



CEIP: CLARA CAMPOAMOR- MÁLAGA



# PROYECTO: “MEJOR AGARRADOS DE LAS MANOS 2023/24”



## 0. ÍNDICE

1. Justificación: alumnado destinado y profesorado implicado.....	2
2. Contexto del centro.....	3
3. Objetivos.....	3
4. Organización del aula específica.....	4
4.1. Descripción del alumnado del aula específica.....	5
4.2. Estructuración espacial del aula.....	7
5. Temporalización.....	8
6. Metodología: formato presencial y formato no presencial (telemático).....	8
7. Actuaciones.....	11
8. Evaluación.....	35
9. Recursos y materiales.....	37
10. Difusión prevista de las medidas y actuaciones.....	38

## **1.JUSTIFICACIÓN: ALUMNADO DESTINADO Y PROFESORADO IMPLICADO**

El CEIP: Clara Campoamor- Málaga, oferta una enseñanza diversificada y común, adaptada e igualitaria para todo el alumnado, permitiendo una respuesta educativa adecuada a las NEAE del alumnado y proporcionando los recursos y apoyos necesarios en el marco de una escuela inclusiva.

El Plan de actuación es una medida de atención a la diversidad que pretendemos contribuir al desarrollo de aprendizajes significativos teniendo en cuenta el marco normativo con los fundamentos pedagógicos que aparecen recogidos en la en la Ley 17/2007 de 10 de diciembre en Andalucía: **normalización** procurando que el alumnado pueda compartir con sus iguales momentos que favorezcan la inclusión en el centro. **Inclusión escolar y social** y **flexibilización** dando respuestas lo más flexibles posible en todos los aspectos: horarios, ritmos de aprendizaje... **personalización** ya que la enseñanza se ajusta a las necesidades individuales de cada niño/a, sus intereses y necesidades del alumnado. **Debemos de tener una coordinación interadministrativa**, es decir una coordinación entre los diferentes profesionales que trabajan con el alumnado.

La intervención docente que se presenta apuesta por una educación comprensiva-inclusiva donde enseñar a pensar, a vivir y a convivir sea una de sus funciones más esenciales.

Este proyecto recoge el conjunto de actuaciones y medidas diseñadas a partir de un análisis de necesidades, para dar una respuesta educativa a las mismas y que se pone en práctica para el curso escolar 2023-2024.

La escuela es el lugar idóneo para enseñar en los valores democráticos en su más profundo sentido, es el lugar apropiado para potenciar en la actividad física, evitar el sedentarismo y animarse entre el propio alumnado a comer de manera sana y saludable.

Por ello, el proyecto irá dirigido al alumnado del aula específica. Dicho proyecto será encabezado por la coordinadora del proyecto y por el Equipo de Orientación.

El objetivo fundamental del proyecto está relacionado con hábitos de vida saludable es el desarrollo de competencias clave en materia relacionadas con la promoción de salud. Se plantea en el currículum escolar y dentro de nuestro proyecto educativo relacionado con la educación socioemocional, los estilos de vida saludable, el autocuidado, el deporte, una buena alimentación el uso positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

A través de las actividades el alumnado podrá reorganizar su pensamiento y adquirir nuevos conocimientos, mejorar sus actuaciones y descubrir nuevas formas de acción y nuevas habilidades que les permitan ejecutar eficientemente las tareas, favoreciendo un aprendizaje a lo largo de toda la vida.

A lo largo de este curso académico 2023/2024 pretendemos alcanzar los siguientes

## **2. CONTEXTO DEL CENTRO.**

El colegio Clara Campoamor es un centro que se creó en el año 2006/07 y que, en este curso escolar, 2023/24-, afronta su decimotercer año de trabajo, tiene 31 unidades, 9 de Educación Infantil, 18 de Educación Primaria, todas reciben enseñanza bilingüe, 2 de Apoyo a la Integración, un aula de AL y Aula Específica.

El colegio está situado en una zona de Málaga de reciente construcción, llamada Parque Litoral, ubicada al oeste de Málaga entre la desembocadura del río Guadalhorce y el Centro Cívico de Málaga, llena de edificaciones nuevas y en continua expansión.

Esta zona de influencia tan amplia hace que todas las familias de esta zona cuando solicitan plaza escolar en este centro tengan la misma puntuación por domicilio y no sólo las familias que viven cerca de nuestro colegio.

### **PERFIL DEL ALUMNADO**

El colegio tiene 685 alumnos/as. La media por curso en el año 2023/24 es de 25, aunque hay clases que están a 26 y una de ellas a 27. Sólo hay 10 alumnos/as de otras nacionalidades distintas a la española (italiano, argentino, ucraniano, noruego, rumano, chinos y rusos), otros son de origen marroquí, pero de nacionalidad española. Dichos alumnos/as están perfectamente integrados en el centro a todos los niveles.

Teniendo en cuenta lo anterior, la diversidad del alumnado es muy poca, los niveles de absentismo también y el clima de convivencia óptimo.

Teniendo en cuenta el perfil de las familias, nuestro alumnado está interesado en aprender, vienen de hogares muy estimulados en la mayoría de los casos, teniendo sus familias y los docentes también, altas expectativas con respecto a su rendimiento educativo.

Los niveles de competencia detectados en las pruebas de evaluación externas han sido satisfactorios en general y han ido mejorando en todas las áreas debido a las medidas de mejora propuestas en los informes elaborados en el Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica.

## **3.OBJETIVOS:**

- Afianzar y desarrollar capacidades físicas, afectivas, cognitivas, comunicativas, promoviendo el mayor grado posible de su autonomía personal y de integración social.
- Fomentar la participación de los alumnos en todos aquellos contextos en los que se desenvuelve: vida doméstica, utilización de servicios a la comunidad y disfrute del ocio y tiempo libre, entre otros.
- Potenciar hábitos vinculados con la salud corporal, la seguridad personal y el equilibrio afectivo, para desarrollar su vida con el mayor bienestar posible.
- Tener una imagen ajustada y positiva de sí mismo y una actitud de aceptación hacia los demás.

- Tomar conciencia del propio cuerpo, segmentaria y globalmente, tanto en reposo, como en movimiento, valorando y adaptando posturas más adecuadas.
- Afianzar hábitos de higiene personal, así como el conocimiento y el cuidado de sí mismo.
- Desarrollar las habilidades motrices finas de prensión, pinza, manipulación y de coordinación viso manual.
- Conocer y controlar el propio cuerpo, adecuándolo a la expresión de sentimientos y emociones, movilidad y desplazamientos, y la interacción con los demás compañeros del centro.
- Desarrollar habilidades motrices gruesas que le permitan desplazarse: voltear, gatear, incorporarse, etc.
- Adquirir habilidades necesarias para desenvolverse en las actividades de la vida diaria, relacionadas con las compras y manejo del dinero, alimentación, vestido ...
- Desplazarse con autonomía y /o ayuda por las distintas dependencias del centro, conocer las actividades que se realizan en y anticiparlas en la medida de lo posible.
- Analizar la información en relación con las ofertas de productos, bienes y servicios y optar por aquellos que den respuesta a necesidades e intereses de forma reflexiva y controlada.
- Comprender y expresar mensajes para manifestar información sobre sí mismo y sus necesidades, así como interpretar el entorno e influir en el comportamiento de los demás.
- Manifestar la preferencia, siendo capaz de aceptar y rechazar opciones.
- Reconocer los cambios evolutivos de nuestro cuerpo.
- Utilizar las propias posibilidades que ofrece el cuerpo para manifestar intereses, emociones y sentimientos con los demás.
- Valoración e interés por tener un conocimiento de sí mismo y de los demás.
- Utilizar de forma adecuada y contextualizada las normas de higiene personal.
- Utilizar un sistema de comunicación adecuado para expresar las necesidades de autonomía personal.
- Reconocer los aspectos positivos que tiene la higiene personal sobre la salud, la autoimagen, la autoestima y la imagen que se transmite.
- Diferenciación y clasificación de los alimentos según criterios determinados.
- Seleccionar alimentos según sus propiedades nutritivas.
- Interés por la higiene personal antes, durante y después de las comidas, así como la limpieza de los espacios y útiles destinados a la alimentación.
- Conocer las normas básicas de comportamiento en la mesa.
- Manifestar cuidado por las propias prendas, objetos y complementos de vestir.
- Realización de desplazamientos por el entorno siguiendo instrucciones.
- Explorar espacios nuevos y cotidianos.
- Apreciar la duración en los desplazamientos en función de la distancia y los medios de locomoción empleados.
- Conocer y reconocer síntomas de enfermedad.
- Desarrollar una actitud de calma y control personal ante situaciones de emergencia.

- Respetar las normas de seguridad en la utilización de electrodomésticos, útiles y herramientas de uso común en el hogar.

