

Notas y comentarios

«Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades

«Walking tours of Teruel»: a rewarding, motivational, and integrating experience for children with disabilities

M. J. Villa Oro, I. Benedicto Moya, M. J. Montón Martínez,¹
M. A. Martín Salinas²

Resumen

«Teruel a pie» es una actividad que se ha desarrollado en esta ciudad con alumnos del Centro de Educación Especial «La Arboleda» con diversas discapacidades durante los cursos 2013-2014 y 2014-2015. La actividad consiste en realizar recorridos a pie, de duración variable, durante los cuales se visitan diferentes espacios urbanos, con el fin de potenciar la movilidad y el ejercicio físico moderado, fomentar el conocimiento de espacios y elementos urbanos, y motivar conductas de integración social en los participantes. En este artículo se describen detalladamente los objetivos y la planificación de la experiencia, sus contenidos y metodología, así como su temporalización y desarrollo. La valoración del equipo multiprofesional que organiza la actividad ha sido muy positiva, ya que se han alcanzado los objetivos señalados: los alumnos han mejorado notablemente su condición física general y han experimentado una clara evolución en su actitud y conductas sociales.

1 **M.ª Jesús Villa Oro**, fisioterapeuta (mjvillao@aragon.es); **Inés Benedicto Moya**, maestra de Educación Especial y **M.ª Jesús Montón Martínez**, auxiliar de Educación Especial. Diputación General de Aragón, Departamento de Educación, Colegio de Educación Especial «La Arboleda». Camino Capuchinos, 6; 44003 Teruel (España).

2 **Manuel Antonio Martín Salinas**, técnico de rehabilitación. Delegación Territorial de la ONCE en Aragón. Paseo de Echegaray y Caballero, 76; 50003 Zaragoza (España). Correo electrónico: mams@once.es.

Palabras clave

Educación Especial. Alumnos con discapacidad. Actividad física. Recorrido a pie. Conocimiento del medio urbano. Integración social.

Abstract

«Walking tours of Teruel», an activity conducted in academic years 2013-2014 and 2014-2015 in that Spanish city, was geared to pupils with disabilities enrolled in «La Arboleda» special education school. It consisted in walking tours of variable duration in which a number of urban spaces were visited to encourage mobility and moderate physical exercise, further the participants' familiarity with urban spaces and elements and foster their social integration. The article describes the experience in detail, including objectives and planning, content, methodology, timing and implementation. The multi-disciplinary team that organised the activity appraised it very favourably, for all the objectives were covered: pupils' overall physical fitness improved considerably and their attitudes and social behaviour clearly progressed.

Key words

Special education. Pupils with disabilities. Physical exercise. Walking tours. Familiarity with the urban environment. Social integration.

Introducción

«Teruel a pie» es una experiencia que comienza a desarrollarse durante el curso 2013-2014 con varios alumnos de edades comprendidas entre 12 y 19 años del CEE «La Arboleda», en la ciudad de Teruel. Ha tenido continuidad durante el curso 2014-2015 dado el interés que ha suscitado entre los participantes y el alto grado de consecución de los objetivos propuestos.

Es una actividad llevada a cabo con un pequeño grupo de alumnos con



VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

discapacidad intelectual con posibilidades de deambulación relativamente autónoma. Consiste en dar paseos por nuestra ciudad siguiendo una ruta establecida y dando funcionalidad a los aspectos que se trabajan en fisioterapia. También la puesta en práctica de objetivos-contenidos que se trabajan en el aula: educación vial, relaciones sociales, autonomía en actividades de la vida diaria, orientación en el espacio, etc. Otro objetivo importante es la búsqueda de la integración en la sociedad. A lo largo de la mañana se realiza el almuerzo en ruta en una cafetería o bar.

Los alumnos padecen diferentes discapacidades, tanto físicas como sensoriales e intelectuales.

En principio, la actividad se planteó como una sesión grupal de fisioterapia para movilizar a los alumnos y trabajar diferentes aspectos de la marcha de forma motivadora. Durante las primeras sesiones observamos que existen bastantes carencias en el conocimiento del medio urbano y en las habilidades sociales. Enseguida comprobamos que esta actividad puede enriquecerse bastante trabajando estos y otros contenidos, y se puede utilizar como recurso de socialización y acercamiento al medio urbano.

