

Crèdit variable: “Conèixer és estimar”

Esther Vilalta

Llicenciada en Educació Física
Màster en Educació Física Adaptada
Professora d'Educació Física
de l'IES Bisbe Berenguer

Paraules clau

crèdit variable, n.e.e., integració,
Secundària

Abstract

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

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

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

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

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

Resum

L'article que presentem és un recull de les parts fonamentals d'un crèdit variable dissenyat i experimentat en un centre de Secundària de les rodalies de Barcelona.

Forma part de la tesi de Màster d'Activitats físiques Adaptades presentada a l'INEFC de Barcelona amb el títol: “Normalitzem l'esport a Secundària”: línia de treball per tal de facilitar la integració entre els alumnes de Secundària, mitjançant l'assignatura d'Educació Física. (Crèdit variable, Crèdit Comú, Cicle de grau mitjà).

“Conèixer és estimar” pretén donar eines de comunicació entre l'alumnat de Secundària; sovint els alumnes tenen certa por o no saben com relacionar-se amb aquells que presenten necessitat educatives especials (n.e.e.). L'esport adaptat pot ser un punt de partida.

El crèdit està dissenyat de manera que tots els alumnes (amb o sense n.e.e.) en treguin el màxim profit. Els primers ex-treuran i vivenciaran situacions noves i enriquidores de cara al desenvolupament de la seva personalitat, els alumnes amb n.e.e podran per primera vegada situar-se per sobre dels seus companys, les seves diferències els faran respondre millor a les exigències de concentració o habilitat que l'esport adaptat o específic exigeix.

Creiem sincerament que aquest crèdit hauria de formar part de la llista de crèdits tipificats que el Departament d'Ensenyament facilita. El treball que actualment es fa a les escoles de Primària per tal de normalitzar la integració no es pot veure estruncat amb el pas a Secundària. L'ESO ens permet fer-ho. ¡Intentem-ho!

Introducció

El crèdit “Conèixer és estimar” neix de la necessitat de trobar eines per aconseguir la integració real dels alumnes amb necessitats educatives especials en els centres de Secundària mitjançant l'assignatura d'Educació Física.

L'actual reforma educativa a l'Ensenyament Secundari ha suposat un trasbals per a tot el professorat. Per una banda ha generat situacions de bloqueig a més d'un professional, i per l'altra un estímul per buscar noves fórmules per aconseguir el que en realitat se'ns demana: **Educar**.

La irrupció a les aules dels antics batxillers o formació professional, de nois i noies amb n.e.e. serioses ha fet trontollar esquemes sòlids que ens permetien: **Ensenyar** els continguts de les diferents matèries.

La reforma a secundària permet atendre la diversitat de l'alumnat de manera seriosa; no obstant això, els recursos materials dels que es disposa són del tot insuficients.

Les contradiccions que des de l'administració d'ensenyament es generen als Instituts són més d'una vegada irresolubles; ¿com es pot integrar a alumnes que per desplaçar-se fan servir cadires de rodes si en els centres no es disposa d'un elevador per pujar a les aules? Mitjans tan bàsics com la falta de material adequat, o la manca de pressupostos per reduir barres arquitectòniques als edificis on hi conviuen alumnes amb n.e.e. físiques i/o sensorials, fan que la il·lusió i dedicació del professorat, dia a dia, es deteriori i s'acabi ignorant als alumnes que no presentin trastorns de conducta, confiant-los a les mans dels mestres de pedagogia terapèutica (MPT) o a psicopedagogs que, amb

més o menys sort, trobaran algun curs de garantia social quan els alumnes assoleixin l'edat laboral.

En el cas dels alumnes que presenten trastorns de conducta, segurament s'utilitzaran els reglaments de règim interior (RRI) per acomiadar o sancionar a aquells que per incapacitat social, conductual, o psíquica no aconsegueixen complir amb les normes de convivència mínimes dels centres. En els casos dels més petits, (l'etapa d'ESO), potser s'obtarà per una derivació cap a escoles més especialitzades, si més no, les escoles d'Educació Especial de tota la vida, sempre i quan els pares puguin pagar-ho, doncs actualment la xarxa d'escoles públiques per alumnes amb n.e.e. és ínfima, i gairebé podríem dir insultant (1).

Si bé tot el que acabo d'exposar és de difícil solució, i alhora desalentador, es menys cert que encara podem comptar amb els recursos personals del professorat. La reforma educativa permet adequar la seqüència de continguts a les necessitats individuals de cada centre, de cada grup i de cada alumne en particular. És imprescindible només que l'educador estigui disposat a dedicar moltes més hores per aconseguir-ho.

Les actituds dels professors de secundària no són negatives de cara a l'integració (veure J. Hernández; V. Hospital, 1997/1998) però la formació per assolir el repte és insuficient i les hores per realitzar-la passen per horaris totalment extraprofessionals.

Centrant-nos en l'assignatura d'Educació Física, podem assegurar que actualment només a través de l'escola d'estiu, o els cursos de postgraduació de L'INEFC un llicenciat en Educació Física pot formar-se en el camp de les necessitats educatives especials d'alumnes de secundària. Aquests cursos són de pagament i no es compta amb ajut o beca significativa i específica per part del Departament d'Ensenyament, que d'alguna manera compensi l'esforç personal.

