumno con TEA durante la actividad.

Anime a los tutores a mantener una comunicación positiva y paciente con los alumnos con TEA.

Actividad 2: Deslizamiento del banco

Coloque toboganes de banco con alfombrillas de aterrizaje blandas.

Explique y demuestre la técnica de deslizamiento en banco y las precauciones de seguridad.

Recuerde al tutor del alumno con TEA que debe apoyarle y comunicarse con él.

Siga haciendo preguntas sobre la experiencia y los sentimientos relacionados con el deslizamiento del banco.

Actividad 3: Desensibilización a la altura

Prepare una sencilla carrera de obstáculos con actividades a diferentes alturas.

Esto puede incluir caminar sobre vigas de equilibrio, subir y bajar de plataformas bajas y navegar por aros o túneles a distintas alturas.

El compañero tutor guiará al alumno con TEA a través de la carrera de obstáculos.

Se animará al alumno con TEA a que comunique sus pensamientos y emociones relacionados con los retos de altura a los que se enfrenta.

El profesor de educación física proporcionará apoyo, orientación y ayuda en la comunicación al alumno con TEA y al tutor de iguales cuando sea necesario.

Siga preguntando al alumno con TEA sobre sus sentimientos durante los ejercicios, permitiéndole expresarse.

Enfriamiento (5 minutos)

Reúna a los alumnos en círculo.
Reflexionen sobre lo que han aprendido y experimentado.
Reconozca los esfuerzos de todos.
Dirija una breve rutina de estiramientos para enfriar los músculos.

Conclusión (5 minutos)

Agradezca a todos los alumnos su participación y esfuerzo.
Destaque la importancia de la inclusividad y del trabajo en equipo en la clase.
Mencione las próximas lecciones o actividades.
El alumno con TEA participará activamente y comunicará su opinión sobre las caídas y las alturas utilizando palabras, gestos, CAA (Comunicación Aumentativa y Alternativa) o PECS. Los demás alumnos también aprenderán a expresar sus sentimientos y emociones sobre las actividades relacionadas con las alturas.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Dominio de las habilidades motrices: Los alumnos demostrarán su capacidad para trepar por una cuerda y deslizarse hacia abajo de forma segura siguiendo las técnicas adecuadas.

Comunicación eficaz: Los alumnos, especialmente los que padecen TEA, utilizarán CAA o PECS para expresar sus sentimientos sobre las actividades, mejorando su capacidad de comunicación en diversas condiciones.

Seguridad y evaluación de riesgos: Los alumnos comprenderán y aplicarán las medidas de seguridad relacionadas con las alturas, aprendiendo a evaluar los riesgos y a actuar en consecuencia.

Expresión emocional: Los alumnos articularán sus emociones relacionadas con las actividades de altura, mejorando la autoconciencia y la regulación emocional.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

El Diseño Universal para el Aprendizaje hace hincapié en la creación de entornos de aprendizaje flexibles e inclusivos. En esta lección, la diferenciación y el apoyo a la comunicación (mediante palabras, gestos, CAA o PECS) se aplican para adaptarse a las diversas necesidades de aprendizaje.

Análisis conductual aplicado: Se centra en la aplicación sistemática de intervenciones conductuales para mejorar las habilidades sociales, comunicativas y motoras mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo positivo.

Teoría del aprendizaje motor: Apoya los componentes de práctica y retroalimentación de la lección, que son cruciales para adquirir y perfeccionar habilidades motoras complejas.

Teoría del desarrollo cognitivo: Mejora la comprensión de cómo los alumnos procesan e integran la información sensorial y motriz, apoyando los aspectos cognitivos del aprendizaje de la navegación en altura.

Teoría del aprendizaje social: Destaca la importancia del aprendizaje a través de la observación y el modelado, apoyando el uso de tutores compañeros y el modelado en vídeo para facilitar la adquisición de destrezas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y habilidades motrices: Trepar por la cuerda y deslizarse por la escalera potencian las habilidades motoras gruesas, mejoran la fuerza muscular y desarrollan la coordinación. Estas habilidades físicas son cruciales para la salud general de los niños y su capacidad para participar en diversas actividades con confianza.

Conciencia espacial y equilibrio: Realizar ejercicios que impliquen sortear diferentes alturas y obstáculos ayuda a mejorar la conciencia espacial y el equilibrio de los niños. Para los niños con TEA, estas actividades pueden ser especialmente beneficiosas, ya que a menudo se enfrentan a retos en estas áreas.

Concienciación sobre la seguridad y evaluación de riesgos: Participar en actividades que impliquen alturas y desafíos físicos ayuda a los niños a comprender y respetar los protocolos de seguridad. Les enseña a evaluar los riesgos y a tomar decisiones informadas sobre sus acciones, una habilidad vital fundamental.

Habilidades de comunicación: El plan de clases hace hincapié en el uso de CAA (Comunicación Aumentativa y Alternativa) o PECS (Sistema de Comunicación por Intercambio de Imágenes) para los niños con TEA. Esto fomenta su capacidad para comunicar eficazmente necesidades, sentimientos y respuestas, esenciales para la interacción social y la expresión emocional.

Habilidades sociales y trabajo en equipo: Al trabajar en parejas o grupos y con compañeros tutores, todos los niños, incluidos los que padecen TEA, mejoran sus habilidades sociales. Aprenden a cooperar, a turnarse y a apoyarse mutuamente, fomentando el sentido de equipo y de comunidad. Reflexionar y articular experiencias y puntos de vista personales

Regulación y expresión emocional: La lección ofrece oportunidades para que los niños, especialmente los que padecen TEA, expresen sus sentimientos sobre las alturas y las caídas. Esta expresión ayuda a la regulación emocional y desarrolla su capacidad para articular sentimientos y miedos, contribuyendo a la resiliencia emocional.

Confianza y autoestima: Superar con éxito los retos físicos puede aumentar la confianza y la autoestima de los niños. Para los niños con TEA, lograr estos hitos puede ser especialmente fortalecedor, ya que aumenta su autoeficacia.

Seguir instrucciones y adaptarse a entornos estructurados: La naturaleza estructurada de la lección ayuda a los niños, en particular a los que padecen TEA, a seguir instrucciones y a adaptarse a entornos regulados, mejorando su capacidad para desenvolverse con eficacia en diferentes entornos.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Asegúrese de que las zonas para las actividades estén despejadas y no demasiado abarrotadas.

Tenga un lugar tranquilo donde el alumno con TEA pueda ir si necesita un descanso.

TAREA

La segmentación de tareas significa dividir cada actividad (trepar, deslizarse, equilibrarse) en pasos más pequeños y manejables para garantizar el dominio y aumentar la confianza.

Todas las Actividades pueden también configurarse como una Carrera de Obstáculos para que equipos de alumnos realicen todas las Actividades juntos, sin dejar a nadie atrás.

Todos deben apoyarse mutuamente para completar las tareas.

Conceda tiempo extra si es necesario.

Las estaciones de actividades pueden colocarse alrededor o a lo largo de la sala en filas (véase el plan de la lección M4).

Utilice tanto demostraciones como palabras para explicar lo que hay que hacer.

EQUIPO

Asegúrese de que todo el equipo es seguro e inclusivo para todos

Pueden utilizarse herramientas de comunicación para ayudar a que todos se sientan cómodos y comprometidos.

Además de los elogios verbales y no verbales, pueden utilizarse diversos reforzadores motivadores, como pegatinas o pequeños juguetes, para celebrar los éxitos y motivar el esfuerzo continuo.



GENTE

Disponer de un ayudante de profesor que pueda apoyar a los niños con TEA.

Asocie al niño con TEA con un amigo que le comprenda y pueda servirle de apoyo.

Enseñe a los demás alumnos a ser amables y pacientes para que todos puedan trabajar juntos.

PLAN DE LECCIÓN S3

Comunica su opinión sobre tener la cabeza al revés

60 minutos

Puede dividirse en varias sesiones

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos puedan comunicar sus opiniones sobre tener la cabeza al revés durante las actividades de educación física.

MATERIALES

Libro de comunicación
Historia social sobre tener la cabeza al revés

TÉCNICAS

Cuento social: Utilizar una historia personalizada para preparar a los alumnos para la experiencia de tener la cabeza al revés, explicándoles qué esperar y cómo manejar los sentimientos que surjan.

Modelado del comportamiento: Demostración de las actividades mostrando explícitamente cómo expresar los sentimientos utilizando un libro de comunicación.

Indicaciones verbales y visuales: Proporcionar indicaciones para guiar a los alumnos en el uso eficaz de las herramientas de comunicación durante y después de las actividades.

Refuerzo positivo: Ofrecer elogios, ánimos o recompensas tangibles por expresar los sentimientos adecuadamente y participar en las actividades a pesar del malestar.

Exposición gradual: Introducir gradualmente actividades que impliquen tener la cabeza boca abajo, aumentando la complejidad o la duración a medida que el alumno se sienta más cómodo.

ACTIVIDADES

Repase con el alumno la historia social sobre tener la cabeza al revés durante las actividades de educación física.

Prepare actividades con la cabeza boca abajo para que el alumno las pruebe.

Prepare el cuaderno de comunicación para que el niño exprese su opinión sobre la realización de estas actividades.

Modele las actividades al alumno. Haga que prueben las actividades.

Muestre al alumno el cuaderno de comunicación para que exprese su opinión (necesita un descanso, siente miedo, mareos, etc.) sobre las actividades. Indique visual y verbalmente al niño que utilice las tarjetas visuales y practique la comunicación. Dele un refuerzo positivo después de utilizar las tarjetas para expresar su opinión.