Se amplía a 12 el número de alumnos participantes y se diseñan las actividades para que puedan ser aprovechadas por todos ellos, independientemente de sus capacidades. Evidentemente, también han de participar más profesionales del centro para que se desarrolle de forma segura.

Tratamos de promover:

- La interacción con los compañeros y otras personas fuera del ámbito académico, que normalmente está muy controlado y estructurado.
- Comportamientos adecuados en diferentes contextos.
- Inclusión en la sociedad de la ciudad en la que se ubica el Centro mediante la visibilidad y la participación en actividades comunitarias.

Hay que tener en cuenta una serie de condicionantes:

- La marcha ha de ser necesariamente lenta para que todos puedan seguir el ritmo.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Explicaciones de cómo acompañar a los que no pueden ir solos, que luego deben generalizarse en las rutinas escolares (recreos, cambios de clase...).
- Los recorridos no deben presentar grandes dificultades físicas ni elementos peligrosos en el camino.
- Explicaciones multisensoriales y obligatoriamente sencillas para que todos puedan comprenderlas.

Se intenta que adquieran ciertos conocimientos y actitudes:

- Se les explica en qué consiste la ciudad e intentamos que los que puedan enseñen a los compañeros para que asimilen las materias explicadas. Trabajamos desde la estructura de una calle, el mobiliario urbano, la distribución de los espacios, las funciones de cada elemento (rebajes, marquesinas, semáforos...) y la forma de desplazarse con seguridad (por dónde cruzar, cuándo hacerlo...), hasta elementos emblemáticos o representativos de la ciudad (cementerio, plaza principal, parque...).

Niño ciego tocando material de construcción



- Socialización. De forma lúdica intentamos que participen con el resto de los habitantes de la ciudad en tareas cotidianas, y que aprendan los comportamientos sociales correctos (amabilidad, calma, compartir, distribución de tareas, orden...).
- Uso del dinero y diferente valor de las cosas.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

Niño pagando consumiciones



1. Justificación

La actividad física, el deporte, es el mejor método para mantener y **mejorar nuestra salud física y mental**. Es una pieza clave para la rehabilitación y la socialización de las personas con discapacidad.

Experiencias relacionadas con la aplicación de actividades físicas y deportivas en personas con discapacidad, como las desarrolladas en el Instituto Guttman —centro especializado en la rehabilitación y el tratamiento médico-quirúrgico de personas afectadas por grandes discapacidades—, exponen que la práctica y la promoción del deporte es un instrumento valioso para la rehabilitación física y psíquica de las personas con discapacidad.

Andar está de moda. Es **una actividad que plantea muchas ventajas**: puede practicarla casi todo el mundo, no requiere una preparación previa, ni exige ningún movimiento o ejercicio violento. Puede adaptarse al nivel de cada uno, no necesita ninguna instalación deportiva, ni el menor aprendizaje, y puede utilizarse como excelente herramienta para las relaciones sociales. Es uno de los deportes más económicos que existen: lo único realmente imprescindible es un buen calzado.

Se puede caminar por cualquier parte. La ciudad, ofrece mucho atractivo turístico, un entorno social interesante y una valiosa orografía de la que nos servimos para alcanzar los objetivos que nos planteamos, y, además, las distancias son pequeñas.

La experiencia «Teruel a pie» aporta a las personas con discapacidad intelectual y sensorial diferentes **beneficios para la salud**.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

Además de los efectos beneficiosos para la salud, hay otros que, al trabajar con niños con pluridiscapacidad, justifican por qué pasear:

