



UNIVERSIDAD DE JAÉN  
*Centro de Estudios de Postgrado*

## Trabajo Fin de Máster

# LOS INFANTES CON SÍNDROME DE DOWN Y LA EDUCACIÓN FÍSICA

**Alumno/a: Almudena Jiménez Fernández**

Tutor/a: Prof. Dña. Susana Ruiz Seisdedos

Dpto: Derecho Público y Derecho Privado Especial

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>5</b>
<b>1.1. Objetivos del trabajo.....</b>	<b>7</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1. Síndrome de Down.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1.1 Definición.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1.2 Características generales.....</b>	<b>9</b>
<b>2.1.3 Atención a la diversidad e inclusión educativa del alumnado con SD.....</b>	<b>11</b>
<b>2.1.3.1 Características de la Escuela Inclusiva.....</b>	<b>13</b>
<b>2.1.3.2 Avances conseguidos por las personas con SD.....</b>	<b>14</b>
<b>2.2. Educación Física.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2.1 Definición.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2.1.1 El ejercicio físico para combatir el sobrepeso.....</b>	<b>17</b>
<b>2.2.1.2 Beneficios del ejercicio físico para los infantes con Síndrome de Down.....</b>	<b>18</b>
<b>2.2.1.3 Etapas evolutivas de los infantes con Síndrome de Down.....</b>	<b>20</b>
<b>2.2.1.4 Atención al alumnado con Síndrome de Down en Educación Física...21</b>	
<b>2.2.2 El juego cooperativo.....</b>	<b>22</b>
<b>3. PROPUESTA EDUCATIVA.....</b>	<b>23</b>
<b>3.1. Introducción.....</b>	<b>23</b>
<b>3.2. Objetivos.....</b>	<b>25</b>
<b>3.3. Contenidos .....</b>	<b>26</b>

<b>3.4. Temporalización.....</b>	<b>28</b>
<b>3.5. Metodología.....</b>	<b>29</b>
<b>3.5.1 Adaptaciones.....</b>	<b>31</b>
<b>3.6. Unidades didácticas.....</b>	<b>32</b>
<b>3.7. Evaluación.....</b>	<b>51</b>
<b>4. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>52</b>
<b>5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y LEGALES.....</b>	<b>54</b>
<b>5.1 Referencias bibliográficas.....</b>	<b>54</b>
<b>5.2 Referencias legales.....</b>	<b>56</b>

## **RESUMEN.**

Este Trabajo Fin de Máster se centra principalmente en los beneficios, tanto a nivel físico como psicológico, que la Educación Física aporta a los infantes con Necesidades Educativas Especiales, en concreto al Síndrome de Down. Este trabajo consta de dos partes: por un lado, el marco teórico donde se realizará una revisión bibliográfica de este síndrome, sus características y la materia en la que se centra este TFM, la Educación Física. Y por otro lado, una propuesta de intervención educativa, cuya finalidad es integrar al alumnado con Síndrome de Down en el aula ordinaria.

## **PALABRAS CLAVE.**

Síndrome de Down, Educación Física, Necesidades Educativas Especiales, ejercicio físico.

## **ABSTRACT.**

This Final Master's Project focuses fundamentally on the benefits, both physically and psychologically that Physical Education brings to infants with Special Educational Needs, specifically Down Syndrome. It consists of two fundamental parts: on the one hand, the theoretical framework of this syndrome, its characteristics and the subject on which this Final Master's Project focuses, Physical Education. On the other hand, a proposal for educational intervention, the purpose of which is to integrate those students with Down Syndrome into the ordinary classroom.

## **KEY WORDS.**

Down's syndrome, Physical Education, Special Educational Needs, Physical Exercise.

## 1. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo Fin de Máster titulado “Los infantes con Síndrome de Down y la Educación Física” trata sobre la positiva repercusión de la Educación Física en la vida de los infantes con Síndrome de Down. He decidido que este sea el objeto de estudio para la realización de mi TFM puesto que soy docente y en mi trayectoria profesional he trabajado con diferentes niños/as con Síndrome de Down (en adelante SD) lo que me ha ayudado a reflexionar sobre este tema y poder darme cuenta de la positiva repercusión que tiene la Educación Física en sus vidas. Es por esta razón que me gustaría poner de manifiesto a lo largo de mi TFM de qué manera puede favorecer a su desarrollo tanto a nivel físico como intelectual.

En primer lugar, presentaremos el marco teórico en el cual realizaremos una revisión bibliográfica de diferentes autores que hablan sobre la temática del Síndrome de Down; trataremos en qué consiste este síndrome, centrándonos en el análisis de las principales características que presentan los niños y niñas con SD al nacer tanto a nivel físico como cognitivo. Además de la integración del alumnado con SD en el aula a través de la Educación Física y los beneficios que aporta esta disciplina en la vida del alumnado con Síndrome de Down.

Finalmente, se presentará una propuesta de intervención educativa en la que el principal objetivo será fomentar la participación de todo el alumnado en el área de Educación Física y, por consiguiente, mejorar su estado físico además de que todos los alumnos/as consigan los objetivos establecidos por el currículo, considerando siempre las características personales de cada miembro del grupo y adaptando dichos objetivos curriculares si así se requiere. Esta propuesta educativa tratará de favorecer la socialización del alumnado, por lo que los infantes trabajarán de manera cooperativa. La principal finalidad es que todos los

estudiantes sean capaces de cooperar para lograr un objetivo común. Es muy importante que los niños/as sientan motivación en el proceso de aprendizaje, por ese motivo, se llevará a cabo una metodología activa y participativa, puesto que permite a todos/as sentirse involucrados.

La Educación Física aporta importantes beneficios en la vida de los infantes en general, pero más concretamente en la de aquellos con Necesidades Educativas Especiales (en adelante NNEE), como es el caso del Síndrome de Down. La realización de ejercicio físico desde edades tempranas es de gran utilidad para ayudar al desarrollo tanto a nivel físico como cognitivo, además de favorecer al bienestar psicológico de los menores. Según Rosseli (2018) el ejercicio físico alienta a las personas con diversidad funcional a sentirse completas ya que les brinda la oportunidad de probar y descubrir sus habilidades, a la vez que se sienten parte de un conjunto.

La actividad física proporciona a los infantes con SD importantes habilidades como autonomía, seguridad, auto-confianza, estabilidad psicológica... Por esta razón, en este Trabajo Fin de Máster se tratarán de evidenciar los principales beneficios de la actividad física para el alumnado con Síndrome de Down y de qué manera se debe trabajar con ellos/as para que los resultados sean óptimos y se consigan los avances esperados en su desarrollo tanto a nivel físico como mental. Otorgándole gran importancia al juego cooperativo ya que será la base metodológica sobre la que se plantearán las diferentes sesiones de la propuesta educativa, dado que la inclusión en el aula del alumnado con NNEE y la relación con sus iguales se considera fundamental para el desarrollo tanto a nivel personal como profesional de los infantes.

## **1.1 Objetivos del trabajo**

A lo largo de este Trabajo Fin de Máster, en el que se presenta una intervención educativa enfocada a la promoción de la actividad física y la integración de los infantes con Síndrome de Down en las clases de Educación Física, el objetivo general que aspiro a conseguir es:

1. Realizar un estudio sobre la repercusión de la actividad física en la vida del alumnado
2. con SD.

Y, más concretamente, los objetivos específicos:

1. Conseguir que las personas con SD mejoren su calidad de vida a través del ejercicio físico.
2. Fomentar la capacidad física del alumnado con necesidades educativas especiales.
3. Favorecer la inclusión de los infantes con SD en el grupo.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Síndrome de Down**

#### **2.1.1 Definición**

En primer lugar, considero necesario comenzar por la definición del concepto “síndrome” ya que no sería correcto referirnos a dicho síndrome como enfermedad. Según la Real Academia de la Lengua Española un síndrome consiste en un conjunto de síntomas que caracterizan una determinada condición patológica. Basándome en la definición de Down España (2003), el Síndrome de Down también es conocido como trisomía 21. Recibe su nombre del médico inglés que lo descubrió en el año 1856, John Lagdon Down, sin embargo, aún se desconocía el motivo al que era debido. Fue en 1957 cuando el Dr. Jeronne Lejeune detectó que el Síndrome de Down se debía a una alteración genética

Es en el año 1990 cuando Pueschel lo define como “una alteración genética que se produce por la presencia de un cromosoma extra o una parte de él” (Pueschel. S, 1990, p.98). Es él quien nos da una explicación más concisa de esta alteración congénita. La causa principal que hacía que este síndrome se diera en ciertos bebés era que los núcleos de las células tenían 47 cromosomas (el cromosoma es la estructura que contiene el ADN), en lugar de los 46 comunes. De los 46 cromosomas que por lo general tenemos los seres humanos, 44 son regulares o autosomas y se agrupan en parejas que van desde la 1 a la 22, en función de su tamaño decreciente, son los dos restantes los que constituyen la pareja de cromosomas que definen el sexo del bebé, XX si es hembra y XY si es varón. Al producirse la fecundación cada uno de los progenitores aporta 23 cromosomas, sin embargo, en el caso de los bebés con SD el óvulo femenino o el espermatozoide masculino aporta 24 cromosomas en lugar de 23, que sumados a los 23 que aporta el otro progenitor suman 47 y este cromosoma extra pertenece a la pareja 21, por ello, este síndrome, también se conoce como trisomía 21.

