The page features a decorative graphic on the right side consisting of three overlapping circles in shades of blue, arranged vertically. Two thin blue lines extend from the top left towards the circles, and a larger blue shape is partially visible at the bottom right.

Programa de Recreos: fomentando la inclusión de alumnos con Trastornos del Espectro del Autismo y dificultades sociales

Autismo Burgos

Proyecto para fomentar las habilidades socio-
emocionales

María Merino Martínez
Christian García Serna

Justificación

Los niños/as con Autismo de Alto Funcionamiento o Síndrome de Asperger (en adelante AAF/SA), presentan un patrón de alteraciones caracterizado por las dificultades en comunicación, relación social y por la presencia de intereses restringidos o estereotipados. Esta triada de alteraciones se manifiesta en la infancia en la dificultad para iniciar interacciones, seguirlas de forma adecuada, comprender y seguir normas, alcanzar un juego simbólico y funcional variado, y tiene varias repercusiones a lo largo de toda la etapa escolar.

Todos los estudios sobre intervención sitúan los primeros años como la clave del desarrollo posterior, debido a la plasticidad neuronal y a la capacidad y motivación por el aprendizaje en esta etapa, así experiencias positivas en el juego marcaran hacia una motivación posterior de conductas prosociales y experiencias negativas marcaran una evitación y en muchos casos el desarrollo de ansiedades y fobias hacia situaciones sociales.

Por otra parte las investigaciones sitúan los contextos naturales como clave del éxito en toda intervención, puesto que el autismo se asocia con un déficit en coherencia central que hace que cada situación y cada pequeño cambio lo vislumbre como único, en lugar de tener un aprendizaje generalista. De modo que unas habilidades aprendidas en un contexto clínico tardan mucho en transferirse a un contexto natural. Asimismo el aprendizaje de los iguales es clave, las aulas y centros educativos dónde se trabajan estilos de interacción positivos con los alumnos con AAF/SA, son más receptivas y los alumnos adoptan el rol de apoyo natural, aprendiendo de las habilidades de relación de los tutores y profesionales de referencia.

El contexto del recreo, así como los cambios de clase son situaciones especialmente sensibles y por lo tanto susceptibles de mediación en este alumnado, ya que sus alteraciones sensoriales y sus dificultades para el juego, la socialización y la estructuración hacen de estos momentos un cúmulo de estímulos y de desestructuración que en muchas ocasiones les hace sentirse perdidos, y en los cuales aumentan las conductas repetitivas, ritualistas y estereotipadas con las que tratan de controlar el ambiente y reducir el estrés asociado a la sobre estimulación y demandas ambientales.

Por otro lado, en los momentos en los que no hay una estructuración temporal de actividades, son momentos en los que ellos pueden no identificar intenciones y tener una mayor sensibilidad al contacto y a los sonidos, es frecuente que interpreten un roce como un empujón y generen conflictos, así mismo son vulnerables a sufrir

situaciones de abuso y acoso, al tratar de relacionarse sin saber cómo hacerlo pueden seguir conductas inadecuadas que provoquen la risa o mofa de los compañeros, como bajarse los pantalones o seguir a un grupo de chicas imitando un dibujo animado o un animal, así como conducir y hablar en voz alta (soliloquios).

Otro de los aspectos que influye en las dificultades de relación en este contexto, es la promoción de juegos competitivos y que requieren de una amplia destreza en aspectos sociales y motóricos. En muchas ocasiones las personas con AAF/SA, sienten pánico ante estímulos inesperados como balones, bolas de nieve, globos de agua, por lo que requieren que existan grupos alternativos de juego para poder sentirse integrados.

Aportaciones del juego al desarrollo

El juego además de aportar al niño o a la niña placer y distracción, puede ser un medio para desarrollar muchos factores del desarrollo infantil.

- Desarrollo cognitivo: el juego estimula y desarrolla habilidades cognitivas del niño y permite incrementar capacidades como la atención, la memoria o la planificación.
- Desarrollo social: ya que en los juegos se exige comunicar, compartir, colaborar, o liderar sirviendo como método natural para generar habilidades sociales así como empatía y reciprocidad.
- Desarrollo emocional: cuando un niño juega se expone a sentir todo tipo de emociones que pueden provocar distintas reacciones en los niños. Tener experiencias y aprender jugando a reconocer y a controlar distintas emociones ayuda también a favorecer el autoconocimiento emocional y a generar herramientas autocontrol.
- Desarrollo motor: el juego favorece el desarrollo motor ya que supone una necesidad para el niño o la niña moverse, correr, manipular y coger objetos... De esta manera se desarrollan habilidades de motricidad fina y gruesa así como otras, tales como el equilibrio.