- Pasear entre amigos o con compañeros les motiva mucho, refuerza su sensación de independencia y crecimiento, ya que lo habitual con nuestros alumnos es que, en su tiempo libre, lo hagan acompañados por un adulto de su entorno familiar y sin responsabilidad alguna.
- Este tipo de actividad ayuda a adquirir y/o mejorar aspectos psicomotores (coordinación, equilibrio, esquema corporal y orientación espacial) y contribuye a lograr un desarrollo psicomotor más normalizado.
- La interacción con el mundo físico nos lleva a descubrir posibilidades motrices ante situaciones novedosas.
- Se fomenta la participación de los alumnos en todos aquellos contextos en los que se desenvuelve la vida adulta.
- Se conoce a la gente en su entorno (sus trabajos, sus tareas, etc.) y la gente conoce a los chicos (sus inquietudes, sus actitudes...) en un ambiente normalizado. La vida del aula tiene que estar relacionada con la vida de la calle, y más con estos niños, con los que el nivel académico no es lo prioritario.
- Permite al alumno alcanzar una serie de vivencias propias y de experiencias directas que difícilmente pueden obtener del aula.
- Son una forma motivadora, placentera y atractiva de recibir información, de comprender e interpretar el espacio, la historia y el patrimonio cultural y natural del lugar en el que viven.
- Independientemente de cómo se denominen —paseos, salidas...—, como indica Gabriel Travé, este recurso didáctico ha sido calificado como *salida de investigación*, que es la que utiliza este autor para aventurar el carácter indagatorio de las mismas. La gran aportación de las actividades realizadas fuera del recinto escolar es que permiten al alumnado obtener una serie de conocimientos por medio de la observación, la vivencia, la manipulación e incluso la comprobación directa que, además, pueden facilitar la ampliación de destrezas específicas y promover su desarrollo personal.

2. Objetivos y contenidos que se pretenden

2.1. Objetivos generales

Conseguir el desarrollo integral del alumno, dándole la posibilidad de vivenciar sus conocimientos en su entorno físico y social más inmediato, con el fin de facilitarle el acceso curricular y una autonomía personal en las actividades de la vida diaria y en la transición a la vida adulta.

Mejorar, con la actividad «Teruel a pie», la salud, los hábitos higiénicos, la autoconfianza y autosuperación de sus participantes.

Favorecer la integración del alumno en su grupo y en la sociedad.

Mejorar la capacidad de orientación y fomentar la seguridad en los desplazamientos.

2.2. Objetivos específicos

2.2.1. Conocer la ciudad y aprender a desenvolverse por ella

1. Conocer el entorno físico y social en el que vive.
2. Conocer los lugares emblemáticos y los servicios de la ciudad.
3. Identificar las distancias dependiendo del destino marcado.
4. Saber localizar su casa y la de sus compañeros cuando se mueve por la ciudad.
5. Conocer los diversos barrios y las diferencias entre ellos: diferentes tipos de viviendas que existen según el barrio en el que nos movemos y los diferentes servicios que nos encontramos en ellos (casa, piso, tiendas, bares, bancos, centro de salud...).
6. Conocer los elementos básicos de la educación vial y adquirir el hábito de tomar las precauciones necesarias para evitar accidentes.

2.2.2. *Desarrollar diferentes aspectos de la marcha y mejorar la condición física*

1. Mejorar la capacidad de fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y coordinación.
2. Aprender a respirar bien.
3. Subir y bajar escaleras con el mínimo de ayuda posible.
4. Subir y bajar cuestas.
5. Salvar obstáculos.
6. Describir una trayectoria en línea recta.
7. Regular la longitud y la velocidad del paso.
8. Balancear los brazos al caminar.
9. Evitar el excesivo balanceo de tronco.
10. Mantener una postura erguida al caminar.
11. Inhibir patrones flexores anormales en brazos.
12. Desarrollar la capacidad de desplazamiento y orientación espacial de la forma más autónoma posible.
13. Fomentar hábitos de vida saludables y reconocer los beneficios de esta actividad.

2.2.3. *Potenciar la autonomía en diversos aspectos: comunicación, actividades de la vida diaria, las relaciones sociales, etc.*

1. Reconocer los mensajes que nos dan los diferentes carteles que nos encontramos (Renfe, estación de autobuses, farmacia...).
2. Potenciar la autonomía en el uso de los baños.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

3. Motivar la espontaneidad verbal.
4. Evitar conductas verbales inapropiadas.
5. Promover hábitos de higiene, aseo e imagen corporal.