Practique la expresión de opiniones sobre las actividades utilizando el cuaderno de comunicación.

Para más información sobre los libros de comunicación, vea el vídeo.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación eficaz: Los alumnos utilizarán con precisión el cuaderno de comunicación para expresar sus sentimientos sobre actividades que impliquen tener la cabeza al revés.

Participación y compromiso: Los alumnos participarán en actividades que impliquen estar boca abajo, demostrando cada vez más comodidad con el tiempo.

Habilidades de autorregulación: Los alumnos mostrarán una mejora en la autorregulación de sus emociones y comportamientos en actividades físicas desafiantes.

Habilidades de adaptación y afrontamiento: Los alumnos desarrollarán estrategias para hacer frente a las molestias durante las actividades físicas, utilizando las herramientas y técnicas proporcionadas.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis del comportamiento aplicado: Se centra en el uso de intervenciones conductuales para enseñar a los alumnos a comunicarse eficazmente y a gestionar sus emociones durante actividades físicas desafiantes.

Conductismo: Destaca el papel de las interacciones ambientales en el aprendizaje, utilizando refuerzos positivos y negativos para moldear el comportamiento y fomentar la comunicación.

Teoría cognitivo-conductual: Hace hincapié en la comprensión y el cambio de los patrones de pensamiento que afectan a las emociones y los comportamientos, especialmente relevante para gestionar los sentimientos de malestar o miedo.

Psicología del desarrollo: Considera la etapa de desarrollo de los alumnos para adaptar las actividades y los métodos de comunicación que sean apropiados para su edad y eficaces.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Coordinación física y habilidades motrices: Desarrollo de la coordinación, el equilibrio y la agilidad mediante actividades de educación física.

Comunicación y expresión: Mejora de la capacidad para comunicar experiencias y sentimientos personales con precisión utilizando herramientas de CAA.

Resiliencia emocional y afrontamiento: Cultivo de la resiliencia y mecanismos de afrontamiento para manejar los retos físicos y emocionales.

Interacción social y empatía: Mejora en la interacción con compañeros y adultos en un entorno de apoyo, fomentando la empatía y el comportamiento cooperativo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre las personas puede ser más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos o para aumentar y disminuir el desafío. Algunos niños autistas son especialmente sensibles a la luz y a los colores brillantes, incluido el blanco intenso. El beige, los grises, el crema o los tonos más cálidos, para crear paredes ligeramente coloreadas pueden reducir las distracciones y pueden tener un efecto tranquilizador. La iluminación fluorescente parece ser peor para un niño autista.

TAREA

Las tareas pueden descomponerse en los elementos componentes de tener la cabeza boca abajo utilizando la Metodología de la Estación de Habilidades (Ver Plan de Lección M4)

Puentes e inclinarse hacia delante para tocarse los dedos de los pies

Estación de destreza 1: De rodillas, con las dos manos en el suelo delante, haga un puente.

Estación de destreza 2: Tumbado boca abajo en el suelo con los brazos extendidos hacia delante o las manos a los lados de la cabeza y luego acercando las manos al cuerpo, manteniendo la cabeza hacia el suelo.

Estación de destreza 3: De pie y bajando las manos por el cuerpo hasta tocar las rodillas.

Estación de destreza 4: Ponerse de pie y bajar las manos por el cuerpo hasta tocarlo.

Balanceo hacia delante

Estación de destreza 1: De rodillas con ambas manos en el suelo delante, haga un puente.

Estación de destreza 2: De rodillas, ambas manos en el suelo pero más cerca del cuerpo, y la cabeza hacia el suelo.

Estación de destreza 3: Sobre la rodilla derecha, con el pie izquierdo en el suelo, la mano izquierda en el suelo junto al pie izquierdo y la mano derecha entre las piernas con las palmas hacia arriba y los dedos apuntando hacia atrás.

Estación de destreza 4: Voltereta completa hacia delante. La posición es como en la estación 3, pero la cabeza baja entre las piernas para que la nuca vaya al suelo mientras empujan con el pie derecho para hacer un giro hacia delante.

EQUIPO

Pueden utilizarse colchonetas de gimnasia blandas y acolchados de pared. Las muñequeras de colores son rojas para la derecha y azules para la izquierda para garantizar que se utilizan la mano y el pie correctos durante la práctica de los volteos hacia delante.

GENTE

Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias. Los compañeros pueden ayudar en cada estación y en cada tarea.

PLAN DE CLASE S3 TABLERO DE COMUNICACIÓN



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

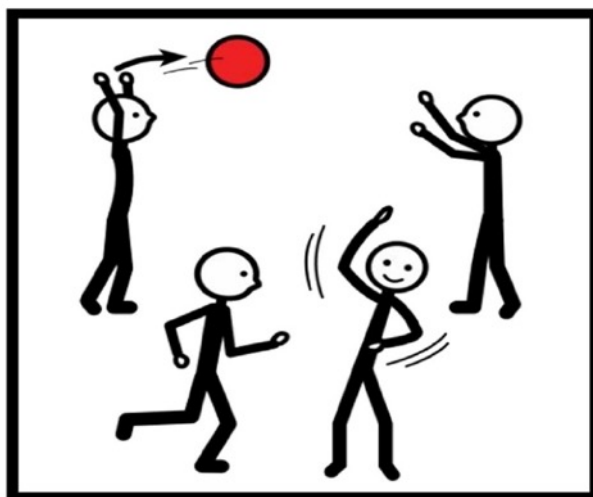


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE CLASES S3 HISTORIA SOCIAL



Durante las clases de educación física, hago diferentes ejercicios

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



A veces, durante las clases de educación física, puedo hacer ejercicios que implican tener la cabeza boca abajo.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



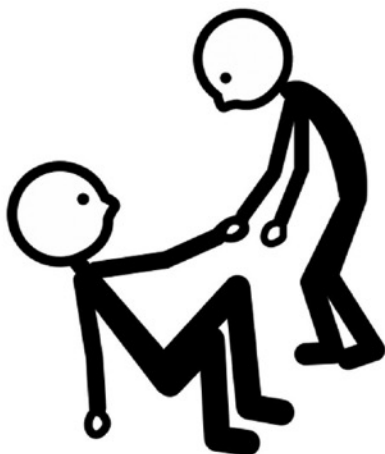
Hacer estos ejercicios puede hacerme sentir asustada, cansada o incluso mareada.
Esto puede ser abrumador y puede que necesite un descanso.
Y eso está bien.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Puedo intentar ser valiente e intentar hacer el ejercicio.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



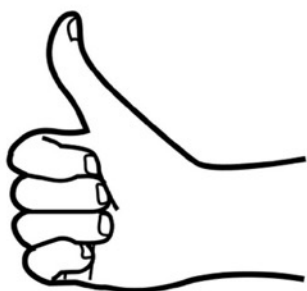
Puede que no entienda el ejercicio. Puedo pedir ayuda al profesor.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Puedo hacer una pausa en el ejercicio y descansar. Puedo decirle a mi profesor que necesito hacer una pausa, utilizando palabras o dibujos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Está bien no hacer los ejercicios. Mantendré la calma y realizaré actividades diferentes.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE LECCIÓN S4

Comunica su opinión sobre ser tocado/tocar a otros

60 minutos

Puede dividirse en varias sesiones

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Que los alumnos sean capaces de comunicar sus opiniones sobre ser tocados o tocar a otros durante las actividades de educación física.

MATERIALES

Una historia social sobre ser tocado/tocar a otros

Tarjetas visuales

Tablero de comunicación

TÉCNICAS

Historias sociales: Utilizar historias sociales para preparar a los alumnos para actividades de educación física que impliquen contacto físico, explicando lo que ocurrirá y por qué es importante.

Indicaciones verbales y visuales: Proporcionar pistas e indicaciones mediante tarjetas visuales e instrucciones verbales para guiar a los alumnos a través de las actividades y el uso de las herramientas de comunicación.

Refuerzo positivo: Ofrecer elogios y recompensas tangibles por expresar los niveles de comodidad y participar en las actividades según convenga.

Modelado: Demostrando el uso de tableros de comunicación para expresar sentimientos sobre el tacto, y participando activamente en actividades para mostrar formas aceptables de interactuar.

ACTIVIDADES

Repase con el alumno la historia social sobre ser tocado/tocar a los demás durante las actividades de educación física. Prepare tarjetas visuales con diferentes actividades que el alumno realizará con un compañero que impliquen un contacto cercano (chocar los cinco, chocar el puño, chocar el codo, etc.).

Guíe a los alumnos a través de las actividades y pídale que las prueben.

Pida al alumno que comunique su opinión sobre estar en estrecho contacto con sus compañeros utilizando el tablero de comunicación (no se siente bien, necesita un descanso).

Modele utilizando el tablero de comunicación.

Utilice el tablero para practicar la comunicación. Puede ver más sobre los tableros de comunicación en este [vídeo](#).

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación de límites: Los alumnos utilizarán eficazmente los tableros de comunicación para expresar su comodidad o incomodidad al ser tocados durante las actividades de educación física.

Participación en actividades físicas: Los alumnos participarán en actividades seleccionadas que impliquen el tacto en la medida en que se sientan cómodos, mostrando una comprensión de cómo gestionar los límites personales.

Habilidades de autogestión: Los alumnos demostrarán sus habilidades emergentes de autogestión identificando cuándo se sienten incómodos y comunicando sus necesidades.

Adaptabilidad: Los alumnos mostrarán una mayor adaptabilidad participando en actividades variadas con diferentes niveles de contacto físico a medida que se sientan más cómodos.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en enseñar sistemáticamente a los alumnos a comunicar sus necesidades y gestionar las sensibilidades sensoriales mediante el refuerzo positivo y la interacción estructurada.