#### **4.ORGANIZACIÓN DEL AULA ESPECÍFICA:**

##### **4.1.DESCRIPCIÓN DEL ALUMNADO DEL AULA ESPECÍFICA**

**Las características generales** del alumnado atendido en el aula son, entre otras:

- Precisan de una mayor cantidad de experiencia de aprendizaje
- Presentan dificultades para la generalización de los aprendizajes
- Suelen presentar un alto grado de impulsividad, lo que le lleva a cometer abundantes errores
- Su memoria suele tener una menor capacidad de almacenamiento que el resto de los alumnos
- La mayoría pueden mejorar de manera importante sus habilidades metacognitivas y por tanto su funcionamiento intelectual.
- Presenta trastornos del lenguaje
- Pueden presentar dificultades en el análisis formal del lenguaje
- Presentan mayores dificultades en la emisión que en su comprensión.
- Nivel bajo de expectativas lo que le lleva a conductas evitativas
- Lugar externo de control
- Estilo cognitivo teórico: influencia de los aspectos perceptivos y no conceptuales
- Reducida capacidad de autocontrol y autorregulación
- Inadecuado autoconcepto: desajuste en su imagen corporal
- Dificultad en las relaciones sociales.

ALUMNADO:

El aula específica durante este curso escolar está dirigida a cinco niños y niñas de NEAE, con las siguientes características:

V.R.G-

**Edad:** 6 años

**Nivel de competencia curricular:** 1º Ciclo E.I.

**Grupo/s ordinario/s de referencia:** 5 años

**Adaptación Curricular Individualizada (ACI)**

**Medida específica de carácter asistencial**

- PE

**Recursos personales específicos:** Profesora especialista en Audición y Lenguaje (AL), Profesora especialista en Pedagogía Terapéutica (tutora del aula) y monitor/ra de Educación Especial. PTIS.

**Edad:** 4 años

**Curso:** FBO 4 años

**Nivel de competencia curricular:** 2º Ed.Ciclo E.I.

**Grupo/s ordinario/s de referencia:** I 3 AÑOS.

**Adaptación Curricular Individualizada (ACI) o**

**Medida específica de carácter asistencial**

- Ayuda en los desplazamientos.
- Asistencia en el control de esfínteres
- Vigilancia.

**Recursos personales específicos:** Profesora especialista en Audición y Lenguaje (AL), Profesora especialista en Pedagogía Terapéutica (tutora del aula) y monitor/ra de Educación Especial. PTIS.

Y.U.T.

**Edad:** 10 años

**Curso:** FBO 9 años

**Nivel de competencia curricular:** 2º Ciclo E.I.

**Grupo/s ordinario/s de referencia:** 4º de Ed. Primaria

**Adaptación Curricular Individualizada (ACI)**

**Medida específica de carácter asistencial**

- Ayuda en los desplazamientos.
- Ayuda en la alimentación.

- Supervisión especializada.
- Ayuda control postural en sedestación.
- Transporte escolar adaptado.
- **Recursos personales específicos:** Profesora especialista en Audición y Lenguaje (AL), Profesora especialista en Pedagogía Terapéutica (tutora del aula) , Profesional del Equipo Apoyo a Ciegos (ONCE) y monitor/ra de Educación Especial. PTIS.

H.G.G.

**Edad:** 9 años

**Curso:** FBO 8 años

**Nivel de competencia curricular:** 2º Ciclo E

**Grupo/s ordinario/s de referencia:** 3º DE Ed. Primaria

**Adaptación Curricular Individualizada (ACI) o**

**Medida específica de carácter asistencial**

**Recursos personales específicos:** Profesora especialista en Audición y Lenguaje (AL), Profesora especialista en Pedagogía Terapéutica (tutora del aula) , monitor/ra de Educación Especial. PTIS y Profesional del Equipo Apoyo a Ciegos (ONCE)

#### 4.2. ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL DEL AULA

Los objetivos de la estructuración espacial del aula son los siguientes:

- Diseño del entorno físico para darles información por adelantado: ofrecerles sentido a la actividad que están realizando.
- Uso de la información visual para organizar el entorno, las rutinas y las actividades.
- Presencia de rincones y lugares de trabajo concretos para cada actividad: lugar de la agenda diaria, lugar de trabajo individual en la mesa, lugar de trabajo individual, lugar de desayuno, de relajación, de trabajo en el ordenador...

El aula está estructurada en espacios delimitados por rincones. En cada espacio o rincón se hace una actividad concreta.

- **Rincón de trabajo individual y zona de trabajo:** El rincón de trabajo lo forman las mesas individuales. Están dispuestas de forma que favorezcan el trabajo autónomo y evitar distracciones. En esta mesa se realiza las actividades propias de sus ACI. El material está ordenado de manera secuencial, desde la primera a la última actividad. Coge el material de su balda y lo ponen en la mesa de trabajo, donde lo realizará para posteriormente guardarlo donde corresponda.

- **Rincón del desayuno:** Este espacio está compuesto por las mesas unidas.
- **Rincón del ordenador:** En uno de los rincones de la clase está el ordenador, que utilizamos de forma individual.
- **Rincón de la biblioteca.**
- **Rincón de relajación:** Este rincón está acondicionado con una alfombra, cojines y mantas. Está situado al final de la clase. En este espacio se realizan también algunas sesiones de Psicomotricidad.
- **Rincón de juegos:** En esta zona están los juguetes en cajas de plástico de manera que ellos puedan coger los materiales que quiera.
- **Rincón de la música y el baile.**

## **5.TEMPORALIZACIÓN**

El proyecto se desarrollará desde principios de curso hasta finalizar el mismo. Diariamente se trabajarán:

- Las emociones en la asamblea.
- Actividades de mesa.
- Juegos por rincones.
- Desayuno.
- Recreo.
- La relajación a la vuelta del recreo.
- Análisis de canciones actuales positivas relacionadas con la valoración de las personas y el respeto a ellas.
- Actividades sensoriales.
- Despedida.

## **6. METODOLOGÍA: FORMATO PRESENCIAL Y FORMATO NO PRESENCIAL ( TELEMÁTICO).**

Utilizaremos metodologías activas, motivadores y contextualizadas. Aquellas que faciliten **la participación activa e implicación del alumnado**, la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, serán las que generen aprendizajes más transferibles y duraderos.

La metodología activa ha de apoyarse en estructuras de aprendizaje **cooperativo**, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros/as y puedan aplicarlas a situaciones similares.

Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las estrategias interactivas son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.

Con esta metodología pretendemos ayudar al alumnado a organizar su pensamiento favoreciendo en ellos la reflexión, y potenciando así su autonomía

La selección y uso de materiales y recursos tanto didácticos como la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje constituyen un aspecto esencial de la metodología. El profesorado se implica en la elaboración y diseño de diferentes tipos de materiales, adaptados a los distintos niveles y a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de los alumnos y alumnas, con el objeto de atender a la diversidad en el aula y personalizar los procesos de construcción de los aprendizajes.

Hay una adecuada coordinación entre los docentes sobre las estrategias metodológicas y didácticas que se van a utilizar. Los equipos de Ciclos y el ETCP realizan reflexiones común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados. Esta coordinación y la existencia de estrategias conexas permiten abordar con rigor el proyecto a lo largo del año.

En caso de confinamiento parcial o total, utilizaremos la plataforma GSuite Educaand, plataforma que utilizamos cursos anteriores y que continuamos utilizando en el centro en caso de confinamiento. Gracias a ellas no dejamos de realizar las actividades a través de vídeos, exposiciones en el muro de la plataforma, dialogando con el alumnado a través de la enseñanza telemática, enseñanza que en nuestro protocolo de actuación hemos denominado “Seguimos enseñando”. (En cada actividad se detalla como se adapta la actividad al formato no presencial).

#### En relación con la motivación:

- Graduar en complejidad las actividades y tareas para evitar el fracaso o la fatiga y, en consecuencia, una falta de motivación.
- Garantizar la realización satisfactoria de la tarea, prestándole ayudas didácticas: físicas, verbales y visuales, para que resuelva cualquier actividad o producción con un mínimo de éxito y de calidad en su producción.
- Valorar positivamente su esfuerzo y sus realizaciones, utilizando para ello los reforzadores que más motiven a cada alumno (elogios personales, reconocimiento social, premios, ...)
- Favorecer los aprendizajes útiles y gratificantes, en situaciones naturales, significativas y motivadoras.
- Ofrecer materiales atractivos, dentro de sus intereses y preferencias.

### En relación a la realización de la tarea

- Estructurar el ambiente educativo, controlando estímulos disruptivos para evitar dispersión.
- Asegurar su atención antes de presentar las tareas, instrucciones, materiales.
- Dar instrucciones de forma clara, con un vocabulario sencillo y apoyadas visualmente, repitiéndole a nivel individual las instrucciones dadas en grupo y asegurándonos que las ha comprendido.
- Ajustar a cada alumna las ayudas que pueda necesitar mientras lleva a cabo la tarea (ayuda física, modelos, guía verbal) y retirándolas gradualmente para potenciar su autonomía
- Secuenciar los aprendizajes en pequeños pasos.(principio de estructuración)
- Potenciar que la información le llegue por el mayor número posible de canales sensoriales.(principio de redundancia)
- Ofertar actividades relacionadas con aprendizajes funcionales y de la vida cotidiana, partiendo de lo concreto para llegar a conocimientos más complejos.
- Partir de los conocimientos previos de las alumnas al iniciar nuevos aprendizajes.
- Sistematizar nuestro seguimiento y control en la realización de las tareas, evitando los errores, asegurándonos que las tareas iniciales no dan lugar a equivocaciones, ni someten a las alumnas a los tanteos y fracasos del ensayo-error que, además pueden aumentar su inseguridad.
- Desarrollar la autonomía de Los alumnos priorizando en el primer trimestre los contenidos actitudinales y procedimentales relacionados expresamente con los hábitos de comportamiento (habilidades sociales) y con los hábitos de trabajo.
- Usar una metodología activa, fomentando un clima de participación del alumnado en la dinámica general del aula y en la adquisición de los aprendizajes.