2.2.4. *Integrarnos en la sociedad, divertirnos y dejarnos ver*

1. Fomentar la convivencia y el trabajo cooperativo.
2. Potenciar las habilidades sociales.
3. Crear hábitos de comportamiento adecuados.

2.3. **Contenidos educativos**

- Conocimientos básicos de la ciudad: desde la estructura hasta los elementos particulares de cada zona y las referencias básicas (rio, carretera, vías de ferrocarril...).
- Tráfico: paso de cebrada, calzada, semáforo, semáforo sonoro, indicaciones de la calle, señales de tráfico, conocer lugar de cruce, momento y forma de alinearse para cruzar, dirección del tráfico...
- Conceptos básicos de prevención de accidentes: baches, bordillos, coches, etc.
- Higiene postural.
- Diferentes tipos de elementos en un baño público.
- Higiene, aseo e imagen personal.
- Comunicación.
- Contacto e interacción.
- Habilidades sociales.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Autoconcepto y autoimagen positiva.
- Emociones.
- Valores, normas y actitudes.
- Trabajo cooperativo.
- Deporte, ocio y tiempo libre.

3. Metodología

La metodología empleada durante la actividad es participativa, creando siempre un ambiente motivador. De este modo, conseguimos que el alumno muestre una actitud positiva y de interés hacia el aprendizaje.

Además, para intentar generalizar esta forma de aprehender el mundo, se informa a los padres periódicamente a través de a la agenda escolar.

Los tres principios básicos de los que se parte son:

- **Aprendizaje significativo:** el cual tiene en consideración los conocimientos y experiencias previos del alumnado y, sobre todo, la consecución de un ambiente de aprendizaje que fomente en el alumno el deseo, el interés y la motivación para aprender.
- **Aprendizaje globalizador:** estableciendo conexiones entre los aprendizajes ya adquiridos y los nuevos, experimentando y vivenciando esas experiencias.
- **Aprendizaje funcional:** planteando la conexión de los mismos con su entorno inmediato, de forma que les puedan servir para interpretar y representar la realidad.

En general, pretendemos utilizar una metodología activa, abierta y flexible partiendo del entorno inmediato del niño.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

3.1. Desarrollo de la actividad

Con anterioridad al paseo, se anticipa a los tutores cuál va a ser el destino elegido, para que informen a los niños y a sus padres. También se escribe en la pizarra del pasillo de las clases para informar, de forma general, a todo el personal del centro.

Antes de la actividad: cada alumno prepara la bolsa o mochila con el almuerzo, agua, gorra etc., de manera autónoma. La llevará y se responsabilizará de ella durante todo el trayecto.

Reunimos al grupo de alumnos y les anticipamos el itinerario que vamos a realizar.

Se les explican los contenidos relacionados con la actividad a realizar y las formas de actuar (p. ej., en la estación de Renfe: taquillas, compra de billetes, accesos al andén, precauciones, cómo subir y colocarse en el asiento, origen y destino...).

Proceso: tener en cuenta el orden que va a ocupar cada alumno en el grupo, quién va a ser su compañero y la distribución de los alumnos entre los adultos.

Durante el paseo:

1. Se mantiene el grupo unido, aunque no todos los alumnos caminan al mismo ritmo ni tienen la misma capacidad física, por lo que hay que realizar descansos.
2. Los alumnos van emparejados y conocen el tipo de ayuda u orientación (pautada por el profesor, la fisioterapeuta, etc.) que han de prestar a su compañero. Ejemplos: anticipará al alumno ciego que viene un escalón o un obstáculo, guiará al alumno ciego y hemipléjico de la mano-codo pléjicos... Igualmente, los adultos intervienen en todo momento para lograr los objetivos individuales que se pretende alcanzar con cada alumno. Se hacen las correcciones individuales posturales necesarias, así como la práctica de diferentes ejercicios de movilidad de brazos, respiración, orientación en el espacio (giramos hacia la izquierda...), etc. Se intenta dar el mínimo apoyo posible, para aumentar su autonomía, al subir y bajar escaleras, cuestas...
3. Se camina en fila, y el orden de los alumnos va cambiando de forma rotatoria por sesiones. Los adultos no siempre apoyan al mismo alumno.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