Amb el crèdit variable "Conèixer és estimar" he intentat transmetre les experiències portades a terme en un IES de les roda-

lies de Barcelona, que poden ser extrapolades a qualsevol IES de Catalunya. El crèdit es va dissenyar pensant en l'atenció dels alumnes amb n.e.e. des de el punt de vista de la integració.

L'objectiu primordial del crèdit era donar eines de comunicació als alumnes que en principi no presentaven n.e.e. Calia perdre la por a comunicar-se amb aquells que sentien la vida de manera diferent, calia viure situacions extremes per poder extrapolar els resultats a la vida quotidiana del IES. L'esport podia ser el punt de partida.

L'atenció individualitzada dels casos més rellevants d'alumnes amb n.e.e. s'havia plantejat seriosament, cada un podia assolir uns objectius a mida de les seves possibles capacitats. S'havien fet dos ACI (adaptacions curriculars individualitzades) i una modificació curricular.

Però el fet d'adequar els continguts dels alumnes amb n.e.e. no solucionava el que en definitiva ens havíem plantejat la integració de tots els alumnes en la dinàmica del grup tant a dins com a fora de les classes específiques.

Els alumnes amb n.e.e. que durant les classes d'Educació Física compartien espais, converses, jocs i material, a les hores d'esbarjo restaven aïllats al pati.

Calia doncs trobar quelcom més per aconseguir la integració. No n'hi havia prou a incentivar, animar, adaptar i/o modificar els continguts de l'alumne n.e.e. possiblement **faltava modificar actituds en els alumnes que no presentaven cap disminució.**

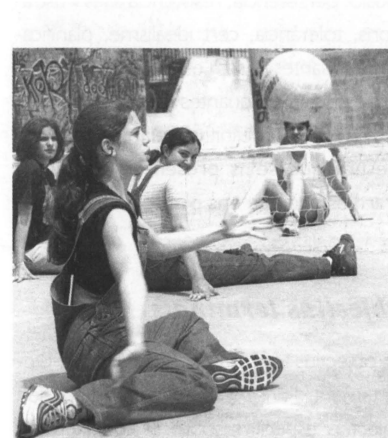
Arribar a aquesta conclusió va costar un any de feina, d'encerts i de desencerts, semblava que tot el que el desplegament curricular de l'àrea d'Educació Física permetia s'havia intentat, i havíem avançat de cara a la integració de l'alumne amb n.e.e. al grup-classe dins l'horari lectiu. Però els companys seguien ignorant la seva presència fora de les aules o gimnàs. Els alumnes amb n.e.e. restaven sols a les hores d'esbarjo, a les entrades i sortides, a les excursions, ningú no reparava en les dificultats de transport, les barreres arquitectòniques quedaven paleses davant del silenci d'un alumne que es



quedava quiet i sol mirant com els seus companys desapareixien entenen, o no, que ell era diferent.

Calia trobar eines correctores d'aquestes conductes urgentment. La quotidianitat de veure "aparcats" al company, era més perillosa que el fet de no saber que existia. La constatació diària que aquesta societat no té en compte a aquell que és diferent i la pràctica diària d'aquest "contravalor" dins un centre d'educació ja des de l'adolescència frepava la nostra sensibilitat. En poques paraules, **estàvem ensenyant als nostres alumnes el "valor" de la indiferència.**

Arrel del practicum d'esport adaptat, del Màster en AFA i el de Centres Específics, vaig decidir tractar la integració des de l'altra perspectiva: **Les nostres accions no anirien encaminades a millorar o integrar els alumnes amb n.e.e., sinó a donar a conèixer i buscar eines de comunicació per a aquells que no tenien cap dificultat, des del camp de l'Educació Física i l'esport adaptat podia ser el punt de partida.**



(1) A la ciutat de L'Hospitalet del Llobregat de 250.000 habitants només es compta amb una escola pública que atengui alumnes amb n.e.e.



Així va néixer el projecte: "**Conèixer és estimar**", per causa de l'èxit i els resultats obtinguts vaig encoratjar-me a plantejar una nova acció dins la franja de crèdits comuns: "**Acostem-nos**", i finalment hem plantejat un nou projecte encara més participatiu, ja que, mourà la totalitat del Claustre, AMPA i alumnat: "**Citius, Altius, Fortius ... inou segle, nou eslògan?**"

Val a dir que aquests projectes no haurien vist la llum si no hagués comptat amb el suport tant tècnic com moral del Màster en AFA, l'aportació material i també moral de l'Institut Municipal d'Educació (IMEB) i el fet de gaudir d'una direcció oberta i innovadora al Centre on s'han dut a terme, d'un equip de professors, en general, disposat a atendre les n.e.e. i el suport de l'EAP.

Finalment només voldria fer constar que aquest article pretén especialment donar eines a tots aquells que com jo, un dia una mirada, un gest els ha fet reaccionar, oblidant tot el que l'administració ens nega, i treient el millor que qualsevol professor d'Educació Física porta dins de sí mateix: il·lusió, persistència, resistència a les frustracions, tolerància, cert idealisme, planificació ... quantes coses l'esport ens ha marcat fora de les aules i quantes vam sentir dins les de l'INEFC! En definitiva: **guanyar reptes a mesura que se'ns presenten sense cobrar l'esforç que ens planteja**.