### En relación a la generalización de los aprendizajes.

- Presentar repetidamente los aprendizajes desde distintos ámbitos y en otras situaciones de aprendizaje (aula, fiestas, salidas, actividades extraescolares...)
- Proporcionar material muy variado para un mismo aprendizaje.
- Relacionar los aprendizajes actuales con otros anteriores.

## **7, ACTUACIONES:**

El presente proyecto viene a estar relacionado con el Programa de Creciendo en Salud que se lleva realizando en el centro desde hace varios años unido a nuestro programa de Gestión de Emociones: “Sin emociones, no hay aprendizaje”.

Nos proponemos un proyecto más ambicioso y detallado, ya que pretendemos enfocarlo al alumnado de aula específica de nuestro centro.

Las actividades a desarrollar se vertebrarán en función a dos vertientes: unas serán actividades que integrarán la vida diaria del centro, y por otro lado, otras serán tareas que se trabajarán mensualmente en torno a ciertas efemérides. La idea del proyecto será:

### ***“Mejor agarrados de la mano.”***

Continuamos con la proyecto “Con las pilas cargadas”. Esa energía que necesitamos para realizar nuestras actividades diarias va a depender en gran medida de la forma en la que nos alimentemos. Algunas conductas como los hábitos alimentarios inadecuados y el aumento del sedentarismo entre la población infantil y juvenil, provocan graves problemas de salud que hacen importante el desarrollo de actividades educativas para la promoción de la Alimentación Saludable y la Actividad Física.

Continuaremos con el fomento a una adecuada distribución de la ingesta de alimentos durante el día, el consumo de frutas y verduras y el desarrollo de actividades físicas supondrá el inicio para consolidar unos hábitos saludables que acompañarán al destinatario a lo largo de todas las etapas de su vida. Esta primera unidad didáctica servirá para introducirnos en el mundo de la Alimentación Saludable y la Actividad Física. Los pasos iniciales que sugerimos proponen introducir la Pirámide de la Alimentación Delta por medio de los colores para conocer la importancia y la frecuencia recomendada en el consumo de alimentos. Descubriremos los alimentos básicos y también con la importancia de realizar las cinco comidas diarias: el desayuno, la media mañana, el almuerzo, la merienda y la cena. Llevaremos a cabo iniciativas para cambiar los hábitos de alimentación en la media mañana y plantearemos diferentes opciones para el consumo de alimentos sanos en las fiestas infantiles. Además realizaremos juegos y bailes para mover todas las partes de nuestro cuerpo y promover de forma divertida la actividad física de los escolares.

## INICIO DEL CURSO

### ACTIVIDAD : NORMAS DE CLASE:

#### **TODA ACCIÓN TIENE CONSECUENCIA.**

\_Al inicio de cada curso, en clase se realiza de forma común y consensuada unas normas básicas que ayudan al respeto mutuo y del entorno. En ellas, se le explica al alumnado a través de imágenes sencillas cuáles son las consecuencias si no las cumplimos. Diariamente recordamos las normas sencillas. De esta forma, se hacen partícipes de lo que se decide sin imponer nada y asumiendo responsabilidades.

Una vez que se han decidido, se pasa a diseñar el póster que nos acompañará durante todo el curso escolar que elaboramos entre todos.

Para la realización de normas a veces nos apoyamos en canciones como para la recogida del aula la canción de “A guardar” o para mantenernos sentados en la silla.

A través del diálogo, la observación, actitudes y acciones, realizamos lo que denominamos una evaluación inicial de como es nuestra clase, de lo que necesita y que tenemos que trabajar principalmente.

### Contribución de la actividad en las competencias clave establecidas por la normativa actual.

- ✓ **La competencia de aprender a aprender** es un aprendizaje basado en la investigación, información, planificación, decisión, ejecución y apreciación. Se realiza una reflexión sobre la forma de actuar de cada persona y como afecta a los demás.
- ✓ **La competencia social y ciudadanía** es un trabajo cooperativo: se trabaja en gran grupo. Con ello se desarrollan destrezas y habilidades comunicativas.
- ✓ **La competencia matemática es la** capacidad para resolver problemas y datos que tienen que ir elaborando.
- ✓ **La competencia digital y la de interacción con el medio** los niños/as profundizan en la valoración crítica de los mensajes que quieren reflejar en sus normas. Además, deben tener la capacidad de encontrar determinada información mediante el uso de las TIC para diseño de carteles, imágenes...
- ✓ Con las **competencias lingüísticas** se motiva la habilidad , oral, comprensión oral.

- ✓ Con respecto a la **competencia social y cívica** se pone de manifiesto numerosas estrategias de oposición, integración colaboración, respeto, solidaridad, etc.
- ✓ **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor** capacidad de crear ideas, emociones, expresiones en el trabajo.

## DURANTE EL CURSO ESCOLAR

Durante el curso escolar realizaremos diferentes actividades para fomentar en el alumnado hábitos de vida saludable tratando de que estén en contacto con la

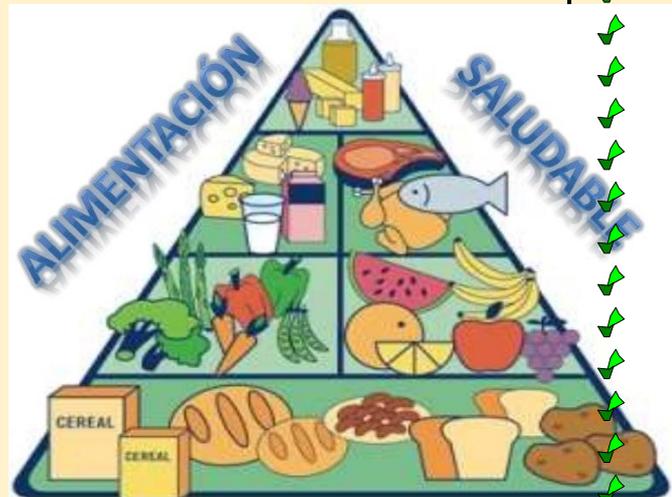
### ACTIVIDAD 1:

### “LA PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS”

Introducir los principios de alimentación y nutrición, proporcionar pautas alimentarias y recomendaciones nutricionales” y los relacionados con la L.O.E. para esta etapa educativa “Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

De esta forma los objetivos se dividen en los siguientes bloques: Dar a conocer:

- La Pirámide Delta de alimentación, sus recomendaciones de consumo y los alimentos que la componen.
- El baile y el juego como inicio a la actividad física. Valorar y sensibilizar acerca de la importancia de:
- Iniciar un cambio en nuestros hábitos de alimentación y de actividad física para mejorar nuestra salud. Fomentar y potenciar:
  - El consumo de alimentos básicos en la dieta diaria.
- La responsabilidad de una alimentación saludable entre familias y escolares.
- Las recomendaciones de consumo de alimentos de la Pirámide Delta de Alimentación.



Esta pirámide de alimentos, la tenemos en clase de manera visual.

OBJETIVOS	CORRESPONDENCIA CURRICULAR
ÁMBITO DE AUTONOMÍA PERSONAL	-Desarrollar los hábitos de cuidado personal y de vida saludable que se derivan de conocimiento del cuerpo humano en sus ámbitos físico, psíquico y emocional.

ÁMBITO DE COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN	-Actuar con autonomía y responsabilidad en la vida cotidiana y participar en las relaciones de grupo, mostrando conductas abiertas y constructivas. -Aumentar su vocabulario conociendo distintos alimentos.
ÁMBITO DEL ENTORNO	-Indagar en los procesos de la percepción sensorial activa y en las posibilidades del sonido, la imagen y el movimiento para la comprensión del ser humano y su interacción con el entorno natural, artístico y cultural.

### -COMPLEMENTAMOS CON EL DESAYUNO:

La tutora trabajará con el alumnado la importancia de complementar el desayuno tomando alimentos a media mañana. Además, acordará con las familias una propuesta de alimentos saludables para la media mañana con el objetivo de complementar un desayuno saludable, al menos tres veces a la semana. Por ejemplo:



Marcamos dos objetivos principales:

- Comprender la importancia del desayuno y la toma de media mañana para estar bien y para poder realizar las actividades diarias y
- Valorar la importancia de desayunar diariamente y complementar esta comida con alimentos saludables a media mañana.

A través de esta actividad diaria fomentamos la responsabilidad de las familias y de los escolares en la adopción de pautas de alimentación saludable, la degustación de alimentos saludables a media mañana como complemento de una dieta saludable, Valorando de la toma de media mañana como complemento al desayuno.

Diariamente el alumnado expondrá los alimentos que ha traído para la toma

de media mañana, analizando si están en los grupos de alimentos recomendados de nuestra Pirámide de alimentos saludables.