Según un informe publicado por la Asociación de Síndrome de Down de la República Argentina (2010) el 95% de los casos de Síndrome de Down se produce a causa de dicha trisomía, el porcentaje restante queda repartido en otras dos alteraciones menos comunes; alrededor de un 4% de los casos se produce por translocación, en este caso no existe una triplicidad del cromosoma 21 sino de uno de sus segmentos y un 1% por mosaicismo, en este caso si se da trisomía pero no en todas se produce en todas las células y dicha trisomía no se produce a causa de un cromosoma extra en uno de los gametos sino en el desarrollo del embrión. En España el número de niños/as que nacen con Síndrome de Down va en descenso, actualmente se puede hablar de una media de 5 por cada 10.000 nacimientos, décadas atrás la cifra era mucho mayor. En la actualidad en nuestro país se pueden contabilizar alrededor de 34.000 españoles/as con SD (59% varones y 41% hembras).

El síndrome de Down es la principal causa de discapacidad intelectual congénita y la alteración genética humana más común. Se produce de forma espontánea, sin que exista una causa aparente sobre la que se pueda actuar para impedirlo. Se produce en todas las etnias, en todos los países, con una incidencia de una por cada 600-700 concepciones en el mundo (Prieto y González, 2011, p. 8).

El Síndrome de Down no puede ser considerado una enfermedad como tal, sino un síndrome del que no se ha demostrado ningún factor de riesgo que se pueda relacionar con certeza absoluta a dicha alteración genética. Según Martínez (2011) la edad materna puede tener cierta influencia, sobre todo si esta supera los 35 años de edad. Tampoco se debe hablar de grados dentro del Síndrome de Down, la alteración genética y los efectos en cada persona son muy irregulares y pueden darse perfiles muy diferentes de personas con SD. Al igual que tampoco es correcto pensar que cuanto más marcados sean los rasgos físicos mayor será la alteración intelectual, ya que no está relacionado.

### **2.1.2 Características generales**

Jonh Langdon Down enumeró en 1866 una serie de características psicológicas que se corresponden con el perfil de las personas con SD: facilidad para el humor imitativo, alegres y con facilidad para mostrar sus sentimientos, aptitudes musicales, sociables y con tendencia a la obstinación. Con el tiempo estas características han consolidado el estereotipo que define a las personas con SD, sin embargo, como he mencionado anteriormente no todas las personas con SD tienen la misma personalidad, por lo tanto, no podemos afirmar que se comporten de la misma manera. De lo que sí se puede hablar es de ciertas características físicas y patrones de conducta que se repiten con cierta frecuencia en las personas que sufren dicha alteración genética.

Las características físicas de estos niños/as, sin ser idénticas en todos/as, les da un aspecto similar, dichas características físicas Lamber, J.L (1982) las resumió en: su cabeza es de menor tamaño que la de otros niños/as de su edad, siendo la parte trasera de ésta prominente, su nariz suele ser pequeña y plana, sus ojos son sesgados y las orejas pequeñas. Su boca suele ser pequeña y la lengua más inflamada de lo normal, tiene hipertrofia papilar y es redonda en la punta. La mano suele ser pequeña y con los dedos cortos, a menudo, sus manos solo presentan un pliegue palmario. El cuello de los niños con SD suele ser más corto y ancho. Su piel suele ser seca, por lo que se percibe como áspera y tiende a amoratarse con cierta facilidad, por el contrario, su cabello es fino, sedoso y lacio. Por lo general, suelen sufrir sobrepeso y sus músculos suelen estar menos trabajados por lo que son más débiles y es común que sufran hipotonía muscular.

Respecto a las características intelectuales, los infantes con SD suelen experimentar cierto retraso a nivel cognitivo en el desarrollo madurativo, que les acompañará durante toda su vida. La deficiencia mental es una característica general del Síndrome de Down, aunque puede presentarse en diferentes grados, la discapacidad intelectual puede ir desde leve hasta grave. Su coeficiente intelectual suele estar entre los 40 y 65 puntos, aunque hay excepciones. Es común que les lleve más tiempo el acceso a las diferentes etapas madurativas y en la mayoría de los casos la permanencia en cada una de ellas es más prolongada. Suelen necesitar más tiempo para procesar la información, así como para responder ante los estímulos, tienen dificultad para entender e interpretar los mensajes. Además de presentar dificultad para elaborar razonamientos lógicos. Para los niños con SD las actividades manipulativas suelen ser más sencillas que las de razonamiento. Es común que se distraigan con facilidad y pierdan la atención.

Por lo general, no son niños con problemas de comportamiento, suelen ser dóciles y se puede afirmar que los infantes con SD llevan una vida como cualquier otro niño/a de su edad, siendo capaces de seguir el ritmo de trabajo, aunque es común que precisen de adaptaciones curriculares, suelen terminar la enseñanza obligatoria en aula ordinaria.

### **2.1.3 Atención a la diversidad e inclusión educativa del alumnado con SD.**

Son muchos los autores que defienden la inclusión del alumnado con NNEE en el aula ordinaria frente a las aulas específicas. Al hablar de inclusión no nos estamos refiriendo solo a trabajar de manera conjunta con niños de diferentes perfiles, este término es mucho más amplio, se trata de dar respuesta a las necesidades, intereses y potencial de cada uno de los alumnos/as que componen el grupo. Hablar de inclusión es hablar aceptación de todas las personas sean cuales sean sus características personales y su realidad. De esta manera, la tolerancia se convierte en una experiencia humanizadora, puesto que todos/as se ven a sí mismos como miembros de una comunidad justa, democrática y solidaria.

Fue en el año 1990 con la entrada de la LOGSE (Ley Orgánica del Sistema Educativo) cuando las familias con hijos/as con NNEE por primera vez tuvieron el derecho a elegir si querían integrar a sus infantes en colegios ordinarios, hasta entonces recibían las enseñanzas en centro específicos. La legislación educativa actual (LOMCE) recoge la diversidad de posibilidades de escolarización para el alumnado con SD y otras necesidades educativas especiales, que va desde la escolarización en centros de educación especial hasta la integración en centros ordinarios, pasando por modalidades intermedias como la combinada entre ambos tipos o las aulas específicas dentro de los centros ordinarios. La legislación establece que la modalidad más adecuada dependerá del alumno en cuestión y sus circunstancias y puede variar de unos niveles de enseñanza a otros.

Aunque el tema de la integración escolar de los alumnos con NNEE y, en concreto con SD genera cierta controversia, podemos encontrar diversidad de testimonios a favor de la inclusión de los infantes con NNEE en las aulas ordinarias. Según Ruiz (2004) la integración escolar en centros ordinarios de los infantes con Síndrome de Down es la forma más adecuada de escolarización de estos estudiantes, quien se sirve de las ideas de autores como Molina para fundamentar su argumento, el cual nos habla de las evidencias que existen para poder afirmar que las aulas de integración son la forma más enriquecedora para todo el alumnado, ya que el trabajo cooperativo se lleva a cabo de una manera más efectiva.

La inclusión educativa de los alumnos con Síndrome de Down es un proyecto que beneficia a todos. A estos alumnos, porque se forman en el ambiente real que más tarde encontrarán en la etapa adulta en la sociedad. Y a los demás, porque les permite aprender algo que no aparece en los libros y que es difícil interiorizar sin experiencias vitales de este estilo, valores como la tolerancia y el respeto a quien es diferente (Ruíz Rodríguez, 2004, p.5).

Con relación a la idea anterior, la UNESCO considera como inclusión un enfoque que responde positivamente a la diversidad de las personas y a las diferencias individuales, entendiendo que la diversidad no es un problema, sino una oportunidad de enriquecimiento para todos los miembros de la sociedad. (Blog discapacidad, empleo y empresas, 2008)

Según Echeita (2007) el propósito de la inclusión, en cuanto a educación se refiere, se entiende como proporcionar a las personas con alguna condición especial, ya sean permanentes o transitorias, las mismas oportunidades para acceder al sistema educativo. Para poder conseguir este propósito es importante seguir dos premisas fundamentales:

1. El aprendizaje ha de ser funcional para ellos. Por lo que la enseñanza debe estar basada en destrezas útiles para la vida diaria, que le permitan a la persona salir adelante de la forma más independiente posible.
2. Asegurarse de que el estudiante socialice. La interacción con sus iguales es esencial, por tanto, deben estar integrados y trabajar de manera cooperativa con sus compañeros.

Recientemente el Comité sobre los Derechos de las personas con Discapacidad ha aprobado un dictamen en el que se concluye que el Estado vulneró el derecho a la Educación de un menor, por lo que afortunadamente cada vez se le da más visibilidad al tema y los derechos de los menores con diversidad funcional son tenidos en cuenta. (Asociación Solcom, 2020)

#### **2.1.3.1 Características de la Escuela Inclusiva**

Para que un centro escolar pueda llegar a ser considerado inclusivo, debe asegurarse de que todos los alumnos/alumnas con sus peculiaridades propias, reciban una enseñanza de calidad para que se produzca su desarrollo personal y educativo. Los centros escolares deben contar con un currículo flexible y los docentes deben estar obligados a tener las técnicas, estrategias y conocimientos pertinentes para tratar con alumnado muy diverso y ser capaces de dar respuesta a las necesidades educativas de cada uno de estos.

Los centros deben estar dotados de espacios seguros y accesibles para todo el alumnado, sean cuales sean sus limitaciones físicas o psíquicas. Además de las medidas pertinentes que se deben llevar cabo en el edificio en sí donde se debe tener en cuenta la accesibilidad de alumnos con movilidad reducida y problemas auditivos o de visibilidad, para los cuales deberán ser instaladas medidas especiales como pueden ser rampas, puertas adaptadas, ascensores, adaptar los recursos tecnológicos para los infantes ciegos y sordos...

También es importante tener en cuenta la adaptación de recursos humanos, herramientas, materiales, objetivos, contenidos, sistema de evaluación... Por tanto, la accesibilidad en los centros educativos hace referencia a conseguir que todas las personas que forman parte del proceso de enseñanza-aprendizaje sean capaces de moverse por los diferentes espacios del centro de manera autónoma y disfrutar de cada uno de los servicios que el centro ofrece.