Objectius terminals

Els objectius terminals determinats pel Departament d'Ensenyament no contemplen objectius específics sobre el coneixement

de l'esport adaptat, les diferències físiques, sensorials o psíquiques. Es valora l'efecte de l'entrenament sobre l'organisme, però partint sempre d'un organisme normalitzat.

No venen marcats específicament l'utilització de l'assignatura com a medi d'integració dels alumnes amb n.e.e.

El fet que la integració és patent als centres de Secundària, s'hi haurien d'afegir alguns objectius didàctics que ja es plantegen en aquesta tesi, com a objectius terminals de l'Educació Física a l'Ensenyament Secundari Obligatori.

- Usar les diferents tècniques i habilitats en la pràctica de l'exercici físic. (2)
- Aplicar les regles i normes dels diferents jocs, esports i altres activitats físiques. (7)
- Millorar i combinar les habilitats motrius com a base per posar en pràctica les tècniques i destreses específiques més adequades en cada situació motriu. (13)
- Comunicar-se amb els altres mitjançant elements propis de l'activitat motriu. (14)
- Acceptar la pròpia realitat corporal. (17)
- Valorar diverses formes de comunicació no verbal. (18)
- Acceptar les diferències d'habilitats entre persones, sense discriminació per raons de sexe o capacitat física, sensorial o psíquica. (19) (*)
- Respectar les regles i normes de les diferents activitats.

Objectius didàctics

En finalitzar el crèdit, l'alumne haurà practicat i serà capaç de:

- Realitzar diferents habilitats motrius amb manca de visió o dificultat motòrica.
- Coneixerà i practicarà les normes i regles bàsiques dels esports adaptats.
 - ◆ Boccia
 - ◆ Goalball
 - ◆ Atletisme adaptat a la manca de visió
 - ◆ Atletisme adaptat a la dificultat motòrica
 - ◆ Voleibol asseguts a terra
 - ◆ Hoquei interior

- Haurà executat pràctiques lúdiques d'habilitats i jocs motrius, amb manca d'alguna qualitat sensitiva o motora.
- Haurà reflexionat i serà capaç d'extreure conclusions per a millorar la comunicació amb els altres sense limitació per raons de diferències motrius, sensorials psíquiques o culturals.
- Haurà vençut la por o reticència a compartir espais o experiències amb altres persones diferents.
- Sentirà la necessitat de millorar l'espai i el material proper, perquè tothom pugui gaudir-ne, sense ser exclòs per causa de diferències de cap tipus.
- Serà capaç d'explicar als seus companys que l'esport adaptat és necessari i divertit al mateix temps i que fa possible millorar la comunicació.
- Serà capaç de valorar l'esforç que els esportistes amb disminució fan per tal de practicar activitat física.
- Valorarà l'esport com una eina de comunicació, amb aquells que són diferents.
- Coneixerà els elements que afavoreixen la comunicació i aquells que la dificulten.
- Coneixerà les normes bàsiques de funcionament del cos humà, i valorarà positivament les adaptacions que es desenvolupen davant de les disminucions.
- Coneixerà la importància del baró de Coubertain, en el ressorgiment del moviment Olímpic, i valorarà positivament l'esforç i lluita del personatge històric.
- Coneixerà el moviment paralímpic i els principals trets de la seva organització i evolució.
- S'haurà desenvolupat un esperit crític i un desig de lluita davant la intolerància i els estereotips corporals que se'ns imposen.
- Coneixerà les característiques de les diferents discapacitats motrius i sensorials. Limitacions, classificacions i possibles ajuts que faciliten la vida de cada dia.
- Coneixerà les característiques generals dels retards intel·lectuals i Síndrome de Down.
- Haurà entès les principals habilitats socials necessàries per poder tractar correctament amb persones disminuïdes.

(*) En l'objectiu terminal núm. 19 només es parla de diferència física.

Continguts procedimentals

Habilitats motrius

Utilització de les diferents habilitats motrius per aplicar-les posteriorment en l'aprenentatge de tècniques, habilitats i destreses específiques

- Pràctica de llançaments i recepcions
 - Amb antifaç i pilota de picarols
 - En cadira de rodes
 - Asseguts a terra
 - Amb material alternatiu (piques i disc de felpa)
- Pràctica de diferents possibilitats d'impactes, colpejos i parades
 - Amb antifaç i pilota de picarols
 - En cadires de rodes
 - Asseguts a terra
 - Amb material alternatiu (piques i disc de felpa)
 - Amb segment corporal lligat al cos (mans o una cama)

Adequació de les habilitats de girs, desplaçaments, salts i equilibracions i les seves combinacions en situacions de complexitat creixent.

- Pràctica de desplaçaments
 - En diferents direccions i recolçaments utilitzant les cadires de rodes, els antifaços, els companys guies, asseguts a terra, i amb algun segment corporal lligat al cos etc.
- Pràctica de girs
 - Pràctica de girs en diferents eixos, amb els ulls embenats, en cadira de rodes, des de la posició d'asseguts a terra.