Teoría de la integración sensorial: Ayuda a comprender cómo procesan los alumnos la información sensorial, en particular el tacto, y la importancia de acomodar las necesidades sensoriales en los entornos educativos.

Conductismo: Hace hincapié en el aprendizaje del entorno a través de la interacción y el refuerzo, lo que es fundamental para enseñar a los alumnos a responder al tacto y a comunicarse con él.

Teoría del aprendizaje social: Destaca la importancia del modelado y el aprendizaje entre iguales en la adquisición de habilidades sociales y la comprensión de las normas en torno al espacio personal y el tacto.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de comunicación: Desarrollo de habilidades de comunicación sólidas utilizando CAA o PECS para expresar sentimientos y límites.

Habilidades de procesamiento sensorial: Mayor capacidad para procesar la información sensorial relacionada con el tacto y desarrollar estrategias de afrontamiento.

Habilidades de interacción social: Mejora de las habilidades de interacción social, incluida la comprensión de cómo expresar y respetar los límites personales y los de los demás.

Empatía y apoyo: Cultivo de la empatía mediante la comprensión de los diversos niveles de comodidad entre compañeros y el aprendizaje de comportamientos de apoyo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre los alumnos puede hacerse más pequeño o más grande para que éstos se sientan más cómodos.

TAREA

Organice una cita de velocidad con dos filas de alumnos frente a frente. Los alumnos más hábiles o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1 y cada persona desciende una fila. La línea 2 mantiene el equipo. Todos pueden participar simultáneamente en las actividades táctiles de diferentes maneras y con diferentes personas. (Véase el plan de la lección M3).

La exposición gradual introduce el contacto físico gradualmente con actividades menos invasivas (por ejemplo, chocar los cinco) y progresando a un contacto más implicado a medida que aumentan los niveles de comodidad.

EQUIPO

El profesor de educación física o un compañero pueden utilizar objetos que le gusten al niño, como un coche de juguete, un cepillo para el pelo o incluso una marioneta de mano para tocar.

GENTE

Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias.

PLAN DE CLASE S4 TABLERO DE COMUNICACIÓN



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



A veces, durante las clases de educación física puedo realizar actividades junto con los alumnos

PLAN DE CLASES S4 HISTORIA SOCIAL



A veces necesitaré cogerles de la mano.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Como cuando formamos un círculo juntos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Cuando realizo estas actividades, puedo sentir ansiedad. Esto puede ser abrumador y puede que necesite un descanso. No pasa nada.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Puedo intentar ser valiente y realizar la actividad con los demás alumnos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



No pasa nada si no quiero ir de la mano o estar cerca de otros alumnos.

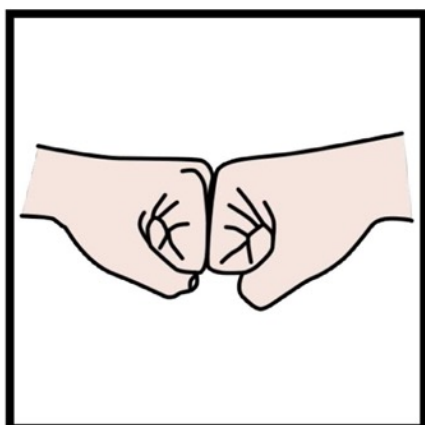
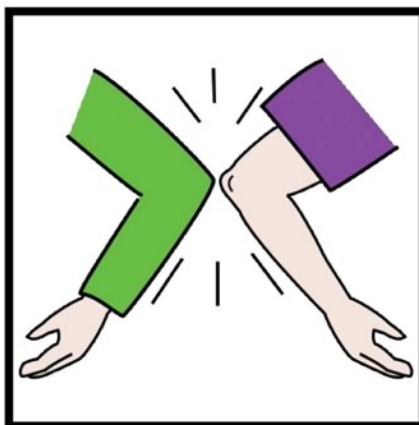


Le diré a mi profesor que necesito hacer una pausa utilizando palabras, gestos o dibujos.

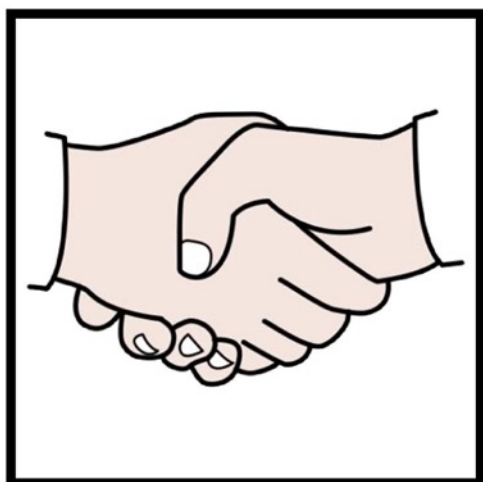


Está bien no hacer actividades en grupo. Me quedaré tranquilo y haré actividades diferentes.

PLAN DE CLASE S4 TARJETAS DE ACTIVIDADES VISUALES



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE LECCIÓN S5

Comunica su opinión sobre ponerse en fila/cercarse a los demás

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para estudiantes ser capaces de comunicar opiniones sobre ponerse en fila/cercarse a los demás.

MATERIALES

Objetos tranquilizadores (pelota antiestrés/para apretar, botella sensorial, etc.)
Aros
Historia social
Tarjetas visuales

TÉCNICAS

Historia social: Utilizar una historia social para preparar a los alumnos para la experiencia de hacer cola o estar cerca de otros, detallando qué comportamientos se esperan y por qué.

Modelado del comportamiento: Demostrar los Comportamientos adecuados mientras se está en la cola o durante situaciones de contacto cercano para proporcionar ejemplos claros y visuales.

Indicaciones verbales, visuales y físicas: Proporcionar señales e indicaciones para guiar a los alumnos sobre dónde colocarse y cómo interactuar, utilizando tarjetas visuales para comunicar necesidades y preferencias.

Refuerzo positivo: Ofrecer elogios y recompensas tangibles por mantener un comportamiento adecuado y por utilizar con éxito las herramientas de comunicación para expresar comodidad o malestar.

Señales ambientales estructuradas: Utilización de marcadores físicos como aros o puntos de colores para indicar visualmente los lugares apropiados para estar de pie, lo que ayuda a gestionar la conciencia espacial y la comodidad.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos la historia social sobre ponerse en fila cerca de otros alumnos.

Prepare una Estación de Actividades con objetos calmantes (bola de estrés/apretón, baba, botellas sensoriales, etc.).

Recorra la Estación de Actividades con el alumno y pídale que utilice los objetos.

Prepare círculos donde los alumnos puedan colocarse cuando esperan en fila (puede utilizar aros). Muéstrole al alumno dónde debe colocarse cuando espere en la fila para evitar el contacto cercano con los demás alumnos.

Presente las tarjetas visuales al alumno. Promueva el uso de las tarjetas visuales para expresar las necesidades (necesidad de un objeto que alivie el estrés y de un descanso de la actividad).

Practique la expresión de opiniones sobre las actividades utilizando las tarjetas visuales de descanso.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación de las necesidades de espacio personal: Los alumnos utilizarán eficazmente las herramientas de comunicación para expresar sus niveles de comodidad sobre la proximidad a los demás.

Adherencia a las pautas espaciales: Los alumnos demostrarán su capacidad para seguir las indicaciones visuales y mantener las distancias adecuadas con sus compañeros durante las alineaciones y las actividades de contacto cercano.

Habilidades de autogestión: Los alumnos mostrarán una mayor capacidad para gestionar sus emociones y comportamientos en situaciones en las que el espacio personal esté limitado.

Utilización de estrategias tranquilizadoras: Los alumnos utilizarán de forma autónoma objetos o técnicas calmantes cuando se sientan abrumados por la proximidad.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en el uso de intervenciones conductuales para enseñar a los alumnos a comunicar sus necesidades y gestionar sus conductas de forma eficaz en entornos sociales.

Conductismo: Hace hincapié en el aprendizaje a través de la interacción con el entorno, utilizando el refuerzo positivo para moldear el comportamiento relacionado con el espacio personal y la comunicación.

Teoría cognitivo-conductual: Mejora la comprensión de cómo los pensamientos y los sentimientos pueden afectar al comportamiento, en particular en la gestión de las reacciones ante la proximidad física.

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): Garantiza que las actividades y las comunicaciones sean accesibles y apropiadas para todos los alumnos, independientemente de sus sensibilidades sensoriales o sus capacidades de comunicación.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de comunicación: Desarrollo de sólidas habilidades de comunicación utilizando tarjetas visuales y otras herramientas de CAA para expresar sentimientos y límites.

Habilidades de procesamiento sensorial: Mayor capacidad para procesar la información sensorial relacionada con el tacto y el espacio personal, desarrollando estrategias de afrontamiento.

Habilidades de interacción social: Mejora de las habilidades de interacción social, incluida la comprensión de cómo expresar y respetar los límites personales y los de los demás.

Regulación emocional: Cultivo de las habilidades de regulación emocional mediante el reconocimiento y la comunicación del malestar o las necesidades personales en un entorno social.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Los alumnos pueden acercarse progresivamente al hacer cola.