Objetivos

- Potenciar el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en un grupo de alumnos
- Crear un círculo de apoyo
- Desarrollar estrategias de juego y de estructuración del tiempo libre
- Promover la habilidad de comprensión y seguimiento de normas
- Enseñar a manejar y resolver conflictos
- Fomentar la aceptación de la diversidad en los alumnos
- Plantear alternativas de juego, en los que se genere una práctica deportiva que no requiera de una amplia comprensión de normas sociales
- Generar aprendizaje cooperativo y significativo socialmente, y fomentar actitudes colaborativas.

Metodología

1º Círculo de apoyo

Se desarrollará una dinámica de sensibilización sobre las diferencias y las necesidades específicas que cada persona tiene en el trato personal. Nos basaremos en la lectura de cuentos, juegos, teatralizaciones y en el manual somos diferentes.

Cada semana se elegirán dos compañeros como ayudantes para gestionar y desarrollar las actividades de juego, haciéndolas accesibles y comprensibles para la persona con AAF/SA.

2º Creación de rutinas

La creación de una rutina proporciona seguridad tanto a la persona con AAF/SA como al resto de la clase y ayuda a que conozcan la dinámica del juego en el recreo permitiendo que sea más sencillo también introducir aspectos nuevos en el juego.

3º Repaso de las reglas del juego

Tanto si se trata de un juego nuevo como de uno inventado se repasarán entre todos las reglas del juego. Se podrán utilizar pictogramas o palabra escrita dando las normas y el procedimiento de juego de una manera secuenciada si se considera necesario.

4º Repaso del juego

Se planificará un objetivo a lograr de juego en el grupo dos días a la semana sin intervención del profesor del recreo, para lograr que los niños sean los apoyos naturales de la persona con AAF/SA. La idea es facilitar al máximo a los compañeros de clase que puedan jugar, facilitándoles el juego y sus normas, el lugar donde van a jugar, el tiempo que van a destinar al juego, los encargados de dirigir los juegos...

5º Evaluación del programa

Se llevará a cabo una evaluación del programa teniendo en cuenta la valoración de los niños y de los profesores participantes en el mismo.

Influencia de los compañeros y creación de un círculo de apoyo.

Los compañeros y compañeras de clase pueden suponer una influencia muy positiva para los chicos y chicas con AAF/SA y pueden funcionar como apoyos naturales que modelen las conductas inapropiadas y las sustituyan por otras adecuadas.

Con la creación de un círculo de apoyo buscamos conseguir que exista dentro del grupo clase del alumno con AAF/SA una sensibilidad hacia las diferencias y las necesidades de cada persona y una predisposición a ser cooperadores para solventarlas.

Si se consigue crear un buen clima de respeto a las diferencias y hacemos conscientes a los compañeros de que cada persona tiene diferentes necesidades, será más probable que el alumno con AAF/SA se encuentre respetado y seguro en la clase. Por otro lado, será menos probable que se den casos de abusos y de acoso que si se producen, podrán ser observados y se podrá intervenir con más precocidad.

A través de dinámicas o teatralizaciones se buscará fomentar estos valores y también a través de la dinámica diaria del programa potenciando el respeto, la escucha de las opiniones de los demás, los juegos colaborativos, la resolución de conflictos de manera asertiva, proponer objetivos comunes...

Unido a lo anterior cada semana se elegirán dos compañeros cuya misión será encargarse de organizar y de agrupar a sus compañeros para jugar los días que el "profesor del recreo" no acuda al centro. De esta manera el alumno con AAF/SA tendrá la oportunidad de participar en el recreo más días.

Estructuración del espacio y anticipación de las actividades.

Siempre que sea posible, es importante disponer de una superficie de juego que sea siempre la misma, para conseguir que el alumno con AAF/SA al igual que el resto de compañeros de clase lo tenga como referencia y acudan directamente para jugar allí. Esto facilita tanto la actividad que se realiza junto al profesor del recreo como las que realizan ellos de forma autónoma para dar continuidad al programa. Este espacio debe ser adecuado y debe facilitar el juego y adaptarse a las características de las personas con AAF/SA. Por ello, si es posible, debería buscarse un espacio:

- Delimitado por barreras naturales o por delimitaciones visuales (línea trazada en el suelo con tiza o pintura, limitaciones de un campo de fútbol o baloncesto...)
- Libre de posibles perturbaciones que interrumpan o impidan el juego como posibles balonazos que asusten a los chicos o un lugar de salida y entrada al recreo.
- Controlar dentro de lo posible la estimulación sensorial en todos los niveles. Buscar un lugar que no retumbe, que no pasen coches cerca, que no haya mucho viento, que no esté rodeado de estímulos llamativos...
- Un lugar amplio ya que facilitaría una mayor variedad de juegos.