- Pràctica d'equilibracions
 - Pràctica i experimentació d'equilibris, amb antifaç, en cadira de rodes, modificant l'alçada del centre de gravetat, i la superfície de contacte
 - Pràctica d'equilibris i reequilibris sense visió
- Pràctica de salts
 - Pràctica sense i amb aplicació de diferents tipus de correguda d'impuls, sense visió
 - Experimentació amb un segment corporal lligat al cos
- Exercitació de la coordinació
 - Exercitació de situacions desconegudes de dificultat variable i progressiva i que impliquin la intervenció dels mecanismes de percepció, decisió i execució
 - ♦ Amb antifaç i pilota de picarols
 - ♦ En cadires de rodes
 - ♦ Asseguts a terra
 - ♦ Amb material alternatiu
 - ♦ Amb algun segment corporal lligat al cos
 - Exercitació amb material variat, i en la mesura de les nostres possibilitats, desconegut per l'alumne
 - Piques, disc de felpa, pilotes de picarols, pilotes d'arroç, cubs d'escuma, etc.

Tècniques d'expressió corporal

Pràctiques de comunicació corporal espontània

- Representació de sensacions, sentiments, estats d'ànim, etc. sense utilitzar la veu.

Tècniques d'expressió corporal amb mobilitat i coordinacions diverses

- Pràctiques que afavoreixin la desinhibició i la superació del ridícul, utilitzant els antifaços

Pràctica d'activitats físico-esportives

Execució de gestos tècnics dels jocs i dels esports col·lectius amb oposició-cooperació, de cooperació, d'oposició i individuals sense oposició, adaptats a deficiències físiques, psíquiques o sensorials.

- Pràctica del Voleibol asseguts a terra
 - Pràctica de la passada, en parat i en desplaçaments mitjançant les mans
 - Pràctica del servei des de terra
 - Pràctica del bloqueig i la rematada
 - Partits
- Pràctica de l'Atletisme
 - Curses amb manca de visió, amb o sense guia
 - Salts de llargada amb manca de visió
 - Llançaments de pes en manca de visió
 - Curses en cadira de rodes
 - Llançaments en cadires de rodes
 - Curses i llançaments amb un segment corporal lligat al cos
- Pràctica del Goalbal
 - Pràctica del llançament de la pilota de picarols
 - Pràctica de la parada de la pilota de picarols
 - Pràctica d'estratègies bàsiques d'equip
 - Partits

- Construcció de material (antifaços, pilota de picarols)
- Pràctica del Bàsquet en cadira de rodes
 - Pràctica del bot en parat i en desplaçament
 - Pràctica de les passades, en parat i desplaçament
 - Pràctica de tir a cistella
 - Partits
- Pràctica de Boccia
 - Pràctiques de llançament amb precisió
 - Partits en equip
 - Construcció de material (Pilotes d'arroç)
- Pràctica de Hoquei interior
 - Pràctiques de passades, recepcions, i tirs a porteria en moviment o sense
 - Pràctiques d'estratègies bàsiques del joc (organització dels jugadors en el terreny de joc i ocupació correcta de l'espai, utilització de les desmarcades, etc.)
 - Partits
 - Aplicació de les normes i regles en els jocs i esports adaptats treballats

Quadre 1.

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

Adequació del cos en l'activitat física

Repercussions de l'activitat física per millorar la salut i la qualitat de vida

- Activitat física i salut
 - Funcionament bàsic del cos humà
 - ♦ Aparell locomotor
 - ♦ Sistema cardíoc-vascular
 - ♦ Sistema nerviós
 - ♦ Aparell respiratori
 - ♦ Els sentits (vista, tacte, olfacte, gust, oïda)
 - Tipus de discapacitats (físiques, sensorials, mentals)
 - ♦ Discapacitat visual (B1, B2, B3)

- ♦ Amputacions, paraplègies
- ♦ Paràlisi cerebral
- ♦ Retards mentals (Síndrome de Down)
- ♦ Discapacitats de comunicació
 - ♦ Auditives i de parla
- Formes diferents de comunicació (culturals sensorials)
 - ♦ Hàbits en altres cultures (àrab)
 - ♦ Llenguatges Brailly, de signes, no verbal, etc.
- La salut com quelcom més que absència de malaltia
 - ♦ Possibilitats que ofereix l'esport adaptat
- La comunicació, aspectes que l'afavoreixen

Jocs i Esports

Principals gestos tècnics dels esports i jocs col·lectius

- Principals gestos tècnics del Goalbal
 - Els llançaments
 - Les parades
 - Les passades
 - Accions de defensa i d'atac
- Principals gestos tècnics de la Boccia
 - Accions de defensa i atac, individual i d'equip
 - Accions d'atac i defensa amb canaleta
- Principals gestos tècnics del Bàsquet en cadira de rodes

Regles i normes dels esports i jocs col·lectius

- Principals normes del Goalbal
- Principals normes de la Boccia en equip
- Principals normes i adaptacions del Voleibol asseguts
- Principals normes i adaptacions del Bàsquet en cadira de rodes
- Principals normes i adaptacions del Hoquei interior

Principis de la comunicació motriu i l'estratègia consegüent en els jocs i esports col·lectius.

- En el Goalbal
- En la Boccia
- En l'atletisme adaptat a les dificultats visuals (Guia)

Regles i normes dels esports individuals sense oposició

- Principals regles de l'Atletisme adaptat a manca de visió
- Principals regles de l'atletisme adaptat a dificultat motòrica

Coneixement d'un personatge històric, relacionat amb l'esport: Pierre Fredy de Coubertain

- Dades cronològiques i principals accions per tal de resorgir el moviment olímpic

Coneixement del moviment paralímpic

- Organització i evolució de les paralimpiades
- Principals esports i esportistes paralímpics

Quadre 2.