Bajando escaleras supervisando a un compañero ciego



Alumnos caminando



4. Los alumnos atienden a explicaciones breves, exploran formas y dimensiones de diversos elementos urbanos, responden a preguntas sencillas, identifican olores, sonidos, hacen recados sencillos (como comprar un pan o chuches), etc.
5. Se destacan los monumentos y lugares significativos o de actualidad en nuestros itinerarios.
6. Algún alumno puede hacer de guía en un tramo concreto del trayecto o en el camino de vuelta al cole.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

7. El almuerzo: descubrir que hay que pedir la consumición, acordarse de lo que cada uno ha pedido cuando se la sirven, darse cuenta de que hay que pagar... Orientarse para ir al baño y elegir el correcto, usar diferentes modelos de grifos y WC..., comportamiento correcto.

Conociendo y usando diferentes elementos y conviviendo durante el almuerzo



Al finalizar la actividad: puesta en común de la experiencia con el grupo-aula, ver fotos de la sesión, elaboración de hoja de registro de la sesión.

3.2. Población

Alumnos: el grupo lo componen un total de 12 alumnos de edades comprendidas entre 12 y 19 años, entre ellos, tres con discapacidad visual. Uno de ellos, ciego total (fibroplasia retrocristalina) y hemiplejía izquierda; otro, con muy escaso resto visual (atrofia óptica) con síndrome atáxico, y el otro, con trastornos corticales de visión y trastornos graves de conducta.

Todos los alumnos que participan en la actividad están escolarizados en EBO 1, EBO 2 y TVA. De los 12 participantes, 6 reciben apoyo de fisioterapia.

3.3. Recursos

Personales: las características de nuestro alumnado implican que el trabajo a realizar se haga conjuntamente por todo el personal del centro. Participan dos profe-

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

sores de pedagogía terapéutica, una profesora de apoyo de la ONCE, dos auxiliares de educación especial y una fisioterapeuta. Ocasionalmente, nos acompaña y asesora un técnico de rehabilitación de la ONCE.

Materiales: se responsabiliza a la familia y a los alumnos para que traigan ropa y calzado cómodos, así como su almuerzo, en una bolsa o mochila.

El centro proporciona la cámara de fotos, un podómetro, bono bus y una ayuda económica que, junto con la que se aporta desde cada aula por alumno, permite pagar la consumición que se toma en la cafetería a la hora del almuerzo.

La ONCE proporciona un mando para activar el sonido de los semáforos.

3.4. Temporalidad

La actividad se lleva a cabo todos los viernes lectivos en horario de mañana, de 10 a 13.30 horas, salvo que interfiera con alguna otra actividad puntual del colegio o haya que suspenderla por inclemencias meteorológicas.

3.5. Fases

La actividad se desarrolla en tres fases.

1.ª - Fase de evaluación

Valoración individual del alumnado y diagnóstico inicial para seleccionar a los alumnos. Sirve para determinar el nivel de partida, conocer las características personales, sus capacidades motrices, comunicativas, de autonomía, etc., y decidir si necesita acompañante que le guíe y/o apoye durante la sesión.

Los criterios que se tienen en cuenta en esta fase son:

- Edad: mayores de 12 años
- Alumnos atendidos en el servicio de fisioterapia, autónomos en desplazamiento.
- Alumnos con discapacidad visual que puedan beneficiarse de la experiencia.
- Comportamiento, estereotipias... que no permitan la realización de la actividad en las condiciones adecuadas.

2.^a - Fase de intervención

Se intenta trabajar tanto a nivel motor como a nivel cognitivo y de forma lúdica. Las actividades desarrolladas en esta fase están supeditadas a las características propias de cada alumno. Debido a la diversidad de los mismos, deben ser específicas para cada uno de ellos. Los alumnos no son de nivel, sino de diferentes aulas, y varía el nivel técnico y físico entre los niños, lo que hace que el aprendizaje sea individualizado, así como el nivel de las exigencias requeridas a cada niño.