TAREA

Las estaciones de habilidad pueden establecerse con rutinas de toque o de calma diferentes o progresivas y anillas progresivamente más cercanas en las líneas. (Véase el plan de la lección M4) También puede utilizarse una cita de velocidad (Véase el plan de la lección M3)

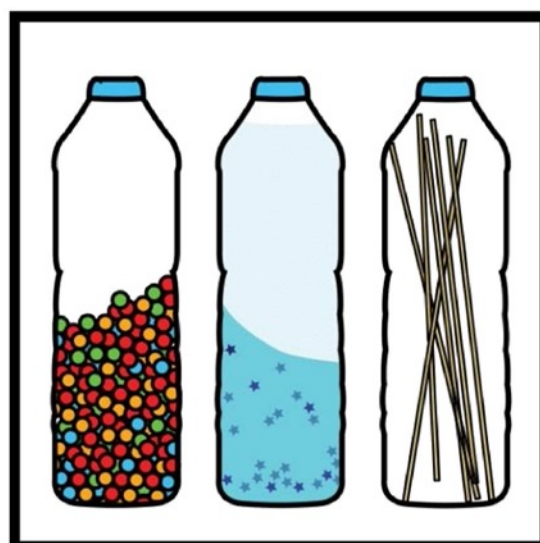
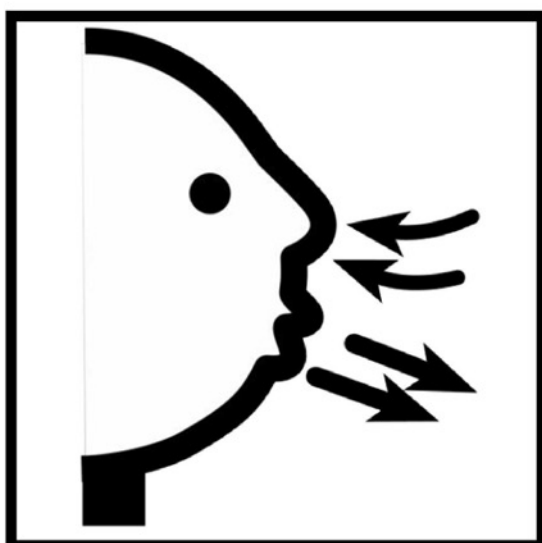
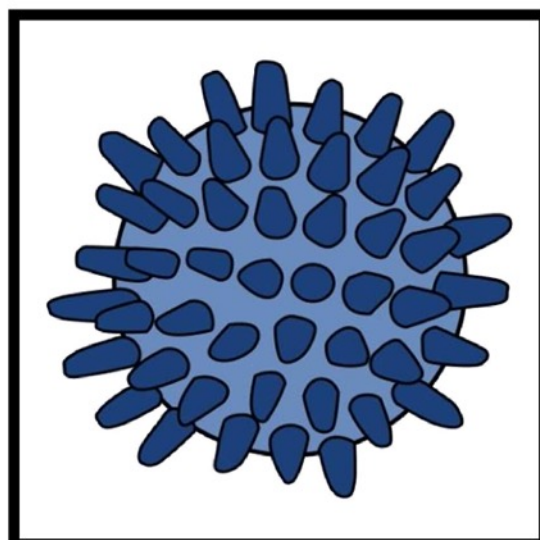
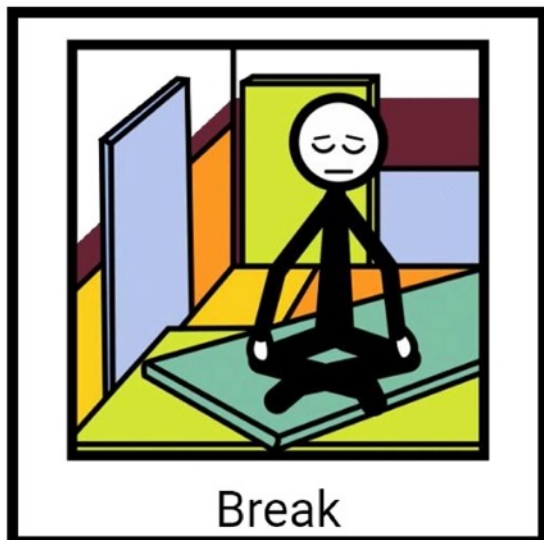
EQUIPO

El profesor de educación física o un compañero pueden utilizar objetos que le gusten al niño, como un coche de juguete, un cepillo para el pelo o incluso una marioneta de mano para tocar.

PERSONAS

Antes o después de la sesión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar un debate sobre las experiencias.

PLAN DE CLASE S5 TARJETAS VISUALES



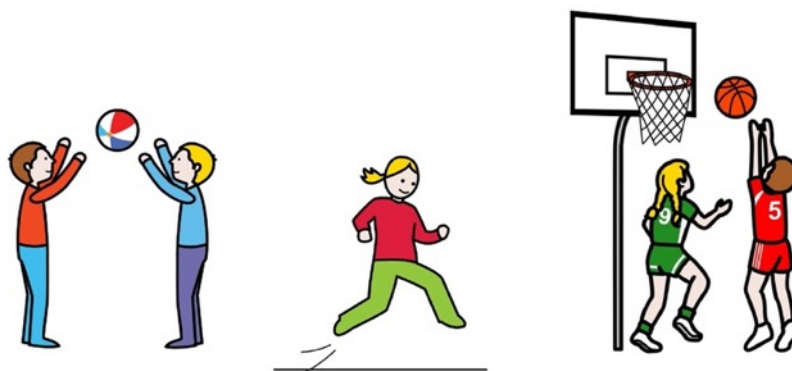
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Cree tarjetas con diferentes objetos para aliviar el estrés que tenga en la clase de educación física.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE CLASE V5 HISTORIA VISUAL



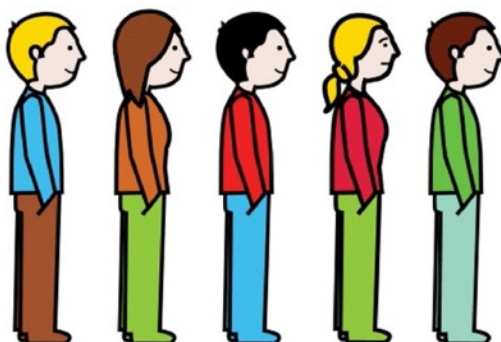
En la clase de educación física hay muchos alumnos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



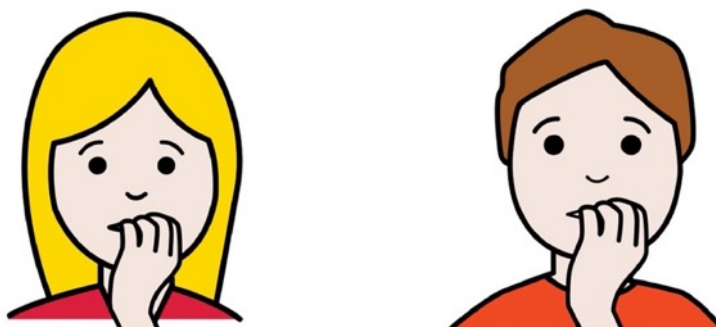
A veces haremos actividades en círculo y ellos se sentarán a mi lado.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



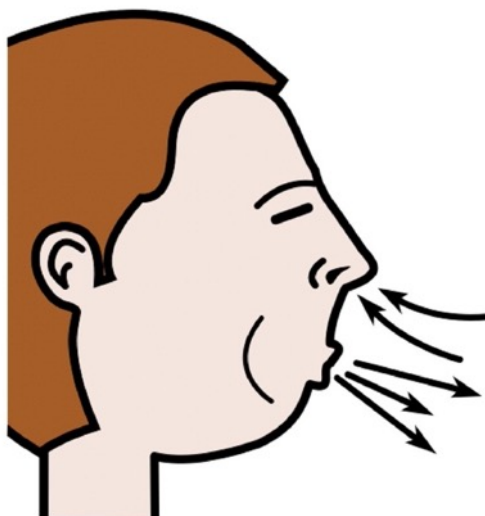
A veces tendré que hacer cola para realizar las actividades.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Estar demasiado cerca de otros niños puede hacerme sentir estresada y ansiosa. Pero puedo intentar algo que me ayude a calmarme.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



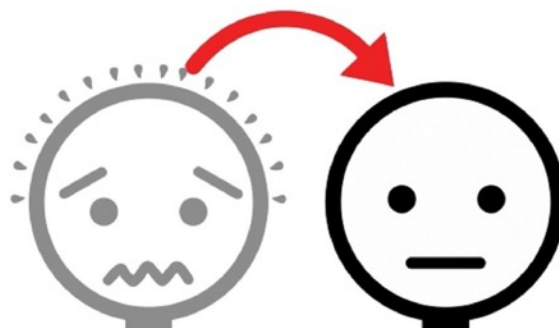
En primer lugar, puedo intentar respirar hondo y mantener la calma.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



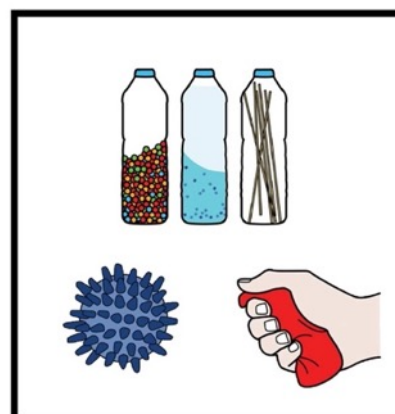
Si sigo estresado, puedo utilizar un objeto que me tranquilice. Puede ser una pelota antiestrés, una botella sensorial, baba o cualquier otra cosa que me guste.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Esto puede ayudar a calmarme.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



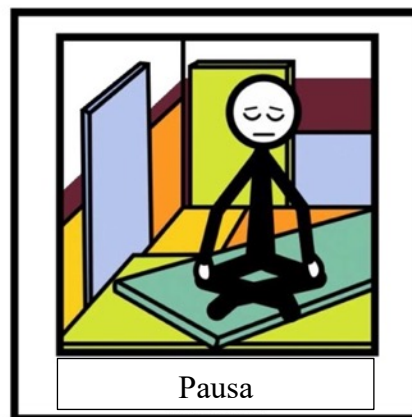
Le pediré a mi profesor que coja un objeto que pueda calmarme utilizando palabras, tarjetas o gestos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Si estoy estresado Me tomaré un descanso de la actividad y me sentaré a solas

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pediré a mi profesor que se tome un descanso utilizando palabras, tarjetas o gestos

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE LECCIÓN S6

Comunica su opinión sobre el movimiento excesivo

60 minutos

Puede dividirse en varias sesiones

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de comunicar sus opiniones sobre el movimiento excesivo durante las actividades de educación física.