Valors, normes i actituds

Valoració del propi cos

Acceptació, valoració i respecte del propi cos

- Conscienciació de la necessitat de conèixer el propi cos

- Predisposició per millorar qualsevol aspecte motriu

Valoració dels efectes positius de les activitats físiques

- Valoració del gust per l'activitat física no competitiva, pel propi plaer de la pràctica
- Respecte envers el joc com a medi socialitzador
- Valoració de l'activitat física per gaudir del temps lliure
- Valoració de l'activitat física com a eina de comunicació amb aquells que són deferents a nivell sensoriu, motor, social o intel·lectual

Valoració de la comunicació amb els altres

Tolerància envers els comportaments dels altres

- Acceptació de les errades dels companys i companyes durant l'activitat física

- Acceptació de les pròpies possibilitats respecte a l'oponent

- Atenció a la diversitat (sensorial, física, intel·lectual o culturals)

- Acceptació dels diferents comportaments dels participants en el joc i els resultats dels partits

- Acceptació i tolerància dels diferents rendiments a l'exercici respecte qualsevol diferència (motò-

rica, sensorial, cultural o intel·lectual)

- Tolerància envers la participació amb qualsevol grup dels companys i companyes

Acceptació dels resultats en els jocs i els esports

Preocupació per l'assoliment de fites comunes

- Acceptació de les activitats proposades pels companys i companyes

- Desig de col·laboració amb els altres, per tal d'aconseguir fites comunes

Acceptació de les regles i normes de l'activitat física

- Respecte envers les decisions arbitrals

Respecte per l'entorn

Respecte envers l'entorn natural i urbà

- Preocupació per detectar les barres arquitectòniques

- Sensibilització i actuació per tal de reinvidicar la millora de les instal·lacions i material perquè tots en puguem gaudir, sense limitació, per causes físiques, psíquiques o sensorials

Preocupació i respecte per la utilització adequada del material i les instal·lacions

- Sensibilització per la conservació i el manteniment del material utilitzat a les activitats de les instal·lacions

- Preocupació per gaudir del material adient, per la pràctica de l'esport adaptat

Quadre 3.

Activitats d'ensenyament aprenentatge

SESSIÓ	CONTINGUTS	MODIFICACIÓ
1	Debat tema "Esport-Salut" (què és tenir salut). Una persona amb <i>handicaps</i> , pot tenir màxima salut? Pena- Llàstima- per- FALTA D'EINES PER A LA COMUNICACIÓ	Introduir un vídeo per sensibilitzar d'entrada
2	El cos humà. Murals en grup	Cal tenir imatges
3	Exposició Oral sobre diferents treballs fets i exposar a l'aula o gimnàs els murals	Seria bo enregistrar en vídeo
4	Dissecció d'algun òrgan (xai o porc). Esquelet - Classe al Laboratori	Contar amb l'ajut del professor de Biologia
5	Discapacitat - Minusvalia - "necessitats especials" VÍDEOS	
6	Construcció d'objectes: Pilota de picarols, màscares. Pilotes de Boccia. Màscares de Deficiència visual	Eines de "tecnologia"
7	La Falta de visió –Vídeo–	Col·laboració ONCE
8/9	Pràctica "falta de visió" Recorreguts, esquema de recorregut, jocs, sortir del IES/ dif. temperatures i sorolls, recollir coses de terra, jocs, curses. ATENCIÓ - RESPONSABILITAT DEL GUIA	
10	Goalball " normes de joc"	
11/12	Goalball - Atletisme amb guia	
13	DINAR A LES FOSQUES	Cadascú es porta "un dinar"
14	Deficiència auditiva	Professor convidat
15	Debat: Deficiències sensorials	
16	Lesions medulars i amputacions "normes de joc" Voleibol	
17/18	Pràctica d'iniciació al Voleibol , ningú pot aixecar-se.	
19	Atletisme amputats	Cordes o cinturons
20	Desplaçaments en cadires de rodes dins i fora del IES. Trencar barreres arquitectòniques i socials	Cadires Diputació o ECOM
21	Normes de joc del Bàsquet en cadira. Exercicis de passades, desplaçaments, tirs,...	
22	Bàsquet en cadira	
23	Paràlisi cerebral	Fed. Boccia
24	Boccia / Boccia amb canaleta	
25	Aeròbic	Porten ells la música
26	LES PARALIMPIADES	
27	La Comunicació Retard intel·lectual / dificultats culturals i socials	EAP/ Psicopedagog
28	Hoquei interior	
29	Judo per a invidents (Adversari – Guia)	
30	Esgrima per lesionats medul·lars	
31	Col·loqui. Posta en comú	
32	Organització d'un campionat de diferents esports adaptats	
33	Organització d'un campionat	
34	Avaluació	
35	Avaluació	

Temporalització

Relació de continguts per sessió (avaluació)