3.^a - Fase de evaluación final de la experiencia

La evaluación de la experiencia está íntimamente ligada a la valoración del alumnado, lo que posibilita ir adaptando las actividades a la consecución de los objetivos en cada momento y en cada alumno. Se basa en una evaluación continua. Los instrumentos utilizados para la valoración del proyecto son:

- Observación directa y personalizada: partiendo de las propias posibilidades del alumno y observando su progresión.
- Fotos y vídeos.
- Intercambio de información con el alumno y con los padres sobre la experiencia.
- Diario de las sesiones.
- Protocolos de registro individuales de cada alumno en cada sesión, en los que quedan recogidos aspectos sobre postura, destreza, nivel de fatiga...
- Reuniones de coordinación.
- Valoración de la salud y del comportamiento.

4. Salidas «Teruel a pie» curso 2014-2015

1. Plaza del Torico.

Objetivo: conocimiento de un lugar emblemático de la ciudad.

2. Estación de autobuses.

Objetivo: conocimiento de los diferentes medios de transporte del entorno y cómo utilizarlos.

Utilizando las escaleras mecánicas



3. Biblioteca municipal.

Objetivo: funcionamiento y comportamiento en la biblioteca.

Conociendo la organización de los libros



4. Estación de trenes.

Objetivo: conocimiento de los diferentes medios de transporte del entorno y cómo utilizarlos.

5. Barrio del Carrel.

Objetivo: características del barrio y diferencias con otros.

Conociendo medidas de seguridad en andén



6. El cementerio.

Objetivo: costumbres y conocimiento del lugar.

7. Oficina de información y turismo.

Objetivo: conocimiento de servicios municipales.

8. Visita a M.^a Lourdes.

Objetivo: fomentar la empatía y los comportamientos sociales con los enfermos.

Caminando con una compañera enferma



9. San Nicolás de Bari.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

Objetivo: conocimiento de un lugar significativo de Teruel.

10. Supermercado Aldi.

Objetivo: mejorar las habilidades sociales y el conocimiento del proceso de compra de productos navideños.

11. Plaza de toros.

Objetivo: conocimiento de un lugar significativo de la ciudad.

12. Chalets de la zona de la ciudad escolar.

Objetivo: Conocimiento de las características diferenciales con otras zonas urbanas.

13. Dirección Provincial de Educación.

Objetivo: Conocimiento de servicios.

14. Conservación de carreteras.

Objetivo: Conocimiento de servicios.

15. Supermercado Lidl.

Objetivo: Mejorar las habilidades sociales y el conocimiento del proceso de compra de productos (Fiestas de los Amantes).

16. Campo de fútbol Pinilla.

Objetivo: Conocimiento de lugar para la práctica deportiva e iniciación en algún deporte.

17. El aljibe.

Objetivo: Conocimiento de un lugar histórico de la ciudad.

Practicando atletismo



18. La Escalinata.

Objetivo: Conocimiento de un lugar turístico de de la villa y un estilo arquitectónico característico de la ciudad.

19. Policía local.

Objetivo: Conocimiento de un servicio básico y sus funciones.

Con las autoridades policiales



20. Parque de las arcillas.

Objetivo: Conocimiento del parque natural a las afueras de la ciudad.

Superando temores



21. Conservación de carreteras.

Objetivo: Conocimiento de servicios.

22. Barrio de la Pomecia y San Julián.

Objetivo: Características del barrio gitano y diferencia con otros.

Niño con discapacidad visual enseña su barrio



23. De tapas en el bar «Cruza y pasa».

Objetivo: Disfrutar de un almuerzo especial con amigos.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

24. Ruta fluvial por el río Alfambra.

Objetivo: Disfrutar de un día en la naturaleza y de nuevas sensaciones en el río.

Entrando en el agua



5. Algunas actividades

Aprender en la cafetería

- Se sienta correctamente.
- Pide adecuadamente.
- Elige la consumición adecuada para el momento.
- Ayuda al camarero cuando trae la bebida recordándole lo que ha pedido.
- Se comporta adecuadamente ante la impaciencia de querer comer rápido, tirar copas...
- Localiza su bebida en la mesa, sin quitársela al compañero.
- Son conscientes de que hay que pagar lo que se está tomando, siendo ellos quienes lo hacen (con ayuda del adulto).
- Disfruta tomando algo con sus amigos, conversa con ellos.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Se sientan solos, sin el adulto.
- Localizan y se orientan en el baño, buscan cuál es el correcto para cada uno.
- Descubren los diferentes modelos de grifos y pulsadores de descarga en WC que se pueden encontrar y comprueban su funcionamiento.
- Se fomenta la colaboración (p. ej., ayudar a los que no ven para que localicen sus consumiciones) y la petición de ayuda, si se necesita.