MATERIALES

Historia social
Pelota terapéutica
Tablero de comunicación.

TÉCNICAS

Relato social: Utilizar una historia social para preparar a los alumnos para actividades que impliquen movimientos excesivos, explicando qué comportamientos se esperan y cómo hacer frente a la incomodidad.

Modelado del comportamiento: Demostrando cada actividad, en particular cómo utilizar el tablero de comunicación para expresar sentimientos y necesidades durante los ejercicios.

Indicaciones verbales y visuales: Proporcionar pistas e indicaciones para guiar a los alumnos sobre cómo expresar adecuadamente sus sentimientos utilizando el tablero de comunicación.

Refuerzo positivo: Ofrecer elogios y recompensas tangibles por expresar adecuadamente los sentimientos y participar en las actividades a pesar del malestar.

Exposición gradual: Introducir actividades con movimientos excesivos de forma gradual, empezando de menos intenso a más intenso, a medida que aumenta el nivel de comodidad.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos la historia social sobre los movimientos excesivos durante las clases de educación física.

Prepare las actividades de los alumnos, incluyendo diferentes movimientos (rebotar en la pelota terapéutica, actividades con saltos, giros, bailes rápidos, etc.)

Prepare un tablero de comunicación para que los alumnos expresen sus opiniones

sobre la realización de estas actividades.

Modele las actividades al alumno. Haga que pruebe las actividades.

Muestre a los alumnos el tablero de comunicación para que expresen sus opiniones (necesidad de un descanso, sensación de miedo, mareo, etc.) sobre las actividades. Indíquele visual y verbalmente que utilice el tablero de comunicación y practique la comunicación.

Practique la expresión de opiniones sobre las actividades utilizando el tablero de comunicación.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación eficaz: Los alumnos utilizarán el tablero de comunicación para expresar con precisión sus sentimientos sobre actividades que impliquen movimientos excesivos.

Adaptación a las actividades físicas: Los alumnos participarán en actividades, demostrando cada vez más comodidad y capacidad para gestionar sus reacciones con el paso del tiempo.

Habilidades de autogestión: Los alumnos mostrarán una mejora en la autorregulación de sus emociones y comportamientos en respuesta a los retos de la actividad física.

Estrategias de afrontamiento: Los alumnos desarrollarán y utilizarán estrategias de afrontamiento para manejar las sensaciones de movimiento excesivo durante las actividades físicas.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en las aplicaciones sistemáticas de las intervenciones conductuales para mejorar la comunicación, la autorregulación y las estrategias de afrontamiento mediante la enseñanza estructurada y el refuerzo positivo.

Conductismo: Destaca el papel de las interacciones ambientales en el aprendizaje, utilizando el refuerzo positivo para moldear el comportamiento relacionado con las respuestas a los estímulos físicos.

Teoría de la integración sensorial: Ayuda a comprender cómo procesan los alumnos la información sensorial compleja, como el movimiento excesivo, y la importancia de desarrollar mecanismos de afrontamiento.

Teoría cognitivo-conductual: Hace hincapié en la comprensión y el cambio de los patrones de pensamiento que afectan a las emociones y los comportamientos, especialmente relevante para gestionar las respuestas a las actividades físicas intensas.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de comunicación: Desarrollo de habilidades sólidas para utilizar herramientas de comunicación visuales y verbales para expresar experiencias y necesidades personales.

Habilidades de procesamiento sensorial: Mejora de la capacidad para procesar y responder a los estímulos sensoriales, desarrollando técnicas para gestionar el malestar.

Regulación emocional: Cultivo de las habilidades de regulación emocional mediante el reconocimiento y la comunicación de los sentimientos en un entorno estructurado y de apoyo.

Interacción social y cooperación: Mejora en la interacción con compañeros y profesores durante las actividades, fomentando un ambiente de comprensión y apoyo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Las Estaciones de Habilidades pueden colocarse alrededor de la sala. Las estaciones de destrezas tienen la misma actividad con un desarrollo progresivo de las destrezas. (Véase el plan de lección M4).

Las Estaciones de Actividad pueden disponerse en secciones por toda la sala en cada esquina o como una Carrera de Obstáculos por Equipos en la que cada alumno se apoya en los demás para realizar las actividades. Cada Estación de Actividades debe tener actividades diferentes.

TAREA

Una cita rápida puede organizarse con dos filas de alumnos enfrentados.

Los alumnos más hábiles o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1, y cada persona desciende una fila. La Línea 2 sostiene el equipo adaptado a sus necesidades. (Véase el plan de la lección M3)

Todos pueden participar en las diferentes actividades de diferentes maneras y con diferentes personas simultáneamente.

EQUIPO

Un balón terapéutico puede cambiarse por un cojín o una colchoneta de choque.

GENTE

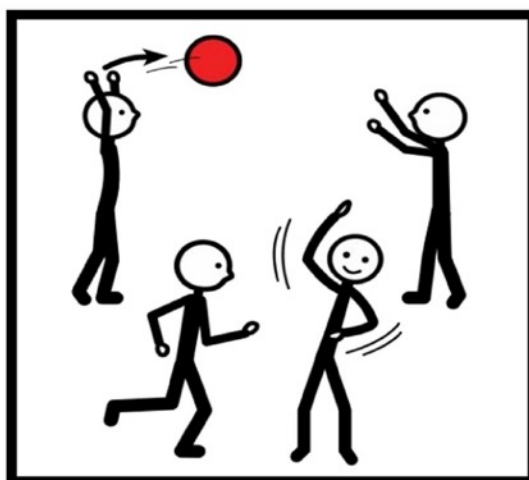
Numere a cada persona, por ejemplo, del 1 al 5. Cada Grupo se reúne en una Estación de Actividades o en una Estación de Habilidades progresivas numeradas del 1 al 5. Cada grupo puede tener un líder o un ayudante que apoye al Grupo. (Véase el Plan de la lección M4)

PLAN DE CLASE S6 TABLERO DE COMUNICACIÓN

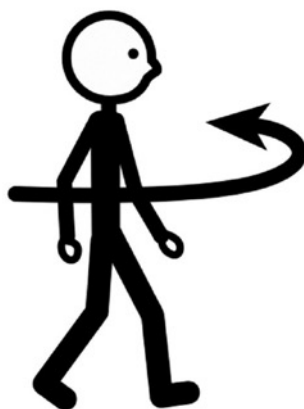


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE CLASES S6 HISTORIA SOCIAL



Durante las clases de educación física hago diferentes ejercicios



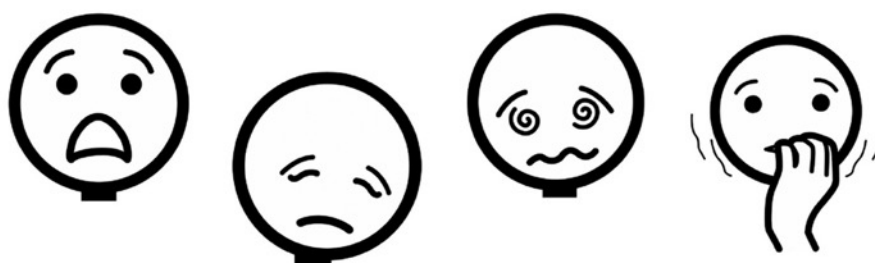
A veces, durante las clases de educación física puedo hacer ejercicios como spinning

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



A veces hago ejercicios como saltar o brincar

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Hacer estos ejercicios puede hacerme sentir asustada, ansiosa, cansada o incluso mareada. Esto puede ser abrumador y puede que necesite un descanso. Y eso está bien.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Puedo intentar ser valiente e intentar hacer las actividades.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



romper

Puedo hacer una pausa en el ejercicio y descansar. Puedo decirle al profesor que necesito hacer una pausa utilizando palabras, gestos o dibujos.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Está bien no hacer los ejercicios. Me tomaré un descanso y mantendré la calma.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE LECCIÓN S7

Comunica su opinión sobre quedarse quieto

60 minutos

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos poder comunicar sus opiniones sobre el hecho de tener que permanecer quietos durante las actividades de Educación Física.

MATERIALES

Historia social

Pelota antiestrés u otros juguetes silenciosos para apretar.

Tarjetas de pausa visual

Tarjetas visuales recordatorias

TÉCNICAS

Historias sociales: Utilizar historias sociales para establecer expectativas y explicar las razones de la necesidad de permanecer quieto durante ciertas actividades.

Modelado del comportamiento: Demostración del uso de tarjetas visuales de pausa y pelotas antiestrés como mecanismos de afrontamiento durante las actividades que requieren quietud.

Indicaciones verbales y visuales: Proporcionar indicaciones constantes mediante tarjetas visuales de recordatorio para reforzar la permanencia y el uso de tarjetas de descanso cuando sea necesario.