SESSIÓ	CONTINGUTS	HORES
1	Debat tema "Esport-Salut" (què és tenir salut). Una persona amb <i>handicaps</i> , pot tenir màxima salut? Pena- llàstima- por- FALTA D'EINES A PER LA COMUNICACIÓ	Presentació i explicació d'objectius 1 h
2	El cos humà. Murals en grup	Coneixement del cos humà
3	Exposició oral sobre diferents treballs fets i exposar a l'aula o gimnàs els murals	
4	Dissecció d'algun òrgan (xai o porc). Esquelet - Classe al Laboratori	
5	Discapacitat - Minusvalia - "necessitats especials" VÍDEOS	5 h
6	Construcció d'objectes: pilota de picarols, màscares. Pilotes de Boccia. Màscares de deficiència visual	Construcció d'objectes 1 h
7	La falta de visió -VÍDEO-	
8/9	Pràctica "falta de visió"	
10	Recorreguts, esquema de recorregut, jocs	
11/12	Sortir del IES/ dif. temperatures i sorolls, recollir coses del terra, jocs, carreres. ATENCIÓ- RESPONSABILITAT DEL GUIA. Goalball "normes de joc" Goalball - Atletisme amb guia	
13	DINAR CECS	
14	Deficiència auditiva	
15	Debat: Deficiències sensorials	9 h
16	Lesions medul·lars i amputacions "normes de joc" Voleibol	
17/18	Pràctica d'iniciació al Voleibol ningú pot aixecar-se	
19	Voleibol	
20	Atletisme amputats	
21	Desplaçaments en cadires de rodes dins i fora del IES	
22	Trencar barreres arquitectòniques i socials	
23	Normes de joc del Bàsquet en cadira. Exercicis de passades, desplaçaments, tirs...	
24	Bàsquet en cadira	
25	Aeròbic	
26	Paràlisi cerebral Boccia / Boccia amb canaleta	11 h
27	LES PARALIMPIADES	Jocs Olímpics 1 h
28	La Comunicació Retard intel·lectual / dificultats culturals i socials	Retard intel·lectual
29	Hoquei interior	2 h
30	Judo per a invidents (Adversari-Guia)	
31	Esgrima per lesionats medul·lars	Esports d'adversari 2 h
32	Col·loqui posta en comú	1 h
33	Organització d'un campionat de diferents esports adaptats	2 h
34/35	Avaluació	2 h

Atenció a la diversitat

Atesos els objectius i continguts d'aquest crèdit, és clara la necessitat d'atendre la diversitat, en qualsevol moment, tant per aquells nois que es troben per sobre la mitjana, com per aquells que resten per sota.

Per a tots ells, la falta d'estabilitat per manca d'alguna extremitat o d'algun sentit és una situació totalment nova, i les reaccions seran també noves per a tots.

Entendrem tal vegada, que alguns alumnes no puguin superar l'angoixa que suposa estar una hora sense visió, o bé superar la sensació d'impotència que provoca un passeig per l'exterior del centre en cadira de rodes, si es dóna aquesta situació, els encoratjarem a actuar com a guies o col·laboradors d'aquells més agosserats.

La qualificació global del crèdit, en principi, no ha de ser l'objectiu de l'alumnat, no busquem aquell que és excel·lent en esport adaptat, o aquell que tan sols obté un resultat de sufi-

ciència, busquem que tots els alumnes que cursen aquest crèdit, aconseguixin una sensibilitat especial de cara a aquells companys o companyes que dins el mateix IES presenten certes disminucions. Volem que tots, a la seva mesura, reflexionin i es consciencin sobre les possibilitats de diversió i comunicació que els ofereix l'esport adaptat.

Per a aquells alumnes que desitgin més informació, se'ls facilitarà adreces i bibliografia per tal d'involucrar-se més en aquest món.

ACTIVITAT D'AVUACIÓ - 1: Els alumnes valoraran de l'1 al 5

	5	4	3	2	1
1. Ets capaç de realitzar diferents habilitats motrius amb manca de visió o disminució greu de mobilitat					
2. Coneixes i has practicat les normes i regles bàsiques dels esports adaptats					
Goalball					
Boccia					
Atletisme adaptat a deficiència visual					
Atletisme en cadira de rodes					
Atletisme per a amputats					
Voleibol asseguts a terra					
Hoquei interior					
Rugby/Esgrima o Judo					
Aeròbic					
3. Has trobat algun esport adaptat que t'hagi agradat molt?					
4. Estàs interessat en anar a veure partits o entrenaments?					
5. Saps diferenciar els conceptes: minusvàlia, discapacitat, integració, adaptació?					
6. Coneixes la diferència entre discapacitat física, sensorial, psíquica, social o cultural?					
7. Coneixes els elements que originen les diferents discapacitats i d'aquells que les pateixen?					
8. Has descobert noves maneres de relacionar-te?					
9. Aquest crèdit m'agrada					
10. T'agradaria en un futur dedicar-te a una feina on els coneixements sobre les diferents discapacitats fos imprescindible					

AVUACIÓ - 2: Els alumnes valoraran de l'1 al 5 i faran un comentari adjunt a cada una de les preguntes

	5	4	3	2	1
1. Has extret conclusions per tal de millorar la comunicació amb persones que no sàbies com acostar-t'hi?					
2. Dóna exemples de com modificar instal·lacions o material perquè tothom tingui accés a la pràctica de l'activitat física					
3. Apliques els continguts actitudinals dins les classes de crèdit com?, a les hores d'esbarjo?					
4. Saps qui va ser l'instaurador del nou moviment olímpic i el paralímpic?					
5. Valores l'esport com una primera eina de comunicació?					
6. Coneixes i practiques, en la mida que t'és possible, les habilitats socials necessàries per tractar correctament amb persones que senten de manera diferent?					
7. Què penses dels models estereotipats que la societat ens intenta donar com a vàlids?					
8. Pensa quina professió t'agradaria fer i com aplicaries els coneixements adquirits en aquest crèdit (Ex. si fos arquitecte, crec que dissenyaria cases diferents, sense escales, amb timbres visuals a banda d'acústics...)					
9. Quina sessió ha estat per tu la millor i quina la pitjor Millor: Pitjor:					
10. Com valores els esportistes paralímpics, quines creus que són les seves característiques principals					