Aprender a cruzar la calle

- Normas elementales de tráfico.
- Conocer algunas señales básicas.
- El semáforo y los pasos de cebra.
- Conocer posibles peligros antes de cruzar.
- Medidas de seguridad antes de cruzar: coger de la mano al adulto, mirar, no correr, esperar a que paren los vehículos, etc.
- Cómo andar con adultos.
- Pasear en zonas con tráfico.

Salir a la calle

- Voy del colegio a...
- Me acuerdo del camino: tiendas, casas, puestos de prensa, chuches...
- Vivo lejos o cerca. Vengo andando, en coche, en bus, de la mano de...
- Voy a la compra con mis padres.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Tiendas y tenderos. Mercado.
- Voy al médico. El Centro de salud. La consulta.

Cuidar mi entorno

- Comportarse con limpieza en espacios públicos.
- Objetos que son basura: papeles, bolsas, chicles, palos de caramelos, objetos inservibles...
- Lugares para depositar la basura en la calle: papeleras, contenedores selectivos.
- Reciclaje de papel, cartón, envases, plásticos y pilas.
- Zonas peatonales públicas: limpieza y cuidado.
- Transportes públicos: comportamiento educado y gentil.

6. Los niños con discapacidad visual en la experiencia

La visión es, de todos los sentidos, el que más información proporciona, y es crucial para realizar las actividades cotidianas. Tiene un papel muy importante en la comunicación y, por tanto, en las relaciones que se precisan para vivir en sociedad.

Cuando una persona tiene una discapacidad visual, sufre un descenso, en cualquier grado, de la visión considerada «normal». Sin embargo, esto no dice prácticamente nada sobre la propia discapacidad, y mucho menos sobre la incidencia que pueda tener en su autonomía. No obstante, la pérdida visual, ya sea originada por una patología ocular o por una lesión cerebral, influye en la capacidad para llevar a cabo las tareas de forma independiente y repercute en la forma de realizarlas.

Muchas de las tareas que se realizan diariamente requieren desplazarse. El desplazamiento es una habilidad básica que forma parte de la vida cotidiana y un pilar fundamental para medir el grado de autonomía de una persona. Tiene dos componentes principales: la orientación y la movilidad. Ambas están interrelacio-

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

nadas, porque para desplazarse es necesario tener un control del espacio además de ejecutar los movimientos precisos para moverse por él de manera segura y eficiente.

Específicamente:

- Practicar la técnica de acompañamiento adaptada para ellos y para los compañeros.
- Fomento del conocimiento de los diferentes elementos de las salidas mediante otros sentidos diferentes al de la vista.

Conociendo diferentes elementos que aparecen en las visitas



- Favorecer la orientación en la ciudad.
- Promover medidas de seguridad en los desplazamientos.
- Ayudar a la orientación cuando la explicación verbal no es suficiente.
- Adquirir conceptos ambientales: cruces sencillos de una calle, cruces con tráfico paralelo y perpendicular, calzadas irregulares, manzana de casas, zona tranquila con poco/mucho tráfico, sin tiendas, poca o mucha gente, etc.
- Favorecer la representación mental de itinerarios y espacios.
- Comprender y utilizar los puntos de referencia.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Tener experiencias en otros lugares fuera del ámbito doméstico o escolar y aprender a conocer distintos objetos —a los que habitualmente no tienen acceso— mediante explicaciones y prácticas con los mismos.

Conociendo un contenedor de basura y un portero automático



- Trabajar la autonomía personal en determinadas actividades, evitando la sobreprotección y la dependencia en la medida de lo posible.
- Fomentar la petición de ayuda cuando se necesite.
- Estimular la curiosidad y promover la exploración de nuevos entornos.