Refuerzo positivo: Ofrecer elogios y recompensas tangibles por permanecer quieto con éxito y por comunicar eficazmente las necesidades utilizando tarjetas de descanso.

Práctica estructurada: Organización de actividades que requieren repetidamente la quietud para practicar la autorregulación y la comunicación en un entorno controlado.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos la historia social sobre permanecer quieto durante las actividades de educación física.

Prepare tarjetas visuales de pausa para que el alumno las utilice cuando necesite moverse y hacer otro ejercicio.

Prepare tarjetas recordatorias visuales para utilizarlas como estímulo visual.

Proporcione una pelota antiestrés u otros juguetes para apretar silenciosos que el alumno pueda sostener en la mano. Muestre al alumno las pelotas para apretar.

Mientras realiza las actividades en las que los alumnos deben permanecer quietos (baile del congelado, juego de la luz roja y la luz verde, juego de quedarse atrapado en el barro, esperar en la cola, etc.), utilice las tarjetas visuales recordatorias para incitar al niño a no realizar movimientos constantes.

Muestre las tarjetas visuales de pausa al alumno cuando necesite un descanso de la actividad o acceder a una actividad diferente que implique movimiento. Practicar la comunicación

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Comunicación eficaz: Los alumnos comunicarán y/o utilizarán con precisión tarjetas visuales de pausa para expresar su incomodidad o necesidad de movimiento durante las actividades estáticas.

Autorregulación: Los alumnos demostrarán la capacidad de permanecer quietos durante las actividades designadas, utilizando pelotas antiestrés u otras herramientas de afrontamiento según se les enseñe.

Comportamiento adaptativo: Los alumnos se adaptarán al entorno estructurado de educación física siguiendo indicaciones visuales e instrucciones para controlar su comportamiento durante las actividades que requieran quietud.

Mecanismos de afrontamiento: Los alumnos identificarán y aplicarán estrategias de afrontamiento apropiadas para manejar la incomodidad física asociada a la inmovilidad.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis conductual aplicado: Se centra en el uso de intervenciones sistemáticas en el comportamiento para enseñar autorregulación y comunicación mediante actividades estructuradas y refuerzo positivo.

Conductismo: Hace hincapié en el papel del entorno a la hora de moldear el Comportamiento a través de la interacción, incluido el uso estructurado del refuerzo para fomentar los Comportamientos deseables.

Teoría cognitivo-conductual: Apoya la comprensión de la conexión entre pensamientos, emociones y comportamientos, y utiliza esta comprensión para gestionar las reacciones a las restricciones físicas como permanecer quieto.

Teoría de la integración sensorial: Ayuda a explicar la necesidad de movimiento físico y proporciona estrategias para acomodar las necesidades sensoriales dentro del entorno educativo.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de comunicación: Desarrollo de una comunicación eficaz utilizando herramientas de CAA como las tarjetas visuales de descanso para expresar las necesidades personales.

Autocontrol: Mayor capacidad para controlar los impulsos y permanecer quieto cuando sea necesario, utilizando técnicas aprendidas.

Habilidades físicas de afrontamiento: Mejora del uso de objetos físicos como pelotas antiestrés para gestionar las necesidades sensoriales durante la quietud.

Adaptabilidad social y emocional: Mayor capacidad para adaptarse a las normas sociales en un entorno de clase, gestionando la comodidad personal y las expectativas del grupo.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

Las estaciones de habilidad pueden establecerse con tiempos de parada progresivamente más largos o más cortos.
(Véase el plan de la lección M4).

TAREA

La estación de habilidad 1 podría ser tumbado quieto, la estación 2 sentado quieto, la estación 3 de rodillas quieto y la estación 4 de pie quieto.

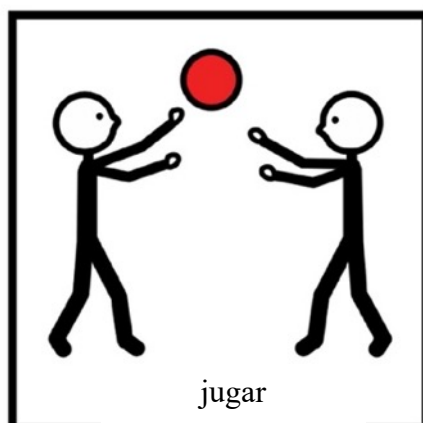
EQUIPO

Pueden utilizarse pequeños anillos para colocarse. O papel colocado en el suelo.

GENTE

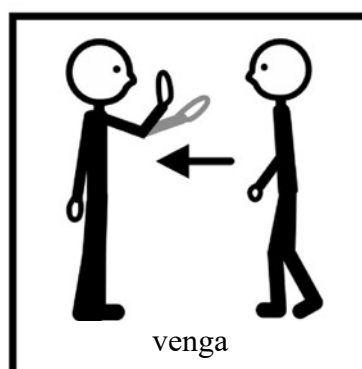
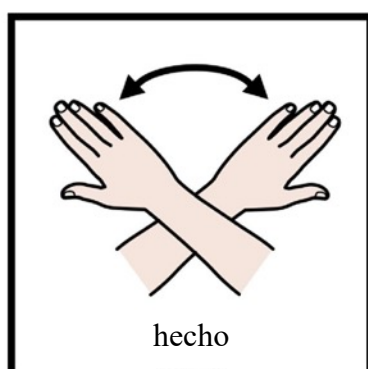
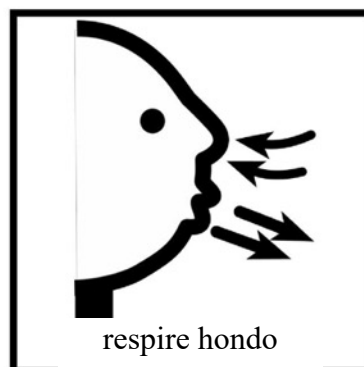
Un compañero o un ayudante pueden apoyar a los alumnos con menos aptitudes.

PLAN DE CLASE S7 TARJETAS DE PAUSA VISUAL



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE CLASE S7 TARJETAS RECORDATORIAS VISUALES



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE CLASE S7 HISTORIA VISUAL



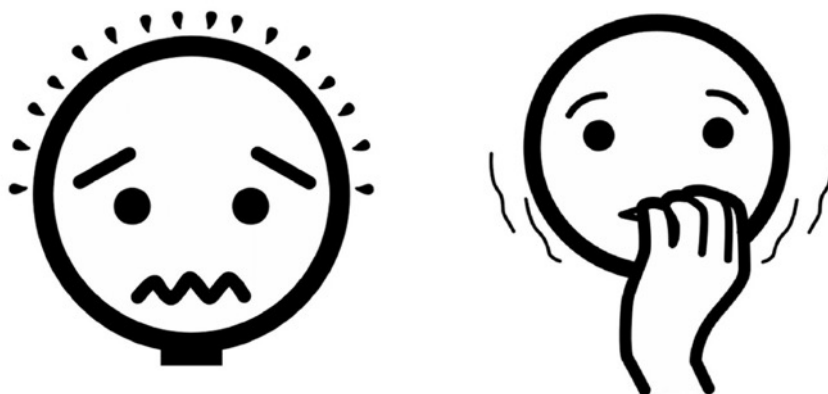
A veces, durante las actividades de educación física, necesito permanecer quieto.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



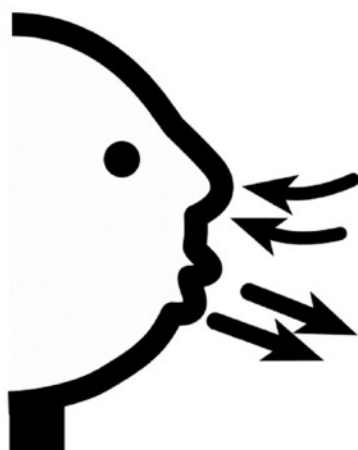
Eso significa que tengo que dejar de moverme.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Esto puede hacer que me sienta estresada y nerviosa.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



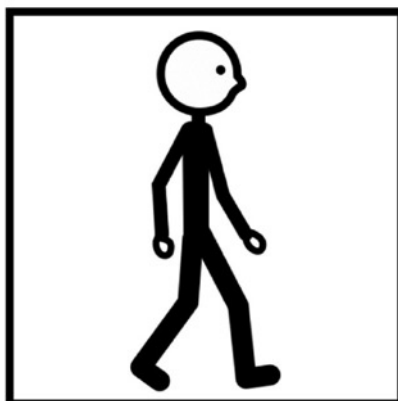
Pero puedo intentar hacer algo que me ayude a permanecer quieta. Puedo intentar respirar profundamente.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Si sigo sintiéndome nerviosa o ansiosa, puedo coger una pelota antiestrés en la mano e intentar permanecer quieta durante la actividad.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Tal vez necesite un descanso de la actividad y dar un paseo. No pasa nada. Puedo decirle a mi profesor que necesito un descanso utilizando palabras, gestos o dibujos

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Necesito recordar que está bien tomarse un descanso de la actividad.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN DE LECCIÓN S8

Comunica su opinión sobre estar en un entorno ruidoso

60 minutos

Puede dividirse en varias sesiones.

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de autoevaluar sus necesidades sensoriales en un entorno ruidoso y tomar medidas para satisfacer sus propias necesidades.

MATERIALES

Materiales de la estación sensorial (véase más abajo)

Un sólido inventario de autoevaluación

Tarjetas de estímulo visual.