Para llevar a cabo esta actividad de manera diaria, activa y participativa necesitamos la cooperación de las familias donde se les explicará por ejemplo la introducción de alimentos saludables a media mañana y en las fiestas infantiles para comenzar así a cambiar hábitos y contribuir a la participación de la familia en la comunidad escolar. Para llevar a cabo esta metodología, el docente deberá motivar al alumnado, servir de ejemplo con sus actos, introducir la Promoción de la Alimentación Saludable. Además, el profesorado intentará que el alumnado adopte un papel totalmente activo, participativo, descubriendo y aprendiendo.

**TEMPORALIZACIÓN:** Esta actividad se realizará a lo largo de todo el curso actual.

### LAS FRUTAS TAMBIÉN BAILAN:

Actividad de expresión corporal en la que se trabaja por medio del baile, la importancia del consumo recomendado de frutas, así como sus propiedades nutricionales. Además, de promover la actividad física de una forma amena y divertida.

Como objetivos principales:

- Aumentar el vocabulario a través de canciones y juegos.
- Bailar y mover el cuerpo para sentirnos bien.
- Motivar a comer más fruta.



La actividad física comenzará repartiendo dibujos de frutas por el porche pegados a las columnas. Los hemos colocado con el alumnado para que vena donde está la fruta. Después sonará la música con la torre de música que necesitamos y que funciona sin cable, con batería. Cuando pare la música decimos el nombre de una fruta y todos se tienen que dirigir donde está la fruta. Para llevar a cabo la actividad necesitamos a los dos PTIS del centro y la tutora. También puede participar la especialista A.L. en su sesión grupal. Como sugerencia podemos poner la canción de los Canta juegos: “Melocotón”.

La actividad se realizará varias veces a lo largo del curso.

### JUEGO DE HACER LA COMPRA

Jugaremos con el alumnado a hacer la compra en el supermercado.

Para ello vamos a necesitar un carrito de supermercado, frutas y verduras de juguetes y una tienda de juguete.

Como objetivos principales:

- Reconocer diferentes alimentos del supermercado saludables: carne, pescado, frutas, lácteos, pan ....
- Representar como se hace una compra relacionándola con la vida diaria.
- Fomentar el juego grupal.



La actividad tiene que estar dirigida y motivada en todo momento por la

tutora quién irá preguntando el nombre de los diferentes alimentos, si les gusta, y el alumnado irá introduciéndola en el carrito.

Después podemos clasificar los alimentos en nuestro rincón de la cocinita, donde necesitaremos una cocinita de juguete con nevera, ya que vamos a clasificar los alimentos que necesitan nevera y los que no.

Esta actividad se repetirá a lo largo del curso.

### PEQUEÑOS CAMAREROS

Esta actividad es muy divertida para enseñarles la importancia del empleado o poner la mesa de forma ordenada y divertida. También aprenderán a servir la mesa sin que se les derrame nada y la recojan de manera ordenada colocando las cosas en su sitio.

Como objetivos principales:

- Importancia de saber poner la mesa.
- Colaborar en casa.
- Ampliar su vocabulario.
- Fomentar la actividad y no el sedentarismo y la autonomía.

La actividad es dirigida por la tutora con la ayuda de los PTIS y la especialista de A. L.

La actividad se realizará varias veces a lo largo del curso.

### COLOREAMOS FRUTA:

Con pintura de dedos y en folios, coloreamos distintos tipos de frutas realizando un mural de un frutero en clase.

Como objetivos principales:

- Desarrollar la motricidad fina y el trabajo individualizado
- Realizar un mural como trabajo grupal.
- Potenciar el vocabulario.

Una vez que esté seco recortamos y el alumnado lo pegará en el mural.

### TRABAJAREMOS LA FRUTA DE TEMPORADA:

Esta actividad consistirá a que durante el curso escolar, traerán fruta de temporada: graná, fresas, mandarinas....

Fomentando así el gusto por la fruta de temporada y ampliando su vocabulario.

### CONTAREMOS CUENTOS:

Durante el curso iremos contando cuentos relacionados con una alimentación saludable. De esta manera, acercaremos al alumnado no solo a conocer el nombre de la fruta, si no que además, trabajaremos la secuenciación de historias, repetiremos el vocabulario, el gusto por leer historias diferentes....

Pongo algunos ejemplos:

1. Un estornudo muy sano
2. El niño y el repollo.
3. La poción de la mala vida.
4. Amigas desde la huerta.
5. El árbol y las verduras.



### VISITAMOS NUESTRO HUERTO ESCOLAR:

Dos veces al trimestre visitamos nuestro huerto del colegio. Una vez plantamos una verdura de temporada y otra vamos a recogerlo.

Con esta actividad fomentamos también el gusto por plantar y conocer frutas y verduras de la huerta.

### EN CLASE TAMBIÉN SEMBRAMOS:

Cuando llegue la primavera, plantaremos varias macetas de fresas y así el alumnado podrá seguir de cerca como crecen las plantas además de cuidarlas.

### HIGIENE PERSONAL:

A través de la higiene y el cuidado personal, van a aumentar su autoestima gracias a una mejor imagen. Esta imagen ha de ir acorde con unos mínimos de autonomía en habilidades de la vida diaria.

El cuidado personal y el de higiene tienen gran importancia y que no podemos descuidarlos, ya que influyen en otros ámbitos como en las relaciones entre iguales, las actitudes del resto hacia el niño/a, aceptación del grupo, etc.

Durante el curso escolar hemos sido seleccionados como centro donde se reparte Fruta y Hortalizas para el alumnado perteneciente al programa Creciendo en Salud, por lo tanto, siempre que llegue la fruta de temporada, aprovecharemos para seguir trabajando tanto vocabulario como actuaciones encaminadas a hábitos de vida saludables.

### TAREAS NECESARIAS DE HIGIENE Y CUIDADO Y AUTONOMÍA PERSONAL QUE TRABAJAREMOS DIARIAMENTE EN CLASE:

- Lavar las manos.
- Lavar los dientes.
- Utilizar el servicio adecuadamente.
- Vestirse y desvestirse (saber utilizar distintos tipos de broches)

Para trabajar las tareas de higiene y cuidado personal en la escuela lo realizaremos de la siguiente manera:

- Siempre debemos presentar al niño/a la tarea que se va a realizar y su importancia.
- Darles instrucciones sencillas y estructuradas.
- Usar un lenguaje claro.
- Asegurarnos de que lo está comprendiendo.

- Le diremos lo que tiene que hacer paso a paso, y le ayudaremos en alguna sub-tarea/paso sólo si es necesario.
- El aprendizaje mediante la subdivisión en tareas es mucho más exitoso.
- Ayuda si es necesaria. Actuar o intervenir si es necesario.
- Inicialmente pueden tener mayor dificultad, por ello existe la posibilidad de realizar las tareas con ayuda y/o guiarles hasta que el niño/a pueda ir logrando mayor independencia.
- Los pasos/subtareas a seguir se presentarán en una cartulina, usando palabras claves y imágenes. Este mural, denominado pictograma, es una forma de comunicarnos fácilmente con él/ella y así, podrá ver todas las subtareas mientras realiza la tarea.
- Usar para trabajar las tareas, además de pictogramas y/o modelos a seguir en vivo (sus familiares) o videotutoriales, será muy positivo usar otras técnicas de memoria como recitar y cantar.
- Ser conscientes de que la memoria visual es mejor que su memoria auditiva.
- Requieren de mayor tiempo para la interiorización de tareas por ello debemos respetar su ritmo y entender su tiempo.
- Se trabaja inicialmente durante tiempos cortos e ir prolongándolo poco a poco.
- Tener siempre presente la importancia de la motivación. Sin motivación un buen aprendizaje es imposible.
- Se puede repetir alguna tarea pero si se repiten mucho pueden agobiarse y cansarse. Es aconsejable aprovechar situaciones reales para trabajar las tareas de cuidado personal.
- Si se conoce los pasos a seguir, se pueden repasar los pasos/subtareas a seguir con él/ella.
- Animarlos siempre, decirles lo que han hecho bien.

Con el alumnado siempre somos:

- **Flexibles**
  - Estar atento al niño/a.
  - Ayudarle y adaptar la tarea a sus necesidades.
  - Nivel de exigencia adecuado a él/ella.
- **Respetuosos**
  - Respeto y aceptación.
  - Crear situaciones de bienestar y relajadas.
- **Alegres**
  - Tener buen humor.
  - Ser consciente y hacerles saber al niño/a sus logros. Los logros pequeños de otros niños para el niño/a con DI son un triunfo.
  - Crear momentos de felicidad.
- **Positivos**
  - Creer en él/ella.
  - Animarle.
  - Nunca enfatizar en el error. Enfatizar la parte de la tarea o actividad que realizó correctamente.
- **Pacientes**
  - Respetar su ritmo, entiende su tiempo.

## Recursos (ejemplos de cómo trabajar tareas concretas de higiene y cuidado personal)

**Lavar las manos.** Los niños y niñas durante el día tocan cantidad de objetos que tienen gérmenes, por ello hay que lavarse las manos con frecuencia. Normas generales a conocer:

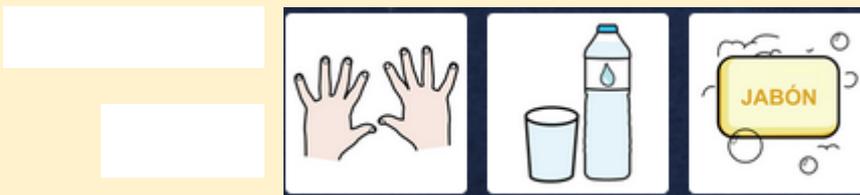
- Lavarse las manos varias veces al día: antes de comer, después de ir al baño y después de toser o estornudar.
- Lavarse las manos siempre con agua y jabón.
- Una vez lavadas las manos, las manos se deben secar con una toalla limpia.