Para la anticipación de los juegos se facilitará un calendario en el que se mostrará el día que el “profesor del recreo acude”, los días en los que la clase deberá de jugar de forma conjunta y sin apoyo del “profesor del recreo” así como los distintos juegos a los que jugarán.

La creación de una rutina

Primero nos trasladaremos desde la clase en la que están hasta el lugar que tenemos asignado en el patio del recreo y en el que realizaremos todos los juegos. El desplazamiento será ordenado y si es posible por parejas. Se facilitará que entre ellos puedan tener cada día una conversación que nosotros les propongamos, como por ejemplo, aprovechar el día de la madre para hablar de cómo se llaman o de que trabajan sus madres, o carnavales para que hablen de que se han disfrazado, que hablen de su animal favorito.... En este momento apoyaremos a la persona con AAF/SA fomentando desarrollar objetivos conversacionales que nos propongamos.

Iniciaremos todas las semanas una actividad conjunta con el grupo de juego que consistirá en una actividad en corro. Con el objeto de crear una estructura que sea fácil de anticipar y que genere sensación de control en todos los niños y especialmente en la persona con AAF/SA. Mientras realizamos esta actividad los niños y niñas pueden ir comiendo el almuerzo.

Podrá ser una actividad de canción, juegos sensoriales, de dramatización, veo veo, palabras encadenadas...

Después realizaremos el juego principal. Dependiendo de la duración del recreo será entre quince y veinte minutos. Existe un gran número de juegos que podemos realizar según nuestra preferencia, aunque debemos tener en cuenta:

- Las capacidades y las limitaciones de las personas con AAF/SA. Tenemos que ser conscientes de lo que le podemos pedir y de lo que no podemos pedir y de esta manera no proponer juegos en los que no se sienta excluido, frustrado o incapaz de participar. En ocasiones se puede dar a la persona con AAF/SA un papel dentro del juego que sea más sencillo aunque necesario para poder jugar.
- El espacio que disponemos y los materiales que tenemos a nuestro alcance así como el tiempo de recreo.
- Las preferencias y los juegos favoritos tanto de los compañeros de clase y como de la persona con AAF/SA. Si conseguimos enganchar a la clase en los juegos estarán más motivados y participarán mejor.
- El número de compañeros de clase que quieran participar de las actividades que proponemos en los recreos. Puede suceder que el grupo sea más grande o más pequeño, incluso variar de unos días a otros, por ello debemos de adaptarnos al tamaño y procurar llevar programadas diversas alternativas en función de la variación del número de participantes.

Las funciones del “profesor del recreo”

La misión del “profesor del recreo” debe ser la de, utilizando diversas estrategias, promover el juego entre los miembros de la clase adaptando las propuestas y las actividades a las características de la persona con AAF/SA.

De esta manera debe de cumplir dos funciones principalmente:

Organizador: de los juegos adaptándolos a las características de los niños y de la persona con AAF/SA y prestando un especial interés en que esta participe de manera

satisfactoria, controlando y proponiendo un espacio adecuado y relajado y controlando el tiempo y el cumplimiento de las normas.

Mediador: favoreciendo la comunicación y la expresión de todos los participantes, el respeto de las diferencias y de las necesidades de cada persona e interviniendo en las situaciones que puedan ser conflictivas dando recursos alternativos a la discusión o la pelea que todos puedan adquirir.

Complementario a sus funciones, un “profesor del recreo” debe tener en cuenta una forma de actuar y una forma de desempeñar sus funciones que incluye:

- Ser motivadores, no obligar a nadie a participar de las actividades sino transmitir a los compañeros de la persona con AAF/SA las ganas de pasarlo bien participando de los juegos.
- Ser conciliadores, buscar los conflictos como una oportunidad magnífica de trabajar habilidades de resolución de conflictos, sobre todo si ocurren con la persona con AAF/SA.
- La negociación, la participación y la promoción de la elección por parte de los participantes en los juegos.
- Debe conocer muy bien a la persona con AAF/SA y saber sus limitaciones y sus potencialidades, que le puede atraer o molestar, cual es el mejor método de comunicarse con ella, que debe hacer para captar su atención ...
- Debemos evitar el proteccionismo hacia la persona con AAF/SA. Una vez que hemos propuesto una actividad que consideramos adecuada para la persona con AAF/SA las normas deben ser iguales para todos.
- Buscar actividades y juegos que permitan que la persona con AAF/SA muestre sus puntos fuertes y esto signifique para ella potenciar su autoestima y que los compañeros le vean como una persona válida.