“El objetivo de los centros inclusivos es lograr en último término que cualquier niño/a, sin excepción, pueda participar y aprender partiendo de la premisa de que la educación es un derecho humano elemental y la base de una sociedad más justa” (Blanco. 2010, p. 68).

La metodología que se lleve a cabo en la escuela inclusiva debe estar basada en el aprendizaje por vivencias, en el cual el alumno/a es el protagonista del proceso de aprendizaje, sin encontrar limitaciones que le impiden ser autónomos en dicho proceso. Además, deben emplearse estrategias y recursos como el trabajo cooperativo, las tutorías entre iguales, los grupos interactivos y las nuevas tecnologías que facilite la asimilación de los contenidos a los infantes con NNEE.

### **2.1.3.2 Avances conseguidos por las personas con SD**

Es una realidad que las personas con SD han conseguido grandes avances dentro de la sociedad gracias a su inclusión en el Sistema Educativo, así lo manifiesta un estudio realizado por la Federación Española de Síndrome de Down denominado “Salud y calidad de vida desde la discapacidad intelectual Síndrome de Down” (2010). En la actualidad, el 50% de las personas con SD supera sus estudios de Educación Secundaria Obligatoria y posteriormente los programas especiales para su formación (PCPI). Aunque, cada vez son más los que se decantan por cursar niveles de educación superior, como es el caso de Pablo Pineda Ferrer, el primer europeo con SD en conseguir un título universitario. Según el estudio estas cifras

suponen un gran avance ya que en el año 1999 el 50% de los menores de 16 años con este síndrome no sabían leer ni escribir.

Esta positiva participación en el ámbito educativo ha favorecido que su introducción en el mercado laboral sea cada vez más frecuente. Por lo que, cada vez con mayor normalidad, nos encontramos a personas con SD trabajando en los diferentes sectores de la economía. Por un lado, es importante destacar el efectivo impacto que esto tiene en la autoestima, ya que gracias a su desarrollo profesional se sienten enriquecidos personalmente. Y, por otro lado, no podemos obviar la independencia económica que les supone el formar parte del mercado laboral, lo que les posibilita en muchos casos el vivir de manera autónoma en todos los sentidos. De esta manera, se sentirán independientes, autosuficientes y libres, y podrán vivir su propia vida al igual que cualquier otra persona, lo que repercute de manera positiva en su bienestar psicológico.

El programa “Viviendas compartidas” que está en funcionamiento desde el año 2015 en la provincia de Granada, se centra principalmente en conseguir precisamente esa independencia de las personas con SD, desarrollando al máximo todas sus competencias para que sean capaces de resolver cualquier problema de la vida cotidiana. Este programa está teniendo mucho éxito y son muchas las personas que tras pasar por él logran vivir de manera independiente y llevar una rutina perfectamente normalizada.

## **2.2 Educación Física**

### **2.2.1 Definición**

Hasta ahora hemos hablado del Síndrome de Down, sus características y la repercusión del tipo de enseñanza que reciban para su desarrollo, ahora nos vamos a centrar en el otro punto principal de este TFM, la Educación Física. Teniendo en cuenta la idea de

Lumpkin (1986), la Educación Física es un proceso constante y a largo plazo a través del cual un individuo obtiene destrezas físicas, mentales y sociales. Dicha disciplina tiene como principal objetivo optimizar la calidad de vida mediante el disfrute de la actividad física.

Lumpkin (1986) habla de diferentes dominios o campos de la Educación Física:

- Cognitivo: el conjunto de conocimientos necesarios para la realización del ejercicio físico: los diferentes deportes y sus reglas, el esquema corporal...
- Afectivo: la adquisición de valores relacionados con el respeto, el compañerismo, la confianza en sí mismo, la disciplina...
- Psicomotor: desarrollo de las diferentes destrezas físicas: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, equilibrio...

La Educación Física es la asignatura más idónea para poder trabajar de manera transversal otras disciplinas incluidas en el currículo; como pueden ser las Matemáticas al trabajar conceptos como distancia, puntuación o peso, la Música y el Arte a través de la expresión corporal, el ritmo y el baile o las Ciencias Sociales ya que en esta asignatura estudiaremos la anatomía corporal. Además, es una asignatura que permite educar en valores ya que mediante el deporte los infantes aprenden la importancia del esfuerzo, la aceptación de reglas, el respeto a los compañeros/as, el trabajo en equipo, la aceptación de las derrotas... Por tanto, se trata de una asignatura esencial ya que el alumnado adquiere conocimientos de distintos campos y se forman como ciudadanos asimilando valores esenciales para su vida a la vez que ejerciten su cuerpo.

La Educación Física se incluye en el currículo como obligatoria a partir del primer ciclo de la Educación Primaria, consiste fundamentalmente en fomentar los hábitos saludables en el alumnado, teniendo como objetivo principal la ejercitación del cuerpo mediante la actividad física. Dicha asignatura aporta importantes beneficios a nuestra salud:

nos ayuda a corregir y mejorar nuestra postura corporal, así como a mantener el control y el equilibrio corporal.

La Educación Física como asignatura obligatoria se cursa en todos los niveles de la Educación Primaria y Secundaria, impartándose un total de 3 sesiones de 45 minutos semanales, aunque ya en la etapa de Educación Infantil los infantes comienzan a ejercitar su cuerpo a través de la psicomotricidad. Con la implantación de la actual ley de educación se ha otorgado mayor carga lectiva a esta asignatura, pasando de 1 hora y media a 3 horas semanales, puesto que se ha constatado el positivo efecto que tiene en el alumnado. Además, la preparación del profesorado es cada vez más completa, así como el nivel de exigencia de sus clases.

#### **2.2.1.1 El ejercicio físico para combatir el sobrepeso**

Se entiende por sobrepeso según la Organización Mundial de la Salud “la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud”. (OMS, 2012, p. 21) El sobrepeso se produce principalmente por un desequilibrio energético entre la ingesta y el consumo de calorías y se mide con el Índice de Masa Corporal, que se calcula dividiendo el peso (en kg) entre la altura (en m<sup>2</sup>). La obesidad afecta a un gran porcentaje de la población infantil, de hecho, la OMS afirma que la obesidad infantil es uno de los problemas más serios del siglo XXI a nivel mundial.

Es sabido que el ejercicio físico es un gran aliado para combatir diferentes problemas de salud relacionados con el sobrepeso; problemas de corazón, de metabolismo, musculares, de huesos y de autoestima. Los infantes con SD suelen sufrir sobrepeso debido entre otros motivos a su vida sedentaria y una mala alimentación, lo que les lleva a tener menos habilidades motoras.

La solución para combatir el sobrepeso es aumentar el consumo energético por lo que el ejercicio físico juega un papel fundamental en la lucha contra la obesidad y el sobrepeso. Entendiendo como ejercicio físico una actividad planificada, estructurada y repetitiva que tiene como objetivo mejorar o mantener los componentes de la forma física (Ramón F. 2000. P. 53).

Es por esta razón que es importante para los infantes tener una rutina fija y estructurada en la que se incluyan varias sesiones semanales de ejercicio físico, la asignatura de Educación Física puede formar parte de estas sesiones pero no será suficiente. Ya que 3 sesiones de 45 minutos componen un total de 135 minutos semanales lo que es insuficiente para el desgaste energético que necesitan los menores. Por lo que es necesario que en su tiempo libre participen en actividades que impliquen movimiento y actividad física, de esta manera conseguiremos acabar con el sedentarismo y por consiguiente con el sobrepeso.

#### **2.2.1.2 Beneficios del ejercicio físico para los infantes con Síndrome de Down.**

Para las personas con Necesidades Educativas Especiales el deporte no es sólo considerado salud, pueden llegar a ser un estilo de vida en sí. El deporte les ayudará a socializar y, de esta manera, se sentirán integrados en la sociedad. Son muchos los médicos que recomiendan la práctica del ejercicio para los niños/as con SD, ya que se ha comprobado que es muy efectivo para disminuir enfermedades que suelen ser comunes en estos niños/as como son el sobrepeso y la hipotonía muscular. Se recomiendan deportes de grupo o ejercicio físico con bajo impacto como puede ser la natación o el baile.

A continuación, se resumen algunos de los beneficios principales y aportaciones que según Ríos (2012) tiene la actividad física en las vidas de los niños/as con NNEE, donde se engloban aquellos con síndrome de Down:

❖ Físicos:

- El deporte favorece que los niños sean más eficientes física y fisiológica.
- Mejora su habilidad para realizar los movimientos corporales.
- Ayuda a controlar el sobrepeso.

❖ Psicológicos:

- Reduce el estrés.
- Aumenta la creatividad y potencia las habilidades artísticas.
- Ayuda a mejorar la autoestima y hace que nos sintamos mejor con nosotros mismos.
- Favorece el autoconocimiento.

❖ Sociales:

- Fomenta el contacto entre iguales.
- Mejora la integración de los niños/as con NNEE en el grupo.
- Favorece el sentimiento de pertenencia a un grupo.

❖ Vocacionales:

- Ayuda a que los infantes se sientan capacitados y útiles.
- Hace que sean capaces de desenvolverse de forma autónoma.

❖ Recreativos:

- Es una herramienta lúdica y de disfrute.
- Ayuda a los infantes a desconectar de sus preocupaciones
- Es una manera de ocupar su tiempo de ocio.