Recursos útiles para conocer cuando debe el niño/a lavarse las manos.

[https://youtu.be/u9VRETUH\\_BQ](https://youtu.be/u9VRETUH_BQ)

Enlace de vídeo con canción para lavarse las manos.

En función del niño y de su dificultad posibilidad de poner las normas generales a conocer en la pared del baño. Estas normas serán visuales y con palabras clave.



1. **Lavar las manos**    2. **Con agua**    3. **Con jabón**



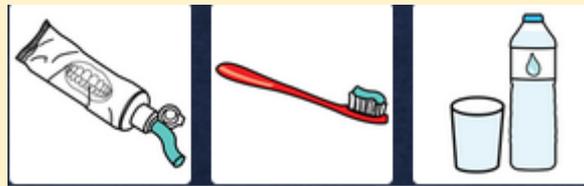
- 1. Las **manos lavadas**    2. Secar las manos con la **toalla**

Elementos que vamos a trabajar:

- Jabón
- Agua
- Toalla

Pasos a seguir para el lavado de manos. Nos dirigimos al baño. Seguimos los pictogramas anteriormente explicados.

- Abrimos el grifo.
  - Humedecemos las manos.
  - Cerramos el grifo.
  - Cogemos el jabón.
  - Aplicamos jabón en nuestras manos (contar hasta 10).
  - Abrimos el grifo.
  - Enjuagamos las manos hasta quitar todo el jabón (contar hasta 10).
  - Cerramos el grifo.
  - Cogemos la toalla.
  - Nos secamos las manos con la toalla.
  - Dejamos la toalla.
- 
- **Lavar los dientes.** Necesidad de coger el habito de lavarse los dientes, mínimo dos veces al día. Aconsejable tres veces al día.



Lavarse los dientes con **pasta** y **agua 3** veces al día

Elementos que necesitas: (etiquetado en los elementos, pictograma y ayuda de otra persona si es necesario)

- Pasta dental.
- Cepillo de dientes más eficaz de pilas o tres cabezales. Muy importante contar con un cepillo adecuado. Numeración ideal entre 30-40.
- Toalla.

Subtareas o pasos a seguir para el lavado de dientes:

- Nos dirigimos al baño.
- Cogemos el cepillo.
- Abrimos el grifo.
- Pasamos el cepillo por el grifo.
- Cerramos el grifo.
- Echamos la pasta de dientes en el cepillo.
- Dejamos la pasta de dientes en su sitio.
- Nos frotamos los dientes con el cepillo.
- Nos cepillamos la lengua.
- Abrimos el grifo.
- Enjuagamos la boca con abundante agua.
- Limpiamos el cepillo.
- Cerramos el grifo.
- Dejamos el cepillo en su sitio.

- Nos secamos las manos con una toalla.

Posibilidad de ver mediante un videotutorial cómo trabajar en una situación real el lavado de dientes.

- **Vestirse y desvestirse.** Necesidad de ser capaces de vestirnos y desvestirnos autónomamente. Si el adulto compra su ropa, siempre que sea acorde a su edad y a la moda actual. Si él o ella es capaz y puede elegir su ropa preguntarle y tenerle en cuenta. Trabajaremos la tarea del vestido haciendo que el niño se lo pase bien y disfrute.



Pautas a seguir:

- Empezar con cierres sencillos (belcros), más adelante cierres más complejos (cremalleras, botones)
- Si tiene grandes dificultades para realizar todas las subtareas de la tarea puede realizar alguna subtarea mas sencilla el solo o con menos ayuda y otras con más ayuda. Es decir, existe la posibilidad de focalizar la atención en el trabajo de una o varias subtareas. Siempre daremos respuesta a las necesidades del niño.
- Gradualmente aumenta el número de subtareas a trabajar.
- Hacer uso de un pictograma/mural para que el niño/a pueda seguir los pasos de la tarea: usar imágenes claras.
- Inventar una canción con los pasos a seguir es un buen método.
- Aprender a vestir a los muñecos si les gusta a los niños/as puede ayudar.
- Para enseñarle cual es la parte delante y cual es la parte de atrás jugar a que busque la etiqueta.
- Felicitarle mientras realiza la tarea. Nos alegraremos de cada subtarea que logre.
- Ser pacientes. Respeta su ritmo, entiende su tiempo.

Elementos que necesitas para trabajar: (los elementos pueden variar en función de la vestimenta)

- Ropa interior
- Calcetines
- Pantalón
- Sudadera o jersey
- Calzado

Pasos a seguir para el vestido:

- Coger la sudadera/jersey /abrigo.
- Poner la sudadera/jersey/abrigo .

Temporalización: Diariamente durante todo el curso escolar.

Material necesario: Un mueble pequeño para poder poner sus cosas de aseo y muñecos para practicar el vestir, desvestir, abrochar y desabrochar botones, velcro, zapatos....

## ACTIVIDAD 2:

### SESIONES DE HIPOTERAPIA O EQUINOTERAPIA

#### Justificación de las sesiones

Las actividades orientadas con caballos con el propósito de contribuir positivamente al desarrollo cognitivo, físico, emocional y social en las personas con algún tipo de discapacidad o necesidad espacial. Se concibe al caballo como herramienta de trabajo y como elemento integrador, rehabilitador y reeducador. Los efectos terapéuticos van a influir en el paciente proporcionándole muchos beneficios.

Las sesiones se estructuran de forma continuada en el tiempo y a través de la relación y el vínculo que se establece entre el animal, terapeuta y cliente, apoyando aquellos aspectos del alumnado que precisen de mayor atención y desarrollo, definiendo una propuesta de trabajo personalizada. Estas terapias requieren de una continuidad para que surtan efecto en el alumnado, pero requieren de un coste elevado. A continuación, mencionaré beneficios para el alumnado:

- Mejora el tono muscular, la deambulación y coordinación (el caballo siempre está en movimiento y el paciente tiene que adaptarse y reaccionar ante los movimientos de este).
- Disminuye la espasticidad.
- Se adquiere o se mejora el control postural.
- Logra el enderezamiento corporal.
- Mejora el equilibrio y la movilidad.
- Mejora la calidad del movimiento.
- Estimula la psicomotricidad y el control de los reflejos.
- Gracias al movimiento variable rítmico y repetitivo del caballo la respuesta del paciente son movimientos semejantes a los de la pelvis humana durante la marcha.



- Favorece la comunicación y el comportamiento, así como el lenguaje y la sociabilización.
- Aprende a relajarse.
- Disminuye los movimientos involuntarios.
- Mayor grado de autosuficiencia.
- Genera motivación (sobre todo en niños).
- Mejora la calidad de vida.

### **Objetivos:**

- Contribuir positivamente al desarrollo cognitivo, físico, emocional, y ocupacional utilizando al caballo como elemento integrador y reeducador.
- Estimular el sistema nervioso y muscular, realizando estiramientos, relajación y fortalecimiento de los músculos.
- Desarrollar el sistema propioceptivo.
- Fomento de la integración sensorial (táctil, visual, auditivo).
- Desarrollar la conciencia e imagen corporal.
- Estabilizar el tronco y de la cabeza.
- Desarrollar el equilibrio horizontal y vertical (estimulación del sistema vestibular).
- Fomentar de la coordinación psicomotriz gruesa y fina.
- Desarrollar de la lateralidad.
- Incrementar la elasticidad, agilidad y fuerza muscular.
- Mejorar el estado físico general.
- Aumentar la atención y concentración.
- Eliminar temores personales.
- Incremento de autoconfianza y autoestima.
- Aumentar de la capacidad de adaptación.
- Disminución de impulsos agresivos.
- Desarrollo de la responsabilidad.
- Desarrollar el respeto y el amor hacia los animales.

- Estimulación del sistema respiratorio.

## EJERCICIOS Y JUEGOS TERAPÉUTICOS

La hipnoterapia activa utiliza a menudo ejercicios y juegos a caballo entre el paciente y el terapeuta. Su uso estimula y motiva al paciente.

Podemos dividir los ejercicios según al área al que están dirigidos:

- Ejercicios dirigidos al **área emocional**.
  - Acicalar al caballo antes de montar.
  - Acariciar varias partes del caballo.
  - Darle de comer.
  - Escuchar los ruidos que hace el caballo.
  