Conociendo cosas nuevas



- Motivar en la búsqueda activa de nuevas situaciones de conocimiento.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

- Además se han podido valorar dificultades de movilidad en entornos no habituales y las posibilidades de utilización del bastón por parte de algún niño.

7. Conclusiones

El trabajo en equipo se convierte en la clave del éxito del proyecto, y permite asociaciones muy útiles para conseguir el máximo desarrollo sensorial y psicomotriz del alumno. Cada uno de los profesionales contribuye con sus conocimientos, sus experiencias y con el factor humano a ofrecer al alumno la oportunidad de experimentar nuevas sensaciones.

«Teruel a pie» es una experiencia divertida, gratificante y enriquecedora para los niños en todos los aspectos (físico, social y mental). Fortalece su imagen y les ofrece una sensación de realización. Como dice Elsa Punset (2008), «nutre su deseo de experimentar la alegría y la felicidad».

La edad en que los niños realizan diferentes actividades depende probablemente de la oportunidad de practicarlas, y variará de acuerdo con la práctica del niño y de las posibilidades ofrecidas por el entorno (Macías y Fagoaga, 2003).

Caminar, sea con fines lúdicos, terapéuticos o docentes, exige la participación de todo el cuerpo, y, en nuestro caso, de todos o de muchos profesionales del Centro, que deben implicarse directa o indirectamente para que pueda llevarse a cabo la actividad.

Se ha conseguido que los alumnos experimenten la sensación de hacer cosas por sí mismos, de decidir, en lugar de tener todo hecho, y de llevar a cabo la decisión tomada.

Además, se ha logrado un sentimiento de pertenencia a la sociedad por la posibilidad de participar en las actividades de esta, frente al mero acompañamiento de los adultos, que son los que participan. Y la gente comprueba que los niños son actores y no meros acompañantes.

Se ha alcanzado un alto grado de consecución de los objetivos esperados en un plazo inferior a lo previsto, ya que con nuestros alumnos lo normal es proponer objetivos a largo plazo.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.

La actividad se está extendiendo a muchos más alumnos del colegio de EBO 1, realizando paseos de menor recorrido —por el barrio donde se encuentra ubicado el colegio de Educación Especial— todos los viernes por la mañana. En el caso de esta experiencia, la distancia media de los paseos es de 3 km, aunque, conforme ha avanzado el curso y mejorado la condición física de los alumnos, se ha aumentado progresivamente la distancia y/o la dificultad de los paseos.

Se observa que el día de la salida los alumnos vienen más aseados y mejor vestidos que el resto de los días lectivos.

El comportamiento postural ha mejorado, como se desprende de la comparación de las fotografías realizadas.

Además, la actitud de los padres hacia la actividad y la forma en la que se ha desarrollado es muy positiva, una vez que se les ha explicado y entregado un informe sobre el grado de consecución de los objetivos trabajados.

Por otra parte, la sensación de sentirse partícipes de las actividades que se desarrollan en la ciudad, aceptados en todos aquellos lugares en los que han estado, y las mejoras de las conductas de convivencia han supuesto significativos avances en la inclusión social de nuestros alumnos.

Bibliografía

ARANDA, A. M. (2003). *Didáctica del conocimiento del medio social y cultural en Educación Infantil*. Madrid: Síntesis.

LAFUENTE DE FRUTOS, Á. (S. f.). *Educación inclusiva: personas con discapacidad visual* [página web]. Recurso web para *Formación en red*, del Ministerio de Educación.

MACÍAS, L., y FAGOAGA, J. (2003). *Fisioterapia en pediatría*. Madrid: McGraw-Hill.

PUNSET, E. (2008). *Brújula para navegantes emocionales*. [Madrid:] Aguilar.

SALVADOR, N., YEPES C., y FINESTRES J. (2003). *La actividad física y el deporte en un centro hospitalario* [página web]. *efdeportes.com*, 59.

VILLA, M. J., BENEDICTO, I., MONTÓN, M. J., y MARTÍN, M. A. (2016). «Teruel a pie»: una actividad enriquecedora, motivadora e integradora para niños con discapacidades. *Integración: Revista digital sobre discapacidad visual*, 68, 177-203.