### **2.2.1.3 Etapas evolutivas de los infantes con Síndrome de Down**

Debemos tener en cuenta el nivel desde el que se parte, que no siempre será el mismo en todos los infantes, además de sus intereses y motivaciones a la hora de plantear los objetivos y contenidos. El objetivo del docente debe ser despertar en el alumnado interés por el ejercicio físico por lo que es interesante partir de sus propios intereses y necesidades. Por esta razón, es necesario conocer las diferentes etapas evolutivas que atraviesan los infantes con Síndrome de Down en relación a la Educación Física:

- Cuando los niños/as con SD se encuentran alrededor de los 4 años disfrutan y se divierten como cualquier otro infante de esta edad con los diferentes movimientos que ya dominan. Por tanto, resulta interesante plantear actividades que conlleven cierto disfrute para el menor y, de esta manera, captar su interés. Aunque disfrutan de la compañía de sus iguales a esta edad suelen atravesar una etapa de egocentrismo por lo que puede resultar más adecuado no plantear actividades que impliquen el juego en equipos o de competición.
- En torno a los 7 años comienzan a disfrutar los deportes en equipo, se sienten cómodos cooperando con sus compañeros, es interesante que sientan la pertenencia a un grupo y aprendan el respeto entre iguales pero aún se desaconsejan los deportes que implican competitividad puesto que su razonamiento es limitado y se pueden producir situaciones que no sean capaces de entender y generen conflictos.
- Alrededor de los 10 años los infantes comienzan a disfrutar los deportes de competición, son capaces de celebrar sus victorias, así como asimilar sus derrotas. Además, en esta etapa se empiezan a interesar por determinados deportes y es común que destaquen en alguna disciplina concreta, de ser así, es interesante fomentar dicho interés en las clases y que estos deportes sean practicados en el centro para así mejorar su autoestima.

#### **2.2.1.4 Atención al alumnado con Síndrome de Down en Educación Física**

En el área de Educación Física, es imprescindible crear un espacio de aprendizaje abierto a la diversidad, en el que tengan cabida todos y cada uno de los miembros que componen el grupo, por tanto, es fundamental conocer y aceptar sus diferencias, así como adaptar las actividades a la realidad del grupo para que puedan ser realizadas por todo el alumnado independientemente de las limitaciones que estos puedan tener. Por lo que es necesario que los docentes conozcan la realidad del alumnado, cuales son las limitaciones de cada uno de los integrantes del grupo y plantear las actividades atendiendo a sus necesidades. De esta manera, se llevará a cabo una adaptación curricular que consistirá en modificar objetivos, contenidos y sistema de evaluación.

Concretamente, los niños con Síndrome de Down suelen tener limitaciones motoras las cuales se reflejan en las habilidades motrices básicas, por tanto para ellos actividades físicas simples como correr, saltar, mantener el equilibrio, girar sobre sí mismos... se convierten en actividades complejas que les llevará más tiempo desarrollar y ser capaces de realizar. Es por ello, que las actividades planteadas deberán ser secuenciadas teniendo en cuenta las etapas evolutivas de los infantes con SD en la Educación Física, empezando por actividades que impliquen menor grado de dificultad para los infantes e ir poco a poco en aumento.

Otro problema al que los niños/as con SD suelen enfrentarse a la hora de realizar ejercicio físico es que tienen poca resistencia física, puesto que respiran de forma incorrecta. Esto es debido principalmente a que su boca suele ser más pequeña y respiran con la boca abierta y la lengua apoyada en el labio inferior. Por lo tanto, debemos comenzar por enseñarles a respirar de forma apropiada para así aumentar su resistencia física y mejorar su rendimiento.

Según Ruiz (2004) como docentes es nuestra función planificar el proceso de enseñanza-aprendizaje siendo tenidos en cuenta todos los factores que intervienen en él. No debemos centrarnos únicamente en actuar sobre el niño, adaptando los objetivos y contenidos a su nivel de aprendizaje, sino que se han de tener en cuenta todos los factores que intervienen en dicho proceso, desde una perspectiva global. Por lo que la relación con las familias se convierte en primordial ya que se debe trabajar de manera coordinada siguiendo las mismas directrices para que el proceso de aprendizaje sea efectivo. Es recomendable el contacto diario a través de diferentes métodos como puede ser plataformas digitales, diarios, tutorías...

### **2.2.2. El juego cooperativo**

Tras conocer la importancia de la Educación Física en la vida de los niños/as con SD, hablaremos del juego cooperativo como recurso metodológico en las clases de Educación Física. Trabajar de manera cooperativa aporta importantes beneficios al alumnado y es una estrategia metodológica muy positiva puesto que, de esta manera, pueden aprender unos de otros y ayudarse entre ellos. Es una realidad que los conocimientos adquiridos entre iguales perduran en el tiempo mucho más que aquellos que proceden de un adulto. Esta metodología resulta especialmente interesante para trabajar con el alumnado con NNEE, ya que es común que precisen de ayuda en la realización de algunas tareas y además es una manera de integrarles en el grupo y darle un papel importante dentro del mismo.

Concretamente, en el área de la Educación Física resulta especialmente eficaz ya que permite integrar al alumnado con NNEE en las diferentes actividades llevadas a cabo durante las sesiones y, de esta manera, se sentirá tan capaz de conseguir sus objetivos, de igual manera que el resto del grupo, ya que los éxitos y las derrotas serán compartidos.

Es por esta razón, que en la propuesta de intervención educativa el juego cooperativo será la base metodológica principal. Para que esta metodología sea efectiva los grupos cooperativos deberán estar integrados por alumnado diverso en cuanto a sexo, intereses y capacidad (intelectual y motriz). Cuanto más heterogéneo sea el grupo de trabajo mayor riqueza aportará a sus integrantes puesto que las diferencias enriquecen al grupo.

“El juego cooperativo se define como un conjunto de actividades que exige que los jugadores tengan una forma de actuación orientada hacia el grupo, en el que cada participante colabora con los demás para conseguir un fin establecido anteriormente” (Ruiz y Omeñaca, 2017, p. 66).

Según Escriba (2002) son muchos los beneficios del juego cooperativo para los niños y niñas con necesidades educativas especiales, entre los cuales, cabe destacar los siguientes

1. El juego cooperativo facilita la inclusión de los infantes con NNEE en el grupo.
2. Motiva la participación de todos los integrantes.
3. Potencia la relación entre iguales.
4. Impulsa al alumnado a la polivalencia.
5. Le da a cada uno de los integrantes un rol fundamental dentro del grupo.
6. Fomenta la empatía y el respeto a las diferencias.

### **3. PROPUESTA EDUCATIVA**

#### **3.1 Introducción**

Una vez finalizado el marco teórico del TFM, en el cual se ha presentado la teoría sobre el tema en cuestión, es hora de pasar a la propuesta de intervención educativa. Dicha propuesta ha sido planteada para trabajar con un grupo de estudiantes del primer curso de

Educación Primaria, dicho grupo se compone de 25 infantes de aproximadamente seis años de edad. Está programada para ser llevada a cabo a lo largo de los tres trimestres del curso escolar 2020/2021.

A través de esta propuesta de intervención se plantean 103 sesiones en las que se incluyen actividades muy diversas, pero todas diseñadas para ser llevadas a cabo por todo el alumnado que compone el grupo, aplicando adaptaciones cuando así se requiera. Se aplicarán principalmente medidas de igualación y compensación, como pueden ser, modificación de las reglas y la organización del juego, compensación de las desigualdades entre los componentes del grupo, aplicación de ayudas personales y modificación los recursos.

Esta propuesta educativa está diseñada a partir de una visión globalizadora e integradora por lo que nos olvidaremos de qué es lo que el niño con NNEE no puede realizar, para centrarnos en qué es lo que puede hacer y así trabajar y potenciar sus capacidades. Las actividades planteadas en las diferentes sesiones siguen la misma línea metodológica, primando el trabajo colaborativo y en ninguna de ellas serán planteados juegos que impliquen la eliminación de los participantes. El principal objetivo de esta propuesta es el disfrute y la integración de todos los miembros del grupo a la vez que ejercitan su cuerpo y mente. Es importante tener en cuenta que cada infante evoluciona de manera diferente y, por tanto, los ritmos de aprendizaje son distintos, por lo que no hay que apresurarnos, sino ser pacientes y darles el tiempo necesario a cada uno de ellos a la hora de llevar a cabo los ejercicios y tareas planteadas.

Otro objetivo que pretende alcanzar esta propuesta educativa es el de potenciar, de manera transversal, diferentes valores que acompañarán a los niños/as durante el resto de su vida y los cuales deben ser adquiridos en las etapas más bajas de la educación

- Respeto hacia las diferencias y desigualdades de los compañeros.

- El compañerismo y el trabajo de manera cooperativa para la consecución de objetivos comunes.
- El dialogo como herramienta principal para la solución de conflictos.
- Cuidado de los materiales e instalaciones del centro.
- Mejora del autoconcepto y confianza en sí mismo.
- El esfuerzo para conseguir los objetivos propios.
- Cuidado de las instalaciones y los materiales.

### 3.2 Objetivos

Los objetivos que esta propuesta de intervención educativa aspira a conseguir son los establecidos por el Real Decreto 97/2015 para el área de Educación Física.

- **O.EF.1.** Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
- **O.EF.2.** Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y conocimiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.
- **O.EF.3.** Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimos, así como comprender mensajes expresados de este modo.
- **O.EF.4.** Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el

esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

- **O.EF.5.** Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.
- **O.EF.6.** Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.
- **O.EF.7.** Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

### **3.3 Contenidos**

El RD 97/2015 organiza el área de Educación Física en cinco bloques, los tres primeros bloques se centran principalmente en el desarrollo de la motricidad, los bloques tercero y quinto se relacionan con el aprendizaje de las formas culturales de la motricidad, mientras que el cuarto se centra en la educación para la salud y el quinto en la educación en valores.

#### **1. El cuerpo: imagen y percepción**

1. Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, la relajación y la respiración.
2. Experimentación de posturas corporales diferentes.

3. Afirmación de la lateralidad.
4. Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio.
5. Nociones asociadas a relaciones espaciales y temporales. Percepción espaciotemporal.
6. Aceptación de la propia realidad corporal.