Entornos ruidosos

Historia social

Modelo de vídeo de comunicación

Auriculares con supresión de ruido

Formulario de evaluación

TÉCNICAS

Historia social y vídeo de demostración: Utilización de una historia social y demostraciones en vídeo para establecer expectativas y modelar comportamientos para gestionar el ruido en el gimnasio.

Estaciones de evaluación sensorial: Instalación de estaciones con diferentes experiencias auditivas para permitir a los alumnos explorar sus reacciones sensoriales a diversos volúmenes y tipos de ruido.

Indicaciones visuales: Utilización de tarjetas de indicaciones visuales para facilitar la comunicación sobre experiencias y necesidades sensoriales, como tomarse un descanso o solicitar auriculares antirruído.

Refuerzo positivo: Proporcionar elogios y recompensas a los alumnos que utilicen eficazmente herramientas de autoevaluación y estrategias de comunicación para gestionar sus necesidades sensoriales.

Exposición gradual: Aumentar gradualmente la complejidad del entorno acústico a medida que los alumnos se sienten más cómodos con sus estrategias de afrontamiento.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos los ambientes ruidosos y la historia social. Haga preguntas para comprobar la comprensión durante todo el proceso.

Prepare el aula con una estación de detección de sonidos con auriculares y soportes con diferentes sonidos comunes de educación física a varios volúmenes (por ejemplo, un grupo de niños corriendo vueltas en el interior).

Guíe a los alumnos por la estación de sonidos y pídale que autoevalúen su nivel de sensibilidad a cada sonido utilizando el inventario de autoevaluación de sonidos proporcionado.

Muestre a los alumnos las tarjetas de indicación visual de la necesidad de un descanso del ruido o de acceso a auriculares con cancelación de ruido.

Haga que el alumno vea el modelo de vídeo de comunicación de necesidades y practique la comunicación.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Autoevaluación sensorial: Los alumnos utilizarán con precisión el inventario de autoevaluación sonora para identificar sus niveles de sensibilidad a diversos ruidos.

Comunicación eficaz: Los alumnos demostrarán su capacidad para utilizar tarjetas de indicaciones visuales y otras herramientas de comunicación para expresar sus necesidades y preferencias sensoriales.

Adaptación a entornos ruidosos: Los alumnos mostrarán una mayor capacidad para desenvolverse en un entorno de educación física ruidoso aplicando las estrategias de adaptación aprendidas a lo largo de la lección.

Autogestión de la sobrecarga sensorial: Los estudiantes mostrarán habilidades emergentes en la gestión de sus reacciones a la sobrecarga sensorial mediante el uso de auriculares con cancelación de ruido y tomando descansos según sea necesario.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en intervenciones sistemáticas para enseñar habilidades de autocontrol y comunicación en respuesta a estímulos ambientales.

Conductismo: Hace hincapié en el aprendizaje del entorno a través del refuerzo, utilizando entornos estructurados para moldear los comportamientos relacionados con la gestión de la sobrecarga sensorial.

Teoría de la integración sensorial: Ayuda a comprender cómo los problemas de procesamiento sensorial afectan al comportamiento y al aprendizaje, orientando el diseño de actividades que permitan a los alumnos gestionar la información sensorial de forma eficaz.

Teoría cognitivo-conductual: Apoya el desarrollo de estrategias para que los alumnos comprendan y modifiquen sus reacciones ante las experiencias sensoriales.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Habilidades de comunicación: Desarrollo de habilidades comunicativas avanzadas para expresar las necesidades personales y gestionar las interacciones en entornos ruidosos.

Habilidades de regulación sensorial: Mayor capacidad para regular la ingesta sensorial, utilizando herramientas y estrategias para minimizar el malestar.

Habilidades de interacción social: Habilidades mejoradas en la interacción con compañeros y profesores, especialmente en la comunicación de necesidades relacionadas con problemas sensoriales.

Resiliencia emocional: Cultivo de la resiliencia mediante la adaptación a entornos desafiantes y el mantenimiento de la compostura en situaciones de estrés.

MODIFICACIONES PARA ALUMNOS DIVERSOS

ESPACIO

El espacio entre las estaciones puede hacerse más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos.

TAREA

Las citas rápidas tienen dos líneas de alumnos y mesas entre las líneas. (Véase el plan de la lección M3) Los alumnos más hábiles o los ayudantes de enseñanza forman la línea 1 y, al final de cada actividad, la última persona de la línea 1 se desplaza al principio de la línea 1 y cada persona desciende una fila.

Todos pueden participar en las distintas actividades de distintas maneras y con distintas personas simultáneamente.

GENTE

Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias. Los compañeros pueden apoyar a los alumnos.

LESSON PLAN S8 BREAK VIDEO

https://youtu.be/taC_hE6CyGA



PLAN DE CLASE S8 TARJETAS DE COMUNICACIÓN





DESCANSO





PLAN DE LECCIÓN S8 HISTORIA SOCIAL

A veces, vamos a lugares muy ruidosos. En estos lugares ruidosos, hay muchos sonidos, como risas, música, conversaciones, pisotones e incluso fuertes ecos. A veces, la clase de educación física puede tener muchos de estos ruidos fuertes. Puede resultar un poco abrumador. Sentir que los ruidos son demasiado está bien. Sin embargo, puede utilizar algunas estrategias especiales para sentirse mejor.

En primer lugar, es importante que escuche sus sentimientos. Puede respirar hondo y decirse a sí misma que es valiente y fuerte.

Si el ruido en PE sigue siendo demasiado, entonces podría utilizar sus auriculares especiales con supresión de ruido. Estos auriculares podrían hacer que los sonidos fuertes fueran más suaves y manejables. Debe asegurarse de que sabe cómo conseguir estos auriculares o de que puede decirle a un profesor que los necesita.

También puede tomarse un descanso del ruido en la clase de educación física. Puede utilizar sus manos, palabras o imágenes para pedirle a su profesor un descanso. Los gestos con las manos, las palabras o las imágenes pueden ayudarle a expresar sus sentimientos y necesidades.

Recuerde que no pasa nada si no le gustan los sonidos fuertes en la clase de educación física. Puede intentar mantener la calma y hacer cosas para ayudarse.

PLAN DE LECCIÓN S8 ESTACIÓN DE SONIDO INVENTARIO DE AUTOEVALUACIÓN

Lesson Plan S8 Teacher Assessment Form

Directions: The teacher should complete this checklist while completing the lesson.

OBJETIVO	¡LO HICE!	TAL VEZ LA PRÓXIMA VEZ	NOTAS SOBRE CÓMO FUE
1. Adaptó la historia social con los alumnos.			
2. Repasó la historia social con los alumnos.			
3. Haz preguntas para comprobar la comprensión al hacer el repaso de la historia social.			
4. Preparó y dirigió la estación de sonido sensorial.			
5. Hizo que los alumnos completaran su inventario de autoevaluación es mientras realizaban la estación sensorial.			
6. Seleccionó tarjetas de comunicación visual apropiadas para los alumnos.			
7. Mostré las tarjetas a los alumnos, el modelo de vídeo y mi modelo de cómo utilizar las tarjetas.			
8. Haga que los alumnos practiquen el uso de las tarjetas de comunicación, dándoles las indicaciones necesarias.			
9. Concluya la sesión repasando la historia social con los alumnos.			

PLAN DE LECCIÓN S8 ESTACIÓN DE SONIDO ENCUESTA DE AUTOEVALUACIÓN

Instrucciones: Escuche cada grabación en la estación de los sentidos del sonido y complete la tabla siguiente.

He escuchado:	¡Hacía demasiado ruido! 🙅	Estuvo bien. 👍	Quería hacerlo:

PLAN DE LECCIÓN S9

Comunica su opinión sobre estar en ambientes muy iluminados

60 minutos

Puede dividirse en varias sesiones.

OBJETIVO DE LA LECCIÓN

Para que los alumnos sean capaces de autoevaluar sus necesidades sensoriales en un entorno bien iluminado y tomar medidas para satisfacer sus propias necesidades.

MATERIALES

Materiales de la estación de luz sensora
Inventario ligero de autoevaluación
Tarjetas visuales
Entornos luminosos historia social
Modelo de vídeo de comunicación
Gafas de sol y visera/sombrero
Formulario de evaluación.

TÉCNICAS

Historias sociales: Utilizar una historia social para establecer expectativas y explicar los retos sensoriales y los mecanismos de afrontamiento de los entornos luminosos.

Modelización en vídeo: Demostrar comportamientos adaptativos en entornos muy iluminados mediante ejemplos en vídeo, mostrando a los compañeros utilizando gafas de sol, sombreros o buscando zonas de sombra.

Estaciones de evaluación sensorial: Instalación de estaciones con diferentes escenarios de iluminación para que los alumnos exploren sus reacciones e identifiquen sus preferencias o niveles de incomodidad.

Indicaciones visuales y comunicación: Utilización de tarjetas de indicaciones visuales para facilitar la comunicación sobre experiencias y necesidades sensoriales, como tomar descansos o utilizar equipos de adaptación como gafas de sol.

Refuerzo positivo: Proporcionar elogios y recompensas tangibles por utilizar eficazmente las herramientas de autoevaluación y las estrategias de comunicación para gestionar las necesidades sensoriales.

ACTIVIDADES

Repase con los alumnos la historia social del entorno luminoso. Haga preguntas para comprobar la comprensión a lo largo del mismo.

Prepare el aula con una estación de sensibilidad a la luz con gafas de sol/sombrero y soportes con diferentes tipos de luz (por ejemplo, brillante, intermitente, parpadeante, de colores, etc.).

Guíe a los alumnos por la estación de luz y pídales que autoevalúen su sensibilidad a cada tipo de luz utilizando el inventario de autoevaluación de la luz proporcionado.