- Ejercicios de **sensopercepción**. Busca fomentar la percepción e integración sensorial de las distintas áreas:
  - **Área auditiva**: por ejemplo, el paciente monta a caballo con los ojos cerrados y escucha un instrumento de percusión y tiene que decir cuántos golpes han sido, o cuando deje de escuchar el instrumento tiene que parar al caballo.
  - **Área vocal**: imitar sonidos de animales o decir fuerte las vocales al ritmo del aire del caballo.
  - **Área visual**: seguir un circuito de obstáculos evitándolos con el caballo.
  - **Área táctil**: acariciar distintas partes del caballo con los ojos cerrados
  
- Ejercicios para la **coordinación psicomotriz**:
  - Ejercicios neuromusculares:
    - Cabeza y cuello (girar, ladear e inclinar la cabeza).
    - Hombros (subir, bajar y rotar los hombros...).
    - Brazos (estirar y doblar codos, estirar, subir brazos, péndulo...).
    - Manos y muñecas.
    - Tronco (rotar, inclinarse, tumbarse sobre el caballo, etc.).
    - Musculatura abdominal, dorsolumbar, glútea y pélvica.
    - Piernas (levantar, doblar, mover, cruzar las piernas...).
    - Pies y tobillos.
  - Ejercicios de lateralidad.
  - Reeducción postural global (RPG).
  - Estiramientos.
  - Ejercicios socio integrativos: se trabaja con dos o tres niños y se realizan actividades en los que interactúan entre ellos.

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS DE RELAJACIÓN:

- Respiración rítmica: la monta a caballo (especialmente el trote) favorece la respiración profunda por sí sola, pero además junto con la respiración rítmica se puede lograr más rápido una relajación muscular. La base del ejercicio consiste la espiración. Es importante que exhale todo el aire y que se concentre por completo en su espiración, que siempre debe hacerse por la boca. Mientras más fuerte sea la espiración, más profunda se vuelve la inspiración. Aprovecharemos el ritmo del paso del caballo. En niños les podemos indicar que soplen una vela encendida o que soplen un silbato. Esta técnica tiene tres efectos principalmente:
  - El caballo empieza a resoplar con fuerza y relaja su musculatura.
  - El paciente relaja su musculatura también y empieza a emplear la respiración abdominal e intercostal.
  - El paciente capta con más facilidad el ritmo del movimiento del caballo, adaptándose mejor al mismo.
- Sugestión verbal: es importante que transmitamos y hagamos saber al paciente que moverse es fácil y no es un gran esfuerzo. Le enseñamos que el caballo es el que trabaja y el que se mueve por él. Si las palabras “fácil, suave, ligero, tranquilo” se repiten a menudo, el paciente desiste de su gran esfuerzo y empieza a relajarse y por tanto su musculatura también

**Temporalización: realización de dos sesiones trimestrales.**

### ACTIVIDAD 3:

#### CONTINUACIÓN DEL RINCÓN SENSORIAL

Se trata de integrar dentro de tu aula un espacio multisensorial que proporcione abundantes y diversos estímulos sensoriales: visuales, auditivos, táctiles, olfativos y gustativos...

La estimulación sensorial persigue un doble objetivo:

- Fomentar el máximo desarrollo de las capacidades sensoriales
- Potenciar el desarrollo cognitivo a través de una buena educación sensorial
- Poder integrar, procesar y entender mejor los diferentes estímulos de forma coherente.
- Comprender mejor la información de su entorno y relacionarse con él.
- Regulación emocional.

Es una herramienta excelente para trabajar con el simbolismo y la generalización necesarias para el desarrollo del lenguaje expresivo y la comunicación con otro, ofreciendo un entorno coherente para convertir las peticiones del alumno/a en acciones motivadoras. De

esta forma, podemos trabajar peticiones básicas de objetos hasta conceptos como el color o las acciones. Ofreceríamos al alumnado actividades relevantes y diferentes. Todas las actividades de orden y clasificación ayudan a los peques a crear un orden mental que facilita el aprendizaje posterior en cualquier ámbito. Para presentarles las primeras actividades de clasificación tenemos que presente que tienen que ser sencillas, o sea, deberán seguir un único criterio a la vez, de forma, de tamaño o de color.

MATERIALES QUE NECESITAMOS Y ACTIVIDADES:

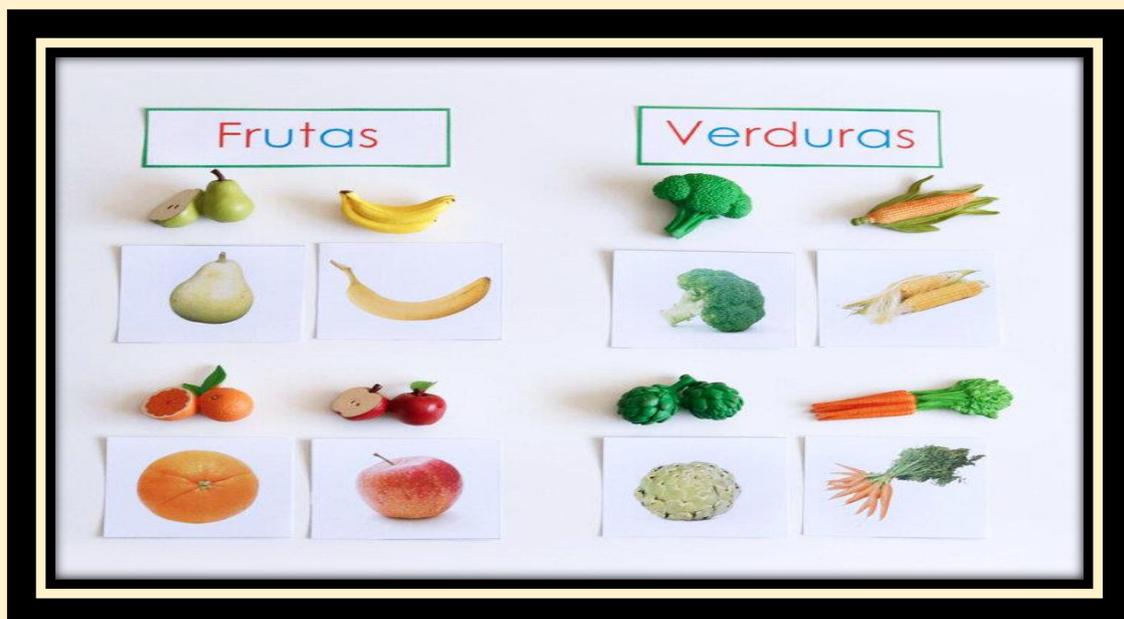
### 1. EL RINCÓN DE LA VISTA. Llénalo de:

–**OBJETOS DE DIFERENTES COLORES:** columnas de burbujas, fichas de contrastes de blanco y negro con figuras geométricas, fibras luminosas, bolas de discoteca. Hamaca y colchonetas para suelo y pared.

–**LUCES DE DIFERENTES TONALIDADES:** linternas con y sin filtros de colores, proyector de imágenes, lámparas de lava, lámparas con sensores que se activan con el tacto o el movimiento., mesa de luz, bandejas con espejos.

Objetivo principal: Coordinación óculo manual. Refinamiento de los sentidos.

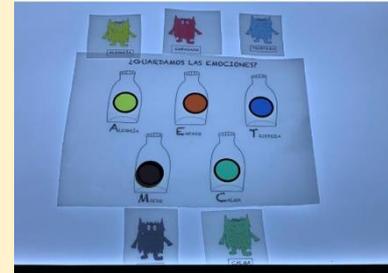
ACTIVIDADES QUE PODEMOS HACER:



- Poner una cesta con frutas y otras con verduras.

Poner fotos con las mismas frutas y verduras. El alumnado tendrá que coger una fruta o verdura y relacionarla con la tarjeta

- Con la mesa con luz explorar colores, formas geométricas, formas de animales, ... comparan figuras,
- Se pueden contar cuentos en la mesa con luz que ayuda a la concentración.
- Pueden dibujar sobre la mesa con luz.



### 3. EL RINCÓN DEL TACTO

El sentido del tacto juega un papel muy importante en edades tempranas, es su primer medio de comunicación. Permite al niño/a conocer lo que le rodea y conocerse a sí mismo. Le permite perfeccionar sus destrezas, sentirse cómodo y seguro.

En esta actividad es muy importante el lenguaje, ya que al tocar cada textura podemos verbalizar la característica de cada una: es suave, es áspero, es liso, rugoso... ¡con frases cortas mejor!

Objetivo principal: Refinamiento de los sentidos, conocimiento del vocabulario.  
Coordinación óculo—manual.

Necesitamos con objetos de diferentes texturas, volumen, peso, temperatura...  
y decora tu rincón con:

- pelotas de diferentes tamaños y peso
- cepillos
- esponjas
- plumas
- muestrario de telas (pana, raso, seda, felpa, o incluso lija)

-globos rellenos de arroz, garbanzos o lentejas

-cuerdas

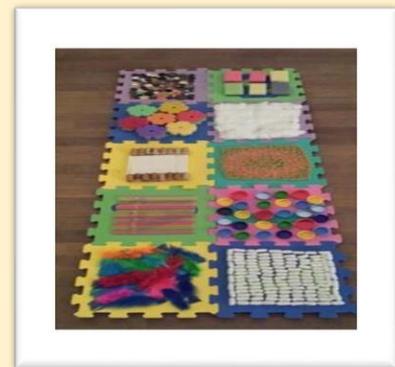
-caminar sobre diferentes texturas.

-Botellas transparentes de plástico para rellenarlas de diferentes cosas: arena, piedrecitas, pétalos....

-Bandejas con agua y diferentes objetos.

### ACTIVIDADES QUÉ PODEMOS HACER:

- Comparación de texturas y buscar iguales.
- Decimos “esta es igual o esta es diferente”.
- Buscamos piezas iguales con los ojos cerrados.
- Tableros con casitas
- Cestas con pelotas de distintos tamaños y texturas. Juego libre.
- Pescar con agua diferentes objetos les ayuda a la concentración y a la calma.