## **2. Habilidades motrices**

1. Formas y posibilidades del movimiento. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas.
2. Resolución de problemas motores sencillos.
3. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

## **3. Actividades físicas artístico-expresivas**

1. Descubrimiento y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento.
  2. Sincronización del movimiento con pulsaciones y estructuras rítmicas sencillas.
  3. Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con desinhibición.
  4. Imitación de personajes, objetos y situaciones.
  5. Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo.
  6. Posibilidades expresivas con objetos y materiales.
  7. Participación en situaciones que supongan comunicación corporal.
- Reconocimiento y respeto por las diferencias en el modo de expresarse.

#### **4. Actividad física y salud**

1. Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.
2. Relación de la actividad física con el bienestar.
3. Movilidad corporal orientada a la salud.
4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física.

#### **5. Juegos y actividades deportivas**

1. El juego como actividad común a todas las culturas. Realización de juegos libres y organizados.
2. Descubrimiento de la cooperación y la oposición con relación a las reglas de juego. Aceptación de distintos roles en el juego.
3. Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.
4. Comprensión y cumplimiento de las normas de juego.
5. Confianza en las propias posibilidades y esfuerzo personal en los juegos.
6. Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.

#### **3.4 Temporalización**

Esta propuesta de intervención educativa está programada para ser llevada a cabo a lo largo de los trimestres del curso escolar 2020/2021 en un colegio de la provincia de Jaén, por tanto, nos regiremos por su calendario escolar teniendo en cuenta las festividades y los días de libre ubicación de esta provincia.

Las 10 unidades didácticas integradas planteadas en esta propuesta de intervención se van a trabajar durante los tres trimestres del curso, repartidas en función de los días lectivos y

el número de sesiones que se van a impartir en cada trimestre. Cada sesión tendrá una duración de 45 minutos y tendrán lugar tres veces por semana; lunes, jueves y viernes.

- En el primer trimestre se estudiarán las unidades didácticas integradas 1, 2, 3 y 4. Este trimestre cuenta con 71 días lectivos que se reparten en 15 semanas de curso, por lo que se darán un total de 41 sesiones de 45 minutos de Educación Física.
- Durante el segundo trimestre estudiaremos las unidades 5, 6 y 7. Este trimestre consta de 62 días lectivos que son un total de 13 semanas, por lo que nos encontramos con un total de 34 sesiones de Educación Física.
- En el último y tercer trimestre se verán las sesiones 8, 9 y 10. Durante este trimestre tendremos 49 días lectivos que se reparten a lo largo de las 11 semanas que dura último periodo, durante este tercer trimestre se imparten 28 sesiones.

El total de clases de Educación Física que tendremos a lo largo de los tres trimestres será de 103, cada una con su sesión correspondiente de 45 minutos que seguirán un esquema establecido, aunque flexible si así se requiere ya que en algunas de las sesiones incluiremos actividades extraescolares tanto fuera como dentro del horario lectivo.

### **3.5 Metodología**

En esta propuesta de intervención educativa se seguirá una metodología activa y participativa, tanto por parte del profesor/a como del alumnado, siendo el infante el protagonista principal en el proceso de aprendizaje, quien aprenderá a través de su propio descubrimiento. Además, se partirá del nivel inicial y los intereses del infante para, de esta manera, fomentar su motivación e interés en el aprendizaje.

El eje metodológico principal es el trabajo cooperativo puesto que la finalidad que esta propuesta pretende conseguir es la inclusión de todos los integrantes del grupo, sea cual sea su nivel motriz. El trabajo cooperativo es considerado por diferentes autores la herramienta metodológica más efectiva para la integración del alumnado con NNEE. Con tal fin se utilizarán grupos de trabajo heterogéneos, donde todos los componentes tendrán un rol fundamental y se trabajarán de manera transversal diferentes valores: la empatía, la colaboración, el compañerismo, el respeto a las diferencias... para así favorecer la integración del alumnado con NNEE en el grupo.

Aunque la propuesta educativa plantea una metodología colectiva, en la que las actividades propuestas se llevarán a cabo por todo el alumnado, debemos ser conscientes de la realidad que nos encontramos en el aula y plantear una atención individualizada. Por lo que aplicaremos medidas de igualación o compensación para facilitar la ejecución de las actividades a aquellos infantes con dificultades motrices, además, aunque se trabajará de manera cooperativa no se evaluará de la misma manera que el alumnado con habilidades motrices limitadas supere las actividades básicas a que lo haga otro alumno/a cuyas habilidades motrices estén más desarrolladas. Con esta medida se quiere conseguir que todo el alumnado se relacione con sus compañeros, sin sentirse presionado por la consecución de los objetivos, sino disfrutando del proceso de aprendizaje.

En las diferentes unidades que se incluyen en esta propuesta de intervención educativa trabajaremos de manera interdisciplinar los contenidos de otras áreas del currículo, de esta manera, en las 10 unidades que se plantean los infantes adquirirán, a la vez que ejercitan su cuerpo, conceptos relacionados con otras materias:

- Matemáticas: estudiaremos las formas geométricas, el peso, el cálculo del índice de masa corporal, las distancias, el tiempo...

- Ciencias Sociales: estudiaremos la anatomía corporal.
- Educación Artística: a través de la expresión corporal el alumnado trabajará materias como la Música y el Arte.
- Lengua Extranjera Inglés: se darán instrucciones básicas en inglés con el fin de familiarizar a los infantes con este idioma.

### **3.5.1 Adaptaciones**

Esta propuesta de intervención educativa está planteada para un grupo heterogéneo, en cuanto a nivel motriz e intelectual, por lo que es imprescindible tener en cuenta las características individuales del alumnado y realizar diversas adaptaciones curriculares. Concretamente trabajaremos con un alumno con Síndrome de Down, con el fin de que el infante se integre en el desarrollo de las clases será necesario realizar una adaptación significativa de los elementos del currículo. Adaptaremos los objetivos y los contenidos al perfil del alumno, por lo que he decidido trabajar aquellos que podrán ser conseguidos por todos los integrantes del grupo y además he añadido otros que considero podrán ser de gran utilidad para el positivo desarrollo del alumnado y la consecución de los objetivos principales, además realizaré una adaptación del sistema de evaluación.

En relación al sistema de evaluación, es imprescindible tener en cuenta las características individuales del alumnado, así como las limitaciones que pueda tener en la consecución de los objetivos y contenidos. Por tanto, realizaremos una adaptación significativa del sistema de evaluación que consistirá principalmente en bajar el nivel de los criterios de evaluación al evaluar la adquisición de objetivos y contenidos. Por lo que al evaluar al niño con Síndrome de Down no daremos prioridad al resultado final sino el proceso y la participación en el desarrollo de las actividades.

En cuanto a la organización del tiempo, es interesante mantener una rutina establecida con el fin de que los alumnos/as se organicen mentalmente y sepan en qué parte de la sesión nos encontramos en cada momento, esta técnica es de gran utilidad para infantes con NNEE ya que ayuda a mantener su atención. También es necesario cambiar de actividad cada cierto tiempo para así favorecer la atención por parte del alumnado, ya que es común que los niños/as a esta edad necesiten variar de actividad porque de lo contrario se suelen aburrir rápidamente. Además, es imprescindible introducir periodos de descanso dentro de la rutina, en los cuales los niños/as puedan desconectar de la tarea para realizar actividades más lúdicas. Finalmente, añadir que es recomendable dejar el espacio necesario al alumno con NNEE para que pueda trabajar de manera autónoma, sin apresurar su ritmo de aprendizaje. Para que, de esta manera, sea capaz de desarrollar por el mismo sus capacidades y auto-superarse.

Por otro lado, es importante que el clima entre iguales, así como con el profesor/a, sea de confianza y complicidad para que el niño pueda desinhibirse y disfrutar de las actividades planteadas. El niño debe sentirse integrado y arropado por los compañeros/as, de esta manera, desarrollará todo su potencial y el resultado del proceso de aprendizaje será óptimo. Destacar también la relación entre el docente y las familias, quienes deben tener una comunicación fluida para así poder seguir las mismas líneas de actuación, la comunicación puede ser vía online, a través de una agenda o mediante tutorías.

### **3.6 Unidades Didácticas**

Con el fin de explicar de qué manera se trabajará durante el curso para que todos los alumnos consigan los objetivos planteados he decidido plasmar los objetivos tanto generales como específicos, relacionados con las diferentes unidades didácticas integradas en los que estos serán trabajados, en una tabla. Posteriormente, se explicarán cada una de las 10 sesiones

incluidas en esta propuesta de intervención educativa, se explicará brevemente la justificación de las unidades y los objetivos didácticos, contenidos y criterios de evaluación de cada una de ellas aparecerán también en tablas.

Para finalizar la propuesta de intervención, he diseñado una sesión tipo para que quede más claro cuál será la manera de trabajar durante las diferentes sesiones. Aunque, como he mencionado anteriormente, todas las sesiones seguirán la misma estructura, habrá cierta flexibilidad y pueden variar en función del tipo de actividad que incluya cada sesión.