Muestre a los alumnos las tarjetas de indicación visual de la necesidad de descansar de la luz o de acceder a unas gafas de sol.

Haga que el alumno vea el modelo de vídeo de comunicación de necesidades y practique la comunicación.

RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

Autoevaluación sensorial: Los alumnos utilizarán con precisión el inventario de autoevaluación de la luz para determinar sus niveles de confort con diversas condiciones de iluminación.

Comunicación adaptativa: Los alumnos demostrarán su capacidad para utilizar tarjetas de indicaciones visuales y otras herramientas de comunicación para expresar sus necesidades y preferencias sensoriales.

Enfrentarse a entornos luminosos: Los alumnos mostrarán una mayor capacidad para enfrentarse a entornos luminosos utilizando estrategias como gafas de sol, sombreros o buscando zonas de sombra.

Autogestión de la sensibilidad sensorial: Los alumnos mostrarán habilidades emergentes en la gestión de sus respuestas a la sobrecarga sensorial a través de técnicas aprendidas y estrategias de autorregulación.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

El conductismo es fundamental en este plan de clases, ya que hace hincapié en el aprendizaje a través de las interacciones con el entorno. El conductismo es evidente en el despliegue de técnicas de refuerzo positivo y en el entorno estructurado diseñado para moldear el comportamiento de los alumnos.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

Análisis aplicado del comportamiento: Se centra en intervenciones sistemáticas para enseñar habilidades de autocontrol y comunicación en respuesta a estímulos ambientales, concretamente luces brillantes.

Conductismo: Destaca el papel del entorno en la formación del comportamiento mediante la interacción y el refuerzo, fundamental para enseñar a los alumnos a responder de forma adaptativa a los estímulos sensoriales.

Teoría de la integración sensorial: Ayuda a comprender cómo los problemas de procesamiento sensorial pueden repercutir en el comportamiento y el aprendizaje, orientando el diseño de intervenciones que permitan a los alumnos gestionar eficazmente la información sensorial.

Teoría cognitivo-conductual: Apoya el desarrollo de estrategias de afrontamiento para que los alumnos gestionen sus reacciones ante las experiencias sensoriales.

MODIFICACIONES PARA NECESIDADES DIVERSAS

ESPACIO

Pueden crearse múltiples estaciones de habilidad. Véase el plan de lección M4. El espacio entre estaciones puede ser más pequeño o más grande para que los alumnos se sientan más cómodos.

TAREA

Véase el plan de la lección M4.

GENTE

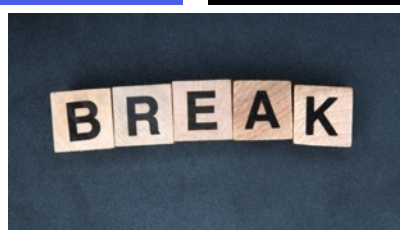
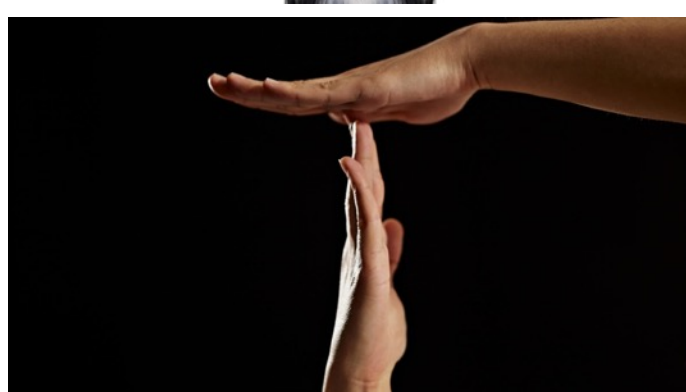
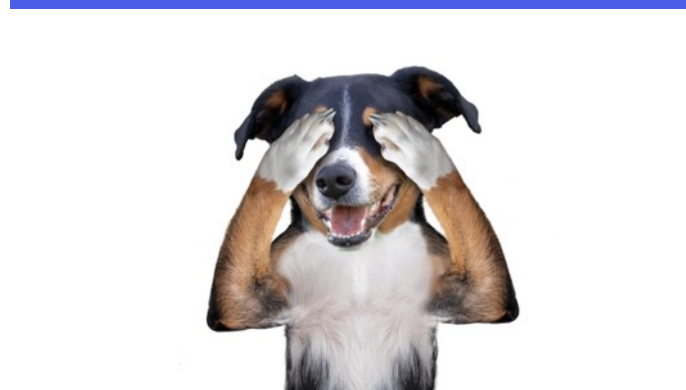
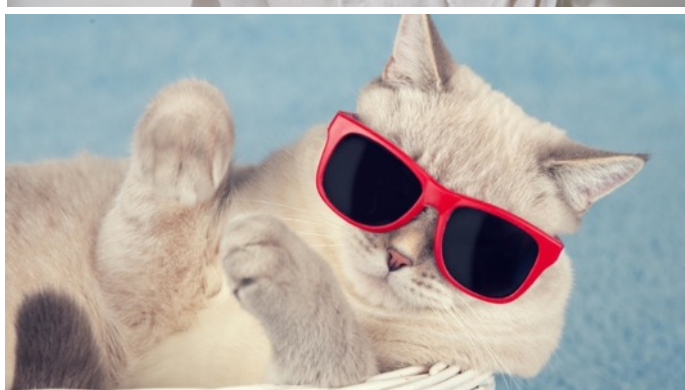
Antes de la discusión, los alumnos pueden hacer una presentación utilizando palabras, símbolos o dibujos para apoyar la discusión de las experiencias. Los estudiantes pueden hablar en nombre de las personas con discapacidad visual.

LESSON PLAN S9 GAFAS DE SOL VIDEO

<https://youtu.be/4Vujwx21I7o>



PLAN DE LECCIÓN S9 TARJETAS DE COMUNICACIÓN



PLAN DE LECCIÓN S9 INVENTARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ESTACIÓN DE LUZ

Instrucciones: Entre en contacto con diferentes juguetes que producen luz, vea varios vídeos de espectáculos de luz en la estación de los sentidos y complete la tabla siguiente.

Miré:	¡Era demasiado brillante! 👎	Estaba bien. 👍	Quería hacerlo:

PLAN DE CLASE S9 HISTORIA SOCIAL

Entornos ruidosos Historia social

A veces, vamos a lugares muy luminosos. En estos lugares luminosos existen muchos haces de luz intensos, como bombillas deslumbrantes, pantallas deslumbrantes, imágenes parpadeantes, carteles brillantes e incluso reflejos cegadores. A veces, la clase de educación física puede tener muchas de estas luces brillantes. Las luces pueden resultarle dolorosas para los ojos o la cabeza. Sentir que el brillo es demasiado está bien. Sin embargo, puede utilizar algunas estrategias especiales para sentirse mejor.

En primer lugar, es importante que escuche a su propio cuerpo. Respire hondo y dígame a sí misma que tiene el control.

Si la luminosidad en PE sigue siendo excesiva, entonces podría utilizar sus gafas de sol especiales o una visera. Estas gafas protectoras podrían hacer que las luces intensas fueran más suaves y manejables. Debe asegurarse de que sabe cómo conseguir las gafas o de que puede decirle a un profesor que las necesita.

También puede tomarse un descanso de las luces brillantes de la clase de educación física. Puede utilizar sus manos, palabras o imágenes para pedirle a su profesor un descanso. Los gestos con las manos, las palabras o las imágenes pueden ayudarle a expresar sus sentimientos y necesidades.

Recuerde que no pasa nada si no le gustan las luces brillantes de la clase de educación física. Puede intentar mantener la calma y hacer cosas para ayudarse.

PLAN DE LECCIÓN S9 FORMULARIO DE EVALUACIÓN DEL PROFESOR

Instrucciones: El profesor debe rellenar esta lista de control mientras completa la lección.

OBJETIVO	¡LO HICE!	TAL VEZ LA PRÓXIMA VEZ.	NOTAS SOBRE CÓMO FUE
1. Adaptó la historia social para los alumnos.			
2. Repasó la historia social con los alumnos.			
3. Hizo preguntas para comprobar la comprensión al hacer el repaso de la historia social.			
4. Preparó y dirigió la estación sensorial de luz.			
5. Haga que los alumnos completen sus inventarios de autoevaluación mientras realizan la estación sensorial.			
6. Seleccionó tarjetas de comunicación visual apropiadas para los alumnos.			
7. Mostré las tarjetas a los alumnos, el modelo de vídeo y mi modelo de cómo utilizar las tarjetas.			
8. Haga que los alumnos practiquen el uso de las tarjetas de comunicación, dándoles las indicaciones necesarias.			
9. Concluya la sesión repasando la historia social con los alumnos.			

PERfect

Una formación sobre autismo y gestión del comportamiento para profesores de educación física

Número de proyecto: KA220-SCH-D6D31EDD

Descargo de responsabilidad

Este proyecto ha sido financiado por la Unión Europea a través del programa ERASMUS +. El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Página web: <https://perfectproject.org/>

Contacto: Info@Insideeu.eu

LA PRODUCCIÓN DE ESTE RECURSO FUE DIRIGIDA POR



Co-funded by
the European Union



PERfect Lesson Plans © 2023 by Institute for Studies in Social Inclusion Diversity and Engagement, ViModo Ltd, Masarykova University, ACD La Hoya, BSDA, Sina Svetulka, Szkola Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12. está licenciado bajo CC BY-NC-ND 4.0.

Para ver una copia de esta licencia, visite <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>