- Actividades con botellas de diferentes peso: Igual -diferente peso.
- Emparejar botellas del mismo color, forma, peso....

#### 4. EL RINCÓN DEL OÍDO:

Podemos introducir a los niños/as en las formas musicales desde muy temprana edad utilizando cuerdas y tubos metálicos de diferentes tamaños, panderetas de distintos tipos y tamaños, xilófonos y cualesquiera cosas que emita sonidos agradables.

Objetivo: Refinamiento del oído. Reconocimiento de sonidos. Emparejar sonidos.

ACTIVIDADES QUÉ PODEMOS HACER:

- Emparejar sonidos iguales.
- Taparnos los ojos y adivinar que instrumento es.

Busca objetos y aparatos que proporcionen música y sonidos:

-una radio

-una caja de música

-instrumentos musicales, maracas, panderetas, congas, martillos sonoros, cascabeles, campanillas, flautas, armónicas, etc.

-Cuentos con sonidos.

#### 5. EL RINCÓN DEL GUSTO para crear un espacio de estimulación sensorial:

Objetivo: Reconocimiento de sabores.

ACTIVIDADES QUÉ PODEMOS HACER:

- Buscar dos sabores iguales con 8 botes de gotero iguales. Los sabores pueden ser zumos, batidos, agua....
- Identificar alimentos por su saber.
- Decir si un alimento es dulce, salado,
- Dejar el cesto al alcance de los niños/as para que lo explore libremente. Si ponemos frutas o verduras muy diferentes entre sí, descubrirán las distintas texturas, pesos, formas, olores.
- Con un pañuelo para vendarse los ojos: así se conseguirá trabajar gusto y olfato a la vez una cesta de fruta

-una cesta de verdura

-cesta con trocitos de queso, frutos secos

-cesta con tarritos de especias

### **TEMPORALIZACIÓN: Todo el curso escolar**

A la hora de realizar las actividades es importante tener en cuenta lo siguiente:

1. Escoger el momento para que no haya interrupciones.
2. Preparar la actividad y luego déjala fluir.
3. Si se descubre que no es el momento, que el alumno/a no estaba en el humor ideal o que simplemente no está saliendo bien. No lo tomes a la fuerza, respira profundo y guarda la actividad para otro momento.
4. Si notas que el niñ@ está utilizando la actividad para dañar los materiales, tirarlos y que no le interesa, mejor retirarla.
5. Has propuestas de actividades que se adapten a la edad de los niños/as y a sus intereses.
6. Presentar las actividades con reglas claras de orden y limpieza.
7. Presentar las actividades para que se hagan de una forma, pero dando libertad de expresión al niño y dejándole explorar nuevas formas.
8. Escoger el ambiente adecuado para cada actividad, que pueda ensuciarse, que sea cómodo y con todos los elementos necesarios para no interrumpir la actividad.
9. Cuando presentas una actividad por primera vez, muestra cómo se hace.
10. No interrumpir al niño/a si tiene momentos de concentración.
11. Respetar sus ritmos, permítele explorar a su propio ritmo.
12. Respeta su forma de hacer las cosas.

### **ACTIVIDAD 4:**

#### **MUSICOTERAPIA**

En” Musicoterapia en Educación Especial “ la maestra/o utiliza la música para ayudar a los alumnos/as a adquirir un conocimiento no musical y destrezas que son esenciales para la educación. En este caso, el aprendizaje musical es secundario, la música se hace importante precisamente porque está ligada a los siguientes objetivos:

- No es formar músicos, si no mejorar la afectividad, la conducta, la perceptiva motricidad, la personalidad y la comunicación.
- Dotar al alumnado de unas vivencias musicales enriquecedoras que estimulen su actividad psíquica, física y emocional.
- Integrar social y grupal al niño/a.
- Desarrollar la discriminación auditiva.
- Integrar y desarrollar el esquema corporal.

- Liberar posibles energías reprimidas.

### BENEFICIOS DE LA MÚSICA:

El uso de la música en cuanto al ámbito educativo se refiere ha sido el modo en que ciertos tipos de música favorecen la concentración y predisponen hacia la alegría y la tolerancia, el trabajo cooperativo y la organización. Al incorporar música, con melodías o ritmos determinados, se crea un ambiente que puede invitar al alumno/a a interactuar con su entorno y con los demás, con más apertura y menos dificultad.

Es importante distinguir entre la musicoterapia activa, donde el protagonista se involucra con la música y sus actos como cantar, moverse... y musicoterapia pasiva basada en la escucha y donde la persona se involucra poco.

### **Temporalización: Cada dos semanas a partir del mes de marzo del curso.**

Todas las actividades están relacionadas con el manejo de instrumentos musicales o material sonoro, incluida la relajación. Por tanto, el uso de instrumentos es imprescindible para el taller.

Nos apoyamos en imágenes como guía durante la sesión para que el alumnado pueda seguir mejor la clase.



El alumnado participará en la canción de bienvenida, unos a través de signos y los que tienen lenguaje oral cantando las canciones al resto de sus compañeros/as.

Siempre que se termina una actividad aplaudimos y elogiamos verbalmente lo bien que lo han hecho. El alumnado también anima a sus compañeros/as para crear un ambiente lúdico, gratificante y motivador.

Cuando realizamos música activa, es decir, bailando la participación es alta y lo hacen según sus ritos de la música, estilo libre.

La música es algo que impregna nuestras vidas, nos cautiva y nos mantiene atentos, estimula varias regiones cerebrales y a través de la podemos estructurar el tiempo de manera clara y fácil de comprender, creando un contexto social seguro y estructurado para la comunicación verbal, gestual, facilita la interacción y favorece la expresión de uno mismo, se graba en la memoria y en las emociones.

## ACTIVIDADES A REALIZAR:

- **Utilizar nuestro propio cuerpo** para hacer música. El cuerpo humano es el mejor y más potente instrumento musical. Con él creamos sonidos que simulen la percusión: dando palmas, tocándonos la tripa, dando palmas sobre los muslos o los mofletes, haciendo sonidos bucales...
- Otra actividad que además **nos permite estar en contacto con la naturaleza**, es el hecho de imitar sonidos de ella: Si realizamos alguna salida a la granja escuela y escuchemos los cantos de los pájaros, el discurrir del agua por el río, los caballos, perros, ...
- **Realizar movimientos con la mano juntos.**  
Hay muchas canciones que vienen con movimientos de manos como “Itsy Bitsy Araña” o “Ram Sam Sam”. Los movimientos son sociales y pueden aprender lo que los demás hacen y ayudan a la memoria. También con otras partes del cuerpo.
- **Represente las palabras:**  
Si una canción tiene la palabra por ejemplo “arriba, arriba”, lo hacemos levantándonos para que el alumnado se ponga de pie y cuando cante “abajo, abajo”, nos agachamos, así el alumnado participa y se mueve.
- **Fomentamos la comunicación:**  
Cantamos canciones con rimas simples y dejamos la última palabra para que respondan.  
**Caminamos al ritmo de la música.** Esta actividad la podemos realizar al aire libre con la torre de música.  
Caminaremos al ritmo de la música.
- **Utilizamos la respiración.**  
Con trompetas de juguetes, cada una de un color, le pedimos que la sople. Cuando suena se recibe una respuesta instantánea muy simpática. Ayuda al alumnado a controlar su boca y por lo tanto facilita la alimentación y el habla.
- Le damos al **alumnado distintos instrumentos** para que los toque libremente y se diviertan.
- Le damos al alumnado un instrumento y les explicamos que vamos a cantar la canción de “Debajo de un botón”, solamente pueden tocar el instrumento cuando diga: “ton, ton, ton, o tin, tin, tin”. Es divertido y les gusta. Así **aprenden a utilizar el instrumento en un momento determinado**, y aprenden a esperar.
- Le enseñamos **sonidos fuertes y débiles** en el ordenador.
- **Cantamos canciones de corro** y las representamos tipo “El patio de mi casa”
- **Realizamos canciones de relajación** de manera diaria.
- Utilizamos **canciones en distintos momentos del día** como para guardar los juguetes.
- Utilizamos también **juguetes con sonidos y con música**. Les estimula a hablar y les estimula los sentidos.
- **Música con emociones:** el alumnado pinta con pintura de dedos mientras escucha diferentes piezas musicales y observamos como reacciona cuando escucha música más relajante o más movida.
- Le enseñamos **el nombre de los instrumentos**.
- A veces, simplemente, cantamos **canciones todos juntos** sentados en círculo al aire libre.

## ACTIVIDAD 5:

### PSICOMOTRICIDAD.

La psicomotricidad es la técnica que ayuda a niños/as a **dominar sus movimientos corporales** de una forma sana, así como a mejorar su relación y comunicación con los demás. El principal beneficio que tiene la psicomotricidad es el **fortalecimiento de la salud física y mental** del escolar.

Objetivos principales:

1.Potenciar y trabajar el desarrollo motriz, cognitivo, comunicativo y afectivo. El alumnado juega y aprende mediante su relación con los demás y por medio del movimiento.