<b>OBJETIVOS GENERALES</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>UNIDADES DIDÁCTICAS</b>
- Valorar su cuerpo, aceptando las posibilidades y dificultades que se le planteen.	- Afianzar la lateralidad - Mejorar la motricidad - Mejorar la autoconfianza. - Superar los miedos.	✓ U.D. 5 ✓ U.D. 6 ✓ U.D. 8 ✓ U.D. 9 ✓ U.D. 10
- Utilizar el cuerpo como medio de comunicación.	- Dominar las diferentes posturas corporales. - Controlar y adecuar los ritmos al propio cuerpo. - Dominar las habilidades motrices básicas.	✓ U.D. 3 ✓ U.D. 4 ✓ U.D. 7
- Controlar el esfuerzo realizado	- Controlar la respiración y la relajación.	✓ U.D. 3 ✓ U.D. 4

	- Ser capaz de superar sus límites.	✓ U.D. 8
- Trabajar las habilidades motrices básicas.	- Controlar el cuerpo y sus posibilidades de movimiento.  - Dar respuesta a estímulos externos.  - Mover el cuerpo de forma coordinada.	✓ U.D. 2  ✓ U.D. 3  ✓ U.D. 4  ✓ U.D. 7  ✓ U.D. 8
-Conocer y emplear los materiales de forma correcta.	- Crear un reglamento para la buena práctica de la asignatura.  - Conocer las instalaciones deportivas y sus posibilidades.  - Dar una la utilidad pertinente a los materiales.	✓ U.D. 1  ✓ U.D. 8
-Respetar las características y las diferencias de cada persona.	- Conocer a los compañeros y al profesor de la asignatura.  - Aceptar y valorar las diferencias	✓ U.D. 1  ✓ U.D. 10

### **UDI. 1 ;QUIERO SER DEPORTISTA!**

En la unidad didáctica 1 los niños/as tendrán una primera toma de contacto con la asignatura, ya que es el primer año que la cursan. Al ser las primera clases que el alumnado tendrá como grupo es importante favorecer la integración de todos los miembros del grupo desde el primer momento y

que todos/as se sientan cómodos, para conseguir tal objetivo, en las sesiones de la primera unidad realizaremos rutinas de presentación en las que los infantes hablarán de sus hábitos, intereses y habilidades deportivas.

En las primeras sesiones introduciremos el concepto de Educación Física, la repercusión que tiene en su salud, es importante despertar su interés hacia esta materia desde las primeras sesiones por lo que las actividades planteadas serán muy lúdicas. También se le presentarán las instalaciones y los materiales que se utilizarán en esta asignatura. Además de presentarles las reglas que deben cumplir en esta para que el resultado de las clases sea el deseado: orden, limpieza, cuidado del material, respeto a las diferencias, compañerismo...

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<p>1. Conocer y empatizar con los compañeros.</p> <p>2. Recaudar información sobre la Educación Física.</p> <p>3. Crear reglas para el desarrollo de las clases de Educación Física.</p> <p>4. Conocer las instalaciones donde se</p>	<p>- CONCEPTUALES</p> <p>1. Igualdad entre compañeros.</p> <p>2. Reglamento.</p> <p>5. Juegos dirigidos</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Presentación entre los alumnos y el profesor.</p> <p>2. Paseo dirigido por las instalaciones</p> <p>3. Creación de las normas de la</p>	<p>1. Sigue las indicaciones del profesor/a.</p> <p>2. Participa, ayuda, respeta y trabaja correctamente con los demás alumnos/as.</p> <p>2. Se interesa por la asignatura.</p> <p>3. Conoce las instalaciones deportivas.</p> <p>4. Se integra en las actividades propuestas.</p>

impartirán las clases.	asignatura.  4. Realización de los juegos.  - ACTITUDINALES  1. Participa en la realización de las actividades.  2. Se integra en el grupo.	
------------------------	---	--

## UDI. 2 ¡ASÍ ES MI CUERPO!

A los 6 años los infantes empiezan a conocer su propio cuerpo y es una edad clave para potenciar la autoestima de los niños/as. Por lo que esta será la temática principal de la unidad. Además, los niños/as aprenderán la relación que tiene el ejercicio físico con el peso y la salud, en una de las sesiones trabajaremos el Índice de Masa Corporal y haremos especial hincapié en la importancia de estar sanos.

En esta unidad el alumnado se conocerá mejor así mismo, explorando su cuerpo, sus capacidades y sus limitaciones. Además de conocer nuestro propio cuerpo hablaremos de las diferencias con respecto a otros compañeros y la importancia que tiene el respeto a las desigualdades.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
1. Controlar los segmentos corporales y sus	- CONCEPTUALES	1. Controla la respiración correctamente

<p>posibilidades de movimiento.</p> <p>2. Conocer posturas corporales nuevas.</p> <p>3. Adquirir la direccionalidad: adelante-hacia atrás, izquierda-derecha, dentro-fuera.</p> <p>4. Responder a diferentes estímulos con respuestas motrices.</p> <p>5. Aprender a controlar la respiración en diferentes medios, principalmente en la relajación.</p>	<p>1. Partes del cuerpo</p> <p>2. Reconocimiento de la izquierda y de la derecha.</p> <p>3. Conciencia postural</p> <p>4. Delante-detrás, arriba-abajo, dentro-fuera..</p> <p>5. Relajación</p> <p>6. Respiración</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Movimiento de extremidades.</p> <p>2. Orientación en el espacio.</p> <p>3. Inspiración y espiración.</p> <p>4. Exploración de posturas.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Respeto hacia su cuerpo y el de sus iguales.</p> <p>2. Autoconfianza.</p>	<p>2. Sabe localizar su cuerpo respecto a un objeto o compañero</p> <p>3. Distingue correctamente la izquierda y la derecha en sí mismo, en un compañero o en un objeto.</p> <p>4. Reconoce las diferentes partes del cuerpo</p> <p>5. Controla distintos movimientos con las partes de su cuerpo.</p>
--	---	--

### UDI. 3 CONOZCO EL MUNDO A TRAVÉS DE MIS SENTIDOS

En la tercera unidad aprenderemos los cinco sentidos a través de la experimentación y la importancia que tienen en nuestras vidas. Esta unidad está planteada para hacer entender,

en primera persona, a los infantes como ven y sienten el mundo aquellas personas que tienen algún déficit visual o auditivo. De esta manera, a lo largo de esta unidad didáctica integrada estaremos trabajando principalmente el valor de la empatía.

Por otro lado, en todas las actividades planteadas en esta unidad se precisa de colaboración entre iguales, puesto que realizaremos las actividades careciendo de algún sentido, así los niños entenderán lo importante que es la cooperación y el compañerismo.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
1. Controlar la respiración. 2. Controlar la relajación. 3. Saber orientarse a partir de indicaciones externas. 4. Compenetrar movimientos con diferentes estímulos sensoriales.	- CONCEPTUALES 1. Los sentidos. 2. Proceso de respiración. 3. Proceso de relajación. - PROCEDIMENTALES 1. Exploración del cuerpo a través de las capacidades sensoriales. 2. Manipulación de objetos a través de los sentidos. - ACTITUDINALES 1. Desarrollar la empatía. 2. Valorar la utilidad	1. Control del proceso de respiración. 2. Ser capaz de manejar la relajación. 3. Buena orientación al moverse por espacios familiares. 4. Reconocer y valorar la función de cada sentido.

	de los sentidos.	
--	------------------	--

#### **UDI. 4 ;SOY CAPAZ DE TODO!**

Con la unidad didáctica 4 ya estamos llegando al final del primer trimestre y los infantes ya empiezan a dominar sus habilidades motrices, por lo que, introduciremos nuevas destrezas y habilidades: el equilibrio, la velocidad y la fuerza. A lo largo de la unidad los niños trabajarán y experimentarán en conjunto, aquí se evidenciarán las desigualdades y las diferentes habilidades de unos y otros y el principal objetivo es que ellos/as mismos sean capaces de coordinarse para trabajar en grupo y ayudarse unos de otros para lograr los objetivos establecidos.

En una de las sesiones de esta unidad el alumnado experimentará la importancia de la accesibilidad para aquellos compañeros/as que tienen problemas de movilidad y lo importante es que el colegio sea un lugar en el que todos nos sintamos cómodos.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<p>1. Moverse con diferentes direcciones y ritmos adecuándolos con el cuerpo</p> <p>2. Realizar desplazamientos en superficies y con materiales no habituales.</p>	<p>- CONCEPTUALES</p> <p>1. El cuerpo humano.</p> <p>2. Los espacio asociadas al movimiento: velocidad, dentro-fuera...</p> <p>3. Habilidades motores básicas: correr, raptar, saltar, girar...</p>	<p>1. Se orienta al seguir indicaciones básicas.</p> <p>2. Coordinación a la hora de correr, saltar, girar...</p> <p>3. Desplazamiento coordinado en medios no habituales.</p> <p>4. Adecua el</p>

<p>3. Mejorar la coordinación en los movimientos</p>	<p>- PROCEDIMENTALES</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mejora de la lateralidad.</li> <li>2. Mejora de la postura corporal.</li> <li>3. Mover el cuerpo de manera coordinada.</li> </ol> <p>- ACTITUDINALES</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ejecutar los ejercicios de manera autónoma.</li> <li>2. Respetar las diferentes formas de movilidad.</li> </ol>	<p>movimiento con ritmos sencillos.</p>
--	---	---

### **UDI. 5 COORDINADOS Y A LO LOCO**

En esta unidad didáctica integrada continuaremos trabajando y perfeccionando los contenidos adquiridos en la unidad anterior, aunque el concepto principal en el que se centrará la unidad número 5 es la coordinación. Trabajaremos los movimientos corporales de manera coordinada, principalmente los movimientos óculo- mano y la lateralidad.

Para trabajar la coordinación los infantes prepararán una coreografía a lo largo de las diferentes sesiones, es importante que los niños/as disfruten la experiencia y se debe potenciar el compañerismo ya que la coreografía será grupal.