ANNEXOS

Annex 1

CONÈIXER ÉS ESTIMAR (C.V.)		Curs: 3r ESO 3r Trimestre
Sessió: 10 Goalball: normes de joc / práctica	Institució o persona col·laboradora: cap	
Objectiu didàctic de la sessió • Coneixerà i practicarà les normes i regles bàsiques dels esports adaptats: Goalball (2). • Realitzar diferents habilitats motrius amb manca de visió (1). • Sentir que l'esport adaptat provoca diversió i pot ser una eina per millorar la comunicació (7). • Valorar l'esport adaptat com una eina de comunicació (9). • Despertar l'esperit crític i el desig de lluita davant la intolerància i els estereotips corporals que els diferents mitjans de comunicació ens imposen. (14)		Material necessari • Pilota de goalball • Màscare • Cintes adhesives • Cordes
Presentació i desenvolupament de l'activitat • Es donarà el dossier de normes de joc i es farà una breu explicació. • Els propis alumnes marcaran amb les cordes i la cinta adhesiva el camp. S'agruparan en equips de 4 (3 jugadors i un delegat d'equip). • El delegat, un cop col·locades les màscares, acompanyarà als jugadors als seus llocs. • Cada equip jugarà durant 10 minuts, i donarà pas a 2 equips nous. • La resta d'alumnes restarà callat i observant els encerts i errors comesos pels seus companys.		
Tasca a realitzar per part de l'alumnat • Durant la sessió els alumnes que no estiguin jugant, prendran nota d'aquells encerts o errors més evidents. • Llegir i subratllar els conceptes més importants del dossier de normes de joc del goalball. • Redacció sobre el que han sentit mentre jugaven o veien jugar, i les característiques que creuen imprescindibles per poder practicar aquest esport.		

AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ

Ítems a valorar	Força	De tant en tant	Gens	Actituds negatives
Els alumnes han mostrat interès inicial en realitzar la pràctica, presentant-se voluntaris pel seu inici				
Els alumnes han col·laborat en el marcatge de la pista				
Han entès i practicat en silenci				
Han vist el Goalball como un esport, igual que els que fins ara coneixen a nivell normalitzat				
Havien vist jugar al Goalball en directe				
A les redaccions comença a veure's més l'admiració i les ganes de practicar, que la "pena" per no poder veure				
Han sentit a banda de certa angúnia, sensaciones positives.				
Crec que han entès el missatge.				

SESSIÓ PRESCINDIBLE

SESSIÓ IMPRESCINDIBLE

Millors

- Si es pot disposar de material propi de goalball és molt més real y atractiu.
- És interessant fer una gravació en vídeo, de manera que després puguin observar-se.

Annex 2

CONÈIXER ÉS ESTIMAR (C.V.)		Curs: 3r ESO 3r Trimestre
Sessió: 13 Dinar a les fosques (*)	Institució o persona col·laboradora: Alumnes col·laboradors (UAC?)	
Objectiu didàctic de la sessió • Despertar un esperit crític i desig de lluita davant la intolerància (14). • Reflexionar i extraure conclusions per millorar la comunicació amb altres persones que veuen i senten de manera diferent (4). • Vèncer la por o reticència a compartir espais o experiències amb altres persones diferents (5). • Sentir el desig de millorar l'espai i el material proper, perquè tothom pugui gaudir-ne (6). • Valorar l'esforç que altres persones fan per tal d'integrar-se en una societat que els hi és adversa (8). • Practicar i conèixer els elements que milloren la comunicació (10). • Sentir les adaptacions que fa l'organisme per tal d'adaptar-se a la manca de visió (11).		Material necessari • Sala àmplia • Taules àmplies • Cadires • Possibilitat d'aigua • Papers i draps • Estris de neteja • Plats, coberts i gots de plàstic • Pastís (tipus nata)
Presentació i desenvolupament de l'activitat • Els alumnes que estan matriculats al C.V. portaran de casa seva un dinar, intentant que la resta de companys no sàpiguin què és, poden enganyar-se • Els menjars han de ser freds per tal de fer més fàcil la pràctica (truites, croquetes, amanides de pasta, pollastre, embotit, etc.) i una beguda, de qualsevol tipus (des de llet fins a refrescos o suc). • Cada bossa es donarà a la professora a primera hora del matí. • Els alumnes col·laboradors i el professor/a distribuïran el menjar en diferents plats intentant que hi hagi diferents sabors i textures a cada un d'ells. • Pararan la taula i distribuïran les cadires en grups de 4 o 6. • Tots els alumnes es posaran les màscares i seran guiats per els alumnes col·laboradors a una sala diferent de les habituals. • Un cop els alumnes estiguin asseguts, i hagin intentat esbrinar on es troben, amb qui, i què tenen sobre la taula (got, coberts, pa, tovalló, etc), es repartiran els plats plens i les begudes, intentant que cada alumne en tingui una diferent. • Com a sorpresa es repartiran les postres • Finalment, els alumnes es treuran les màscares i comprovaran si el que imaginaven té relació amb el que veuen		
Tasca a realitzar per part de l'alumnat • Portar de casa un dinar fred, una beguda, un tovalló, coberts. • Redactar les sensacions vivides des d'abans de començar a dinar, durant i després. • Explicar les estratègies realitzades per tal d'esbrinar on es troben, identificar la beguda o el menjar, petits fracassos (caigudes de gots...) sensacions importants (olors, converses, reaccions... etc.)		

AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ

Ítems a valorar	Força	De tant en tant	Gens	Actituds negatives
Els alumnes han mostrat interès en realitzar la pràctica				
Els alumnes han portat dinar i beguda				
S'han deixat aconsellar pels alumnes col·laboradors				
S'han mostrat alegres durant la pràctica				
Han buscat estratègies per situar-se				
Els continguts dels textos escrits fan valoracions sobre les diferents estratègies utilitzades				
Es mostren crítiques amb la falta de mitjans per facilitar les tasques quotidianes que han de realitzar les persones invidents				
Els alumnes han valorat la dificultat que les persones invidents realitzen les seves activitats quotidianament				
Crec que han entès el missatge				

SESSIÓ PRESCINDIBLE

SESSIÓ IMPRESCINDIBLE

Millors

- Enregistrament de l'activitat en vídeo.
- Atenció amb els alumnes que per diferents motius no poden menjar algun tipus d'aliments (sucre, carn de porc, etc.).

(*) Sessió ideada originalment per Santiago Sanz, professor màster AFA (INEFC).

Annex 3

CONÈIXER ÉS ESTIMAR (C.V.)		Curs: 3r ESO 3r Trimestre
Sessió: 14 Deficiència auditiva	Institució o persona col·laboradora: Professor de llenguatge de signes	
Objectiu didàctic de la sessió • Sentir personalment l'esforç que els deficients auditius han de realitzar per tal de desenvolupar-se normalment en llocs i activitats per als alumnes quotidianes (8). • Reflexionar i extreure conclusions per conèixer i millorar els elements que conformen la comunicació (4). • Conèixer el llenguatge de signes (10). • Valorar l'esport com una eina de comunicació, amb aquells que són diferents (9). • Despertar l'espirt crític i desig de millora davant la intolerància.		Material necessari • Vídeo programa "Entre línies" de TV3. • Full d'abecedari del llenguatge amb les mans
Presentació y desenvolupament de l'activitat • El professor convidat es farà passar per deficient auditiu, i començarà a parlar amb els alumnes, ells han d'intentar comprendre el significat de la seva presentació. • Es buscaran detalls que d'alguna manera sorprenguin als alumnes, per exemple un cop de porta fort, on el professor no reaccionarà i demanarà per signes que li expliquin què ha passat. • Al cap d'una estona, el professor convidat començarà a parlar amb normalitat provocant un gran desconcert entre els alumnes. • Els explicarà en què consisteix aquest tipus de llenguatge, repartirà els fulls i repassaran l'abecedari, cada alumne intentarà lletrejar el seu nom a un company o professor convidat. • S'explicaran les normes bàsiques de comunicació i relació amb un company deficient auditiu. • Es passarà un vídeo sobre la vida quotidiana d'una persona amb deficiència auditiva.		
Tasca a realitzar per part de l'alumnat • Els alumnes realitzaran una redacció sobre les impressions viscudes i dibuixaran el seu nom i signe.		

AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ

Ítems a valorar	Força	De tant en tant	Gens	Actituds negatives
Els alumnes han mostrat interès en realitzar la pràctica				
Els alumnes s'han mostrat atents i han fet preguntes al professor/a convidat/da				
Han seguit el vídeo amb atenció				
Es relacionen dins el seu ambient proper amb persones deficients auditives				
Coneixen el llenguatge de signes				
Han presentat les redaccions i feien constar la necessitat d'aprendre el llenguatge de signes				
Han entès la presentació del professor/a convidat/da				
Crec que han entès el missatge				

SESSIÓ PRESCINDIBLE

SESSIÓ IMPRESCINDIBLE

Milliores

- Seguir part de un programa amb teletext
- Projecció de la pel·lícula "Hijos de un Dios menor" (no apta per a menors de 16 anys) (*)

(*) Per aquesta sessió he comptat amb l'ajut de María Zapata (postgraduada en AFA).

Bibliografia

- ARIÑO, J.; BENABARRE, R.; BLANC, F.; LUQUE, M.
A. i LLANDRES, E. (1996), "Educación Física
ESO Primer Ciclo, primero y segundo curso".
Barcelona: Ediciones Serval.
- DÍAZ, J. (1993), "Unidades didácticas para secun-
daria", Col. *La Educación física... en Refor-
ma*. Barcelona: Inde.
- HAAN, J. (1994), *Voleibol Sentados*. Nether-
lands: Uitgeverij De Vrieseborch.
- HERNÁNDEZ VÁZQUEZ, F. J. (1994), "Activitats
Físiques Adaptades: Perspectiva Interdisci-
plinar i bases conceptuals", *Apunts. Educa-
ció Física i Esports*, 38, pàg. 8-16. Barce-
lona.
- (1995), *Torpeza Motriz*. Barcelona: EUB.
 - (1997), "L'esport adaptat. La seva identitat i les
seves perspectives". V *Cursos d'estiu de
l'educació Física l'esport*. Barcelona:
INEFC.