En clase trabajaremos dos tipos de psicomotricidad tanto dentro como fuera del aula:

. **Psicomotricidad fina:** tareas pequeñas y delicadas que se puedan hacer con los dedos o con músculos faciales como coger cosas, hablar, pintar, hacer la pinza con los dedos de las manos....

-**Psicomotricidad gruesa:** movimientos grandes del cuerpo, como jugar a la pelota, saltar, andar, mover la cabeza....

Ejemplos de actividades para estimular la motricidad gruesa:

1.**Realizar actividades con aros:**

-Coger el aro con las dos manos como si fuese un volante y movernos con la canción “Mi auto bochinchero”, “En el coche de papá”

- Meter un brazo dentro del aro o un pie.

-Sujetar el aro con una mano.

- Coger los aros de un mismo color.

2.**Actividades con las pelotas:**

- Lanzar las pelotas a la pared.

- Meter pelotas en una caja.

- Meter la pelota en una canasta pequeña.

- Ponernos las pelotas en distintas partes del cuerpo.

3.**Circuitos.**

- Realizar pequeños circuitos en el patio de Ed. Primaria donde tengan que seguir un camino con cintas, cuerdas, aros, figuras de pies y manos, tubos.

- Realizar pequeños circuitos en el gimnasio con diferentes materiales de gomaespuma, escaleras, cilindros, etc.

4.**Utilizar el paracaídas.**

- Agarrar, levantar, mover con fuerza y soltar entre todos el paracaídas.

5.**Utilizar pelotas grandes.**

. Sentarnos, empujar las pelotas grandes.

6.**Movernos libremente por el gimnasio al ritmo de la música:**

Arrastrarnos por suelo, imitar animales, imitar emociones con tarjetas,..

### 7.Sesiones de psicomotricidad con bicicletas:

Realizaremos en el patio de Ed. Primaria, una sesión semanal con bicicletas para que el alumnado realice ejercicio. Las bicicletas tienen que ser adaptadas a sus necesidades.

**Estas actividades se realizarán una vez al mes durante el curso escolar.**

**Las actividades acuáticas** son divertidas, refrescan, alegran y relajan. Pero la natación es más que eso: es uno de los deportes más completos, y un camino para corregir varios problemas de salud. Los médicos de diferentes especialidades recomiendan la práctica de la natación para las más variadas terapias porque fortalece el organismo ante diversas enfermedades tales como el asma, molestias musculares y articulares, hernias de disco, estrés. Puede utilizarse de forma correctiva y preventiva, ayudando al mantenimiento de una postura correcta y a eliminar o atenuar deformidades, y en general, contribuye al desarrollo psíquico de sus practicantes.

Aprovechando que junto al colegio hay un centro deportivo llamado **INACUA**, con piscina, realizar dos sesiones al trimestre de natación. Esta actividad requiere de un coste económico.

## ACTIVIDAD 6:

### MARCHA POR LA PAZ.

Es una actividad física y deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad ajustándose a las posibilidades de los practicantes y manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate. Supone un ajuste o adaptación en las reglas y el material utilizado con el fin de fomentar la participación y efectiva de todos los participantes. Sabemos de sus beneficios a nivel de sensibilización, conocimiento y respeto a la diferencia, así como de fomento de hábitos de vida saludable a través de estilos de vida activos.

Queremos favorecer la práctica del deporte en todo el alumnado apostando por un **deporte inclusivo** ya que mejora la condición física, mejora la coordinación, previene las enfermedades por la falta de movilidad y favorece la seguridad y flexibilidad de las personas.

El deporte es una herramienta muy efectiva para la inclusión social de los colectivos más desfavorecidos.

#### OBJETIVOS:

- Promover la autosuperación.
- Mejora la autoconfianza.
- Disponer sanamente del tiempo libre y el ocio.
- Promover el deporte como estilo de vida. Establecer el deporte como medio de integración. Mejorar las cualidades perceptivo-motoras.
- Adquirir y perfeccionar las capacidades condicionales y coordinativas

- Contribuir a mantener y mejorar las funciones corporales obtenidas en su etapa de tratamiento físico individual.
- Mejorar las funciones motoras, sensoriales y mentales.
- Estimular el crecimiento armónico, previniendo deformidades y vicios posturales.
- Desarrollar las técnicas específicas de la disciplina deportiva que corresponda.
- Medio de integración.
- Adquirir y perfeccionar las capacidades condicionales y coordinativas.

## ACTIVIDAD 7:

### JORNADAS CULTURALES:

#### “ACTIVIDADES ADAPTADAS”

“Actividades inclusivas” donde el alumnado de A.E. participa de forma activa en todas las actividades, bien a nivel grupal o bien en los murales que se realizan en el centro. Según la temática que se realice las Jornadas, realizaremos las actividades.

*Nuestro alumnado de A. E. estará integrado en las diferentes actividades y juegos.*

*En nuestro centro, en la gran mayoría de las aulas ordinarias, tenemos alumnado con modalidad B, los cuales están integrados en el aula y en la convivencia del centro.*

*Somos un centro INCLUSIVO, o como nos gusta llamarlo un centro de CONVIVENCIA donde todos cabemos sin dejar a nadie fuera.*

### 8. EVALUACIÓN:

Al final de curso el Equipo Docente, junto con el Equipo que ha desarrollado el proyecto realizará una evaluación sobre los logros conseguidos con el alumnado y las dificultades encontradas y las propuestas de mejora.

Esta evaluación será llevada al ETCP y después al Claustro. Después la coordinadora realizará una Memoria final.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INDICADORES	CONSEGUIDO	EN PRO-CESO	NO CON-SEGUIDO
<b>EN RELACIÓN CON LOS ALI-MENTOS</b>	Nombra de forma adecuada al-gún alimento.			
	Lo relaciona con un igual alguna fruta o verdura			
	Muestra interés por comer fruta			
	Muestra interés por otro tipo de alimentos.			
	Se alimenta de forma adecuada durante el desayuno saludable.			
<b>ACTIVIDADES SENSORIALES</b>	Disfruta en el rincón sensorial.			
	Muestra interés por participar.			
	Reconoce diferentes texturas.			
	Empareja alguno de los juegos sensoriales.			
	Amplia su vocabulario			
	Descubre diferentes sonidos.			
	Muestra interés por objetos con luz			
	Juega de forma libre.			
	Tolera actividades de estimula-ción			
<b>ACTIVIDAD HIPO-TERAPIA Y EQUI-NOTERAPIA</b>	Mejora su postura corporal			
	Se comunica más.			
	Ha mostrado interés por la activi-dad.			
	Ha disfrutado.			
	Reconoce a su caballo			
<b>PARTICIPA EN LOS DE AGUA AJUSTÁNDOSE A LOS OBJETIVOS DE LOS JUEGOS</b>	Disfruta y participa con la pis-cina.			
	Muestra alegría e interés.			
	Mejora su técnica.			
	Se comunica con mayor entu-siasmo			

<b>RESUELVEN PROBLEMAS MOTÓRICOS A PARTIR DE LAS ACTIVIDADES PREVISITAS</b>	Camina mejor			
	Mejora su postura al sentarse.			
	Coordina más sus movimientos.			
<b>PSICOMOTRICIDAD</b>	Se mueve por espacios libres.			
	Participa en las actividades.			
	Mejora en aspectos motrices como agarre, soltar, mover....			
	Reconoce y nombra partes del cuerpo.			
	Imita emociones.			
	Hace buen uso de la bicicleta.			
<b>JORNADAS CULTURALES</b>	Muestra interés y participa.			
	Emplea expresiones de entusiasmo.			
	Aplica habilidades en algunos deportes			
<b>PROPUESTAS DE MEJORA:</b>				
<b>DIFICULTADES ENCONTRADAS.</b>				

### **9. RECURSOS Y MATERIALES:**

Para poder llevar a cabo todas las actividades necesitamos una serie de materiales y recursos necesarios para su desarrollo adecuado y su posterior evaluación. Los materiales que se requerirán para el desarrollo de las distintas actividades son los siguientes:

- Salida a la piscina del Inacua.
- . Salida a la actividad de hipoterapia y equinoterapia

- **Material fungible** de uso escolar habitual: cartulina de colores, papel continuo de colores para forrar las puertas y otras actividades, pinturas, pegamento, tijeras, pos-it, rotuladores, etc. (350euros)

- Compra de libros y cuentos anteriormente mencionados y otros que surjan de la temática. (350euros).

- Compra de nuevo material sensorial.

- Realización de terapias de musicoterapias.

- . Terapias de perros.

- Actividades de psicomotricidad.

### **10. DIFUSIÓN PREVISTA DE LAS MEDIDAS Y ACTUACIONES:**

Las tareas que se realicen en el centro deben ser conocidas por la comunidad educativa. El fin último es que los aprendizajes adquiridos se proyecten en el medio más cercano del alumnado, es decir, las familias y el entorno del barrio. Para ello, se irán exponiendo, previa autorización de las familias en:

- **Web** del centro.

- Blog de la Biblioteca** del centro.

- **Exposiciones** temporales y permanentes en el propio centro.

Por otro lado, decir que queremos hacer visible a la comunidad educativa nuestros avances en la materia y para ello se propondrá llevar estas buenas prácticas a:

- **Web Málaga Educación.**

- Málaga educación: **Web de la delegación de Málaga** que hace visible las actuaciones de los distintos centros educativos.