<b>OBJETIVOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE</b>
------------------	-------------------	---------------------

<b>DIDÁCTICOS</b>		<b>EVALUACIÓN</b>
<p>1. Experimentar las diferentes formas de movimiento.</p> <p>2. Iniciar movimientos óculo-mano y óculo-pie para desarrollar la coordinación específica.</p> <p>3. Afianzar su lateralidad.</p> <p>4. Colaborar en las diferentes actividades propuestas</p> <p>5. Mejorar los movimientos específicos.</p> <p>6. Reconocer sus posibilidades de movimiento.</p>	<p>- CONCEPTUALES</p> <p>1. Mejora del movimiento corporal.</p> <p>2. Conocimiento de la relación entre los movimiento de coordinación dinámica general y específica</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Realización de actividades que impliquen movimientos segmentarios simultáneos.</p> <p>2. Ejecución de actividades que impliquen movilidad articular</p> <p>3. Realización de respuestas con movimientos segmentarios simultáneos.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Ejecución de soluciones motrices de grupo.</p> <p>2. Resolución de conflictos mediante el diálogo.</p>	<p>1. Sus movimientos son coordinados.</p> <p>2. Participa, ayuda, respeta y trabaja correctamente con los demás alumnos.</p> <p>3. Coordina correctamente los desplazamientos alternando brazo-pierna.</p>

--	--	--

## **UDI. 6 ;EL CIRCO HA LLEGADO A NUESTRO COLE!**

En esta unidad didáctica integrada se trabajará el equilibrio y el ajuste corporal. Los estudiantes aprenderán a controlar sus movimientos en situaciones que requieran de equilibrio. Para trabajar dicha disciplina, convertiremos nuestras clases en un pequeño circo en el que ellos/as serán los trapecistas. Todas las sesiones de la unidad están planteadas para que los niños practiquen diferentes ejercicios que requieran de equilibrio y al final de la unidad los infantes mostrarán sus las nuevas habilidades adquiridas.

Las actividades planteadas tendrán diferente nivel de dificultad, es importante que todo el alumnado participe en el desarrollo de las sesiones e intenten llevar a cabo la actividad, aunque cada alumno/a realizará aquellas con las que se sienta más cómodo/a.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
1. Mantenerse en posiciones equilibradas. 2. Mantener el equilibrio estático 3. Mantener el equilibrio en movimiento 4. Equilibrar objetos sobre algunas partes del cuerpo	- CONCEPTUALES 1. Equilibrio estático y en movimiento. 2. Equilibrios sobre las extremidades 3. Equilibrio con objetos. - PROCEDIMENTALES	1. Coordina su cuerpo en el espacio. 2. Es capaz de coordinarse con sus compañeros para la realización de actividades grupales. 3. Mantiene equilibrio en las situaciones que se le proponen.

<p>5. Hacer desplazamientos con obstáculos</p> <p>6. Tener confianza y seguridad en sí mismos</p>	<p>1. Realización de figuras manteniendo el equilibrio.</p> <p>2. Realización de actividades grupales que impliquen equilibrio.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Seguridad en sí mismo.</p> <p>2. Confianza en sus iguales.</p>	
---	---	--

### UDI. 7 ¡SALTA CONMIGO!

El salto es una de las primeras habilidades que los niños desarrollan por lo que es importante practicarlos desde esta primera etapa. Practicaremos los diferentes tipos de salto existentes: saltos con un pie, saltos hacia delante, saltos laterales, saltos con los pies juntos...

Con esta unidad se pretende trabajar la coordinación, la estabilidad y el equilibrio. Además de potenciar la confianza en sí mismo y la autosuperación ya que la dificultad de las actividades planteada en las sesiones irá en aumento.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<p>1. Conocer los diferentes tipos de saltos y saber llevarlos a cabo.</p>	<p>- CONCEPTUALES</p> <p>1. Tipos de saltos: saltos hacia delante, saltos con los</p>	<p>1. Coordina salto y carrera correctamente</p> <p>2. Desarrolla</p>

<p>2. Saltar de forma coordinada.</p> <p>3. Superar las alturas y distancias planteadas.</p> <p>4. Controlar correctamente la caída.</p>	<p>pies juntos, salto a la pata coja...</p> <p>2. Saltos y desplazamientos combinados.</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Saltar diferentes obstáculos.</p> <p>2. Ejecución de saltos de manera coordinada.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Superar los límites personales.</p> <p>1. Actitud positiva en el desarrollo de las actividades.</p>	<p>correctamente las diferentes variables de salto.</p> <p>3. Supera los obstáculos correctamente</p>
--	--	---

## UDI.8 LABERINTOS

En esta unidad el grupo deberá experimentar diferentes formas de desplazamiento: a la pata coja, a cuadrupedia, salto, balanceo...para la realización de algunas actividades propuestas será necesario el agrupamiento en parejas, será esencial que los niños/as se dejen guiar por su pareja durante todo el trayecto por lo que la confianza entre compañeros será esencial.

El alumnado experimentará que hay personas con problemas de movilidad y que en determinadas ocasiones pueden requerir de nuestra ayuda y es muy importante dársela. Por

otro lado, serán conscientes de las carencias del centro para estas personas y lo importante que es que todos los espacios públicos sean accesibles.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<p>1. Superar el miedo y utilizar correctamente los materiales.</p> <p>2. Coordinar correctamente los diferentes movimientos.</p> <p>3. Auto-superarse y auto-controlarse a sí mismo.</p> <p>4. Coordinar los movimientos para hacer desplazamientos en suspensión.</p>	<p>- CONCEPTUALES</p> <p>1. Conocer las diferentes posibilidades de desplazamiento.</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Ejecución de movimientos equilibrados y coordinados.</p> <p>2. Elección propia de pasos a realizar.</p> <p>3. Realización de movimientos para superar situaciones que planten un problema.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Experimentar las diferentes formas de desplazamiento.</p> <p>2. Confianza en sus compañeros.</p> <p>3. Entender la importancia de la</p>	<p>1. Reconoce las formas de desplazamiento planteadas en esta unidad didáctica.</p> <p>2. Participa en el desarrollo de las actividades.</p> <p>3. Lleva a cabo los movimientos de forma coordinada.</p>

	accesibilidad.	
--	----------------	--

## UDI. 9 ;PASA LA BOLA!

En esta unidad los infantes continuarán perfeccionando la habilidad adquirida en la unidad 5, la coordinación óculo-manual, e introduciremos la coordinación óculo-pedal, los niños/as practicarán la coordinación a través de dos deportes el fútbol y el baloncesto, además de estudiar las reglas de ambos deportes. En el desarrollo de las sesiones de la unidad 9 el alumnado aprenderá dos valores fundamentales: el compañerismo y la aceptación de la derrota.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
1. Trabajar la lateralidad 2. Trabajar la coordinación mediante recepciones y lanzamientos	- CONCEPTUALES 1. Coordinación óculo-manual. 2. Coordinación óculo-pedal. 3. golpes y recepciones. 4. Reglamento de los deportes a practicar. - PROCEDIMENTALES 1. Lanzamiento y recepción de móviles. 2. Coordina los	1. Es capaz de coordinar sus movimientos para lanzar objetos. 2. Recepciona objetos lanzados por sus compañeros 3. Tiene una actitud positiva ante la derrota.

	movimientos para hacer pases y recepciones.  - ACTITUDINALES  1. Coordinación,  2. Integración en el grupo.  3. Aceptación de la derrota.	
--	---	--

### **UDI. 10 ME DIVIERTO MIENTRAS EJERCITO MI CUERPO**

En esta última unidad didáctica revisaremos todos los conceptos aprendidos en las unidades anteriores desde una perspectiva global a modo de repaso. Se planteará una gymkana que integrará todas las disciplinas adquiridas: equilibrio, fuerza, velocidad, ritmo, resistencia... Esta unidad será más lúdica que las anteriores, buscaremos que los infantes disfruten haciendo deporte y que adquieran e incorporen este nuevo hábito en su vida diaria para así acabar con el sedentarismo.

Es conveniente adaptar los juegos al nivel de los niños, con la principal finalidad de que estos no se aburran, ya que puedan resultarles demasiado simples o, por el contrario, que no sepan llevarlos a cabo.

<b>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
1. Respetar a los compañeros  2. Participar	- CONCEPTUALES  1. Conocer los diferentes tipos de juego.	1. Conoce la positiva repercusión del ejercicio físico.

<p>en los juegos y actividades.</p> <p>3. Llevar a cabo los juegos propuestos sin darle importancia al resultado final de la actividad.</p>	<p>2. Conocer los juegos populares.</p> <p>- PROCEDIMENTALES</p> <p>1. Participación en los juegos propuestos.</p> <p>- ACTITUDINALES</p> <p>1. Actitud positiva ante el deporte.</p> <p>2. Disfrute con los diferentes juegos populares.</p>	<p>2. Tiene una actitud positiva y disfruta con el deporte.</p> <p>3. Se interesa por la Educación Física.</p>
---	---	--

A continuación, veremos un ejemplo de sesión perteneciente a la unidad didáctica 3, **“CONOZCO EL MUNDO A TRAVÉS DE MIS SENTIDOS”**, he elegido esta unidad para desarrollar la sesión ya que considero que en ella trabajamos un aspecto de gran importancia para esta etapa de la educación, la empatía.

Al ser el principal objetivo de esta propuesta de intervención educativa la integración del alumnado con NNEE en el aula considero de vital importancia trabajar la realidad de aquellos alumnos con dificultades sensoriales. He diseñado un laberinto, mediante el cual trabajaremos los juegos sensoriales para el reconocimiento de los sentidos. El alumnado pasará por diferentes zonas trabajando los sentidos, en algunos casos tendrán que realizar la actividad propuesta con los ojos o los oídos tapados para así poder sentir en primera persona como es el mundo para las personas con problemas visuales o auditivos.

En esta sesión participarán los 25 alumnos/as que componen el grupo, quedarán divididos en 5 grupos de 5 alumnos/as. Los grupos deben ser heterogéneos en cuanto a sexo,

nivel de destrezas y capacidad física para que, de esta manera, estén compensados. La duración de la sesión será de 45 minutos, que quedarán divididos de la siguiente manera: 10 minutos de explicación del juego y las reglas, 30 minutos para la realización del juego y 5 minutos para el recuento de puntos.