Otro aspecto muy importante que el “profesor del recreo” debe tener en cuenta en el desarrollo del Programa de Recreos es la gran cantidad de información que puede observar y detectar y que es muy recomendable anotar y analizar posteriormente. Esta información puede ser especialmente útil ya que normalmente no podemos observar a los alumnos con AAF/SA dentro de un ambiente natural, pudiendo aprovechar esta información para desarrollar los programas de intervención, para proponer objetivos a trabajar...

Anexo: Ejemplos de juegos que podrían realizarse en el Programa de Recreos

EL TELÉFONO ESCACHARADO (Juego de dinamización)

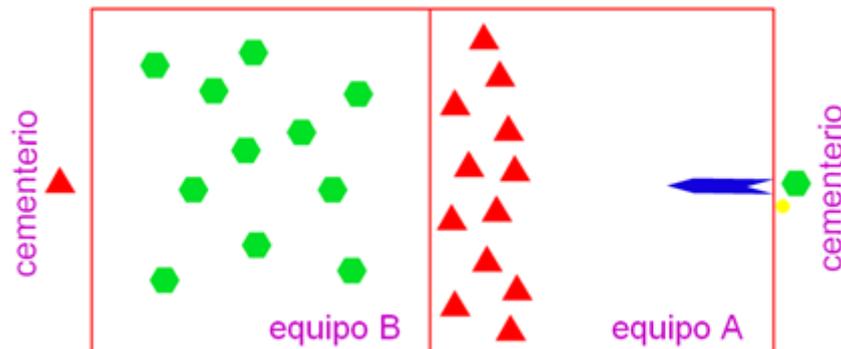
1. Nos reunimos todos y escuchamos en silencio las normas que el “profesor del recreo” nos dirá sobre el juego.
2. Nos sentamos formando un círculo en el suelo.
3. Uno de los participantes empezará el juego susurrando al oído de la su compañero una frase corta.
4. Después el compañero se lo dirá a la persona de su derecha y así hasta el último compañero.
5. El último dirá la frase en alto y se comprobará si es la misma o si se ha deformado.



BALÓN PRISIONERO.

(Juego con pelota)

1. Nos reunimos todos y escuchamos en silencio las normas que el “profesor del recreo” nos dirá sobre el juego.
2. El monitor del recreo hará dos equipos.
3. Cada equipo se situará en una parte del campo que estará dividido por la mitad. Una persona de cada equipo se situará en el cementerio.



4. Entonces uno de los jugadores que están en el cementerio recibirá el balón e intentará alcanzar a alguien del equipo contrario. Si le alcanza, ese jugador irá al cementerio. Si no le alcanza, el equipo contrario recoge el rebote y lo lanza al otro equipo.
5. Desde el cementerio se pueden recoger balones e intentar dar a alguien del otro equipo. Si lo hace se salva y vuelve a jugar en su equipo.
6. El juego termina cuando uno de los equipos se quede sin jugadores o cuando el monitor lo considere suficiente.

CARRERAS

(Juegos corriendo)

1. Nos reunimos todos y escuchamos en silencio las normas que el “profesor del recreo” nos dirá sobre el juego.
2. Los niños y niñas se colocarán en un extremo de la superficie en la que estamos jugando y haremos dos o tres filas.
3. Cuando las filas estén listas el monitor del recreo dará una instrucción para que corramos de una forma*, y el grupo correrá hacia el otro extremo y formará otra fila.
4. El juego terminará cuando el monitor del recreo lo considere suficiente.

* La instrucción puede ser:

- carrera hacia delante.
- carrera de espalda.
- carrera lateral.
- carrera de correr despacio.
- carrera de saltos.
- carrera de aviones.
- carrera de coches de carrera.
- carrera de patinadores sobre hielo.



EL SUELO MÁGICO.... (Juegos de dramatización)

1. Nos reunimos todos y escuchamos en silencio las normas que el “profesor del recreo “nos dirá sobre el juego.
2. Mediante un hechizo el suelo que estamos pisando es mágico y que tiene la propiedad de cambiar de estado.
3. Así el “profesor del recreo” irá diciendo diversos estados del suelo como por ejemplo:

“Ahora el suelo es **lava de un volcán** en erupción “

“Se ha convertido en una **pista de hielo** y os resbaláis mucho”

“De repente se ha convertido **en chicle** y os estáis pegando en él”.

“Nadad ahora, porque es **una piscina**”.

4. Después de que el monitor de algunos estados puede proponer a los chicos y chicas para que continúen, hasta que considere necesario terminar.