<b>COMPLETA EL LABERINTO</b>	<b>ZONA 1</b>	<b>ZONA 2</b>	<b>ZONA 3</b>	<b>ZONA 4</b>	<b>ZONA 5</b>
<b>Actividad</b>	Los quince toques desde las alturas	Pasa el trono	El laberinto de los objetos	El salto	Recoge los objetos
<b>Participantes</b>	5 alumnos/as	5 alumnos/as	5 alumnos/as	5 alumnos/as	5 alumnos/as
<b>Objetivo</b>	Coordinación óculo-manual	Equilibrio	Orientación	Salto	Lateralidad
<b>Descripción</b>	Tres alumnos/as se ponen de pie en un banco y los otros dos enfrente en otro blanco. Deben pasarse la pelota de baloncesto dando un toque en el suelo dentro del aro mirando hacia el frente, no podrán	Esta actividad consiste en levantar la colchoneta del suelo sin usar brazos ni piernas y pasar el banco con ella entre	Usando tapones en los oídos y un pañuelo en los ojos, cada miembro del grupo deberá seguir las indicaciones del grupo para esquivar	Esta actividad consiste en saltar la valla pillando carrerilla. Como la valla puede cambiar de altura, los alumnos que no puedan saltarla tan alta	Esta actividad se desarrollará en parejas, un componente de la pareja tendrá los ojos tapados e irá recogiendo objetos del suelo siguiendo las indicaciones del otro

	dirigir su mirada hacia el suelo. Un aro será más pequeño y tendrá mayor dificultad y otro será más grande y será más fácil.	todos. Es necesario que participen todos los componentes del grupo.	diferentes objetos que encontraran en su trayectoria.	podrán bajarla pero es necesario que todos superen la prueba.	miembro de la pareja en el tiempo estimado. Se supera la prueba con 10 objetos como mínimo.
<b>Tiempo apróx.</b>	6 min.	6 min.	6 min.	6 min.	6 min.
<b>Recursos</b>	Dos bancos, dos aros y una pelota de baloncesto.	Colchoneta y banco.	Tapones para oídos, pañuelos, conos y banco.	Colchoneta y valla.	Objetos de diferente tipo: lápices, libretas, estuches...
<b>Procesos cognitivos</b>	Comprender Aplicar Participar Expresar Escuchar Crear	Comprender Aplicar Participar Expresar Escuchar Crear	Comprender Aplicar. Participar. Expresar Escuchar Crear	Comprender Aplicar. Participar. Expresar Escuchar Crear	Comprender Aplicar Participar Expresar Escuchar Crear
<b>Escenario</b>	Gimnasio	Gimnasio	Gimnasio	Gimnasio	Gimnasio

### 3.7 Evaluación

Para llevar a cabo la evaluación nos ayudaremos de diferentes herramientas para la recolecta de los datos, pero la principal será la observación directa durante el desarrollo de las sesiones y el cuaderno de campo para anotar los datos más significativos del proceso de aprendizaje. El alumnado no será evaluado con exámenes o test, sino que se valorará su avance diario pretendiendo, de esta manera, que el alumnado no se sienta presionado por el resultado final y, de esta manera, disfrute mucho más el proceso de aprendizaje y pueda sentirse desinhibido a la hora de realizar las actividades.

Para llevar a cabo la evaluación utilizaremos una rúbrica en la que se incluyen los criterios de evaluación del primer ciclo de Educación Primaria para el área de Educación Física, Según el Real Decreto 97/2015.

<b>Criterios de evaluación del primer ciclo de Educación Primaria para el área de Educación Física, Según el Real Decreto 97/2015.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Reaccionar corporalmente a estímulos visuales, auditivos y táctiles a través de respuestas motoras.					
2. Desplazarse y saltar de forma diversa.					
3. Realizar lanzamientos y recepciones.					
4. Equilibrar el cuerpo adaptando diferentes posturas, controlando la tensión, la relajación y la respiración.					

5. Participar y disfrutar en juegos ajustando su actuación a los aspectos motores.					
6. Reproducir corporalmente una estructura rítmica.					
7. Simbolizar personajes y situaciones mediante el propio cuerpo.					
8. Mostrar interés por el cumplimiento de las normas referentes al cuidado del cuerpo.					

#### 4. CONCLUSIÓN

Tras mi experiencia profesional en centros educativos pude comprobar la escasa actividad física por parte de los infantes con Síndrome de Down y, por tanto, decidí que se debían buscar soluciones para mejorar esta realidad ya que la actividad física aporta importantes beneficios en la vida de los infantes con Síndrome de Down, es así como surge la temática de este Trabajo Fin de Máster.

En primer lugar, he tratado de buscar información acerca del Síndrome de Down, centrándome principalmente en las características de los infantes con SD y los beneficios que la actividad física tiene en la vida de estos niños/as. Además de recabar información sobre cómo se debe trabajar desde el área de Educación Física para favorecer el desarrollo del alumnado con SD desde los centros educativos. Por último, he planteado una propuesta de intervención educativa cuya base metodológica es el trabajo cooperativo y la integración del alumnado con NNEE. Teniendo como objetivo primordial que todo alumnado conozca y respete las diferencias personales de cada uno de los integrantes del grupo, para así favorecer

su integración, además de aumentar la actividad física por parte del integrante del grupo con SD. Con este fin, las sesiones de las 10 UD incluidas en esta propuesta de intervención educativa han sido enfocadas para potenciar dichos objetivos.

La elaboración de este TFM me ha aportado importantes conocimientos y me ha enriquecido a nivel personal y profesional. Por un lado, un aspecto sobre el que me ha hecho reflexionar es la positiva repercusión que tiene la inclusión educativa de las personas con NNEE, tanto para ellos/as como para sus compañeros/as. Son muchos los valores que el alumnado adquiere al compartir educación con infantes con necesidades educativas especiales. Por otro lado, se ha demostrado que los resultados obtenidos por el alumnado con NNEE cuando reciben una educación inclusiva dentro de aulas ordinarias son mejores que cuando asisten a centros de educación especializada. Es por ello que la realización de este TFM me ha hecho aún más consciente de lo importante que es la integración social y educativa de las personas con NNEE desde los niveles más bajos de la Educación. Por otro lado, me ha llevado a reflexionar sobre la repercusión que tiene el ejercicio físico en la vida de los menores en esta época en la que la obesidad es un problema real en nuestra sociedad y del papel primordial que tenemos los docentes de Educación Física para conseguir que los infantes ejerciten su cuerpo y encuentren en el deporte una manera de estar sanos tanto físicamente como mentalmente.

## 5.REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y LEGALES.

### 5.1 Referencias bibliográficas

- Blanco, R. (2010). *La inclusión educación: una cuestión de justicia e igualdad*. México: Sinéctica.
- Brazales, P. C., Sánchez, F. A. G., & García, P. M. (2000). *La estimulación sensoriomotriz desde el modelo integral de intervención en Atención Temprana*. *Siglo Cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 5-13.
- Corpas Rivera, F. J. (1991). *Educación Física: Manual para el profesor*. Málaga: Aljibe.
- Echeita, G. (2007). *Educación para la inclusión o educación sin exclusiones*. Valencia: Editorial Octaedro.
- Escriba, A. (2002). *Síndrome de Down; Propuestas de intervención*. Barcelona: Gymnos.
- García, S. M. (1987). *Integración en el aula del niño deficiente: El programa de desarrollo individual* (Vol. 5). Barcelona: Graó.
- Gracia, M., & del Río, M. J. (2000). *Intervención naturalista en la comunicación y el lenguaje para familias de niños pequeños con síndrome de Down*. *Revista síndrome de Down*.

- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
  
- Martínez, S. (2011) “El Síndrome de Down” Madrid: La Catarata.
  
- Molina, S. (2003). *La inclusión del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en comunidades de Aprendizaje*. Terrassa: Intangible Capital.
  
- Omeñaca, R., & Ruiz, J. V. (2001). *Los juegos cooperativos: una alternativa en la práctica lúdica dentro de la Educación Física*, (3ª Edición). Barcelona:Paidotribo.
  
- Pueschel, S (1990). *Síndrome de Down: Hacia un futuro mejor*. Rhode Island: Masson.
  
- Ríos, M. (2012). *Manual de Educación Física adaptada al alumno con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.
  
- Rosseli, P. (2018). *La actividad física, el ejercicio y el deporte en los niños y adolescentes*. Madrid: Editorial Medica Panamérica.
  
- Ruiz, E. (2007). *Integración educativa en el aula ordinaria con apoyos de los alumnos con Síndrome de Down*. Revista síndrome de Down.
  
- Ruiz, E (2004) *Programa Educativo para escolares con Síndrome de Down*. Madrid: CEPE.

- Solcom (2020). *Dictamen Histórico del Comité ONU que condena a España por vulneración de derechos de un menor con Síndrome de Down*. Recuperado de: [https://asociacionsolcom.org/dictamen-historico-del-comite-la-onu-que-condena-a-espana-por-vulneracion-de-derechos-de-un-menor-con-sindrome-de-down/?fbclid=IwAR02CTrpRKjQI75K Saar2\\_mw47Zue07b9RTwLFVbPmka18MeH0JX6aIn7xM](https://asociacionsolcom.org/dictamen-historico-del-comite-la-onu-que-condena-a-espana-por-vulneracion-de-derechos-de-un-menor-con-sindrome-de-down/?fbclid=IwAR02CTrpRKjQI75K Saar2_mw47Zue07b9RTwLFVbPmka18MeH0JX6aIn7xM)

## 5.2 Referencias legales

- Acuerdo 16 de febrero de 2016, del Consejo de Gobierno, por el que se aprueba el II Plan Estratégico de Igualdad de Género en Educación 2016-2021 (BOJA 02-03-2016).
- Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 6/2008 de 15 de enero, por el que se regula el deporte en edad escolar en Andalucía (BOJA 30-1-2008).
- Instrucción de 8 de marzo de 2017, de la Dirección General de Participación y Equidad, por las que se actualiza el protocolo de detección, identificación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo y organización de la respuesta educativa.