

# EmásF

*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

## **LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA COMO BASE PARA LA INTEGRACIÓN EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA: AUTISTAS**

**Autor: Dr. Jorge J. Fernández y Vázquez**

Profesor de Magisterio, Especialidad Educación Física  
Escuni, Adscrita a la Universidad Complutense de Madrid (2010)  
Email: [JJFYV@telefonica.net](mailto:JJFYV@telefonica.net)

### **RESUMEN**

El movimiento colabora en la adquisición de un esquema corporal, de una acertada organización espacio-temporal y de un mayor conocimiento del mundo exterior, así como un contacto más directo y real desde temprana edad. Pero no debemos olvidar el efecto catártico o de válvula de escape de todas las energías acumuladas, que el ejercicio físico provoca a los que lo practican. En alumnos del espectro autista todas estas adquisiciones son más necesarias.

### **PALABRAS CLAVE:**

Integración, autismo, psicomotricidad, educación física, aprendizaje.

## 1. INTRODUCCIÓN.

Las primeras experiencias motrices del niño son insustituibles para el aprendizaje, entre otros, de las nociones de tiempo y espacio, pilares del desarrollo de la inteligencia.

Es en este sentido, donde debemos recordar el concepto de período crítico de aprendizaje. Parece ser que, cuando se sobrepasa una edad determinada o cierto nivel de desarrollo, a pesar de una preparación intensiva, una persona no logrará jamás el nivel de rendimiento conseguido si se hubiera practicado o entrenado a una edad más temprana.

En el ámbito de los afectados por el síndrome autista, confirma su falta de interés por el movimiento voluntario (con excepción de los que son solo placenteros), así como unas notables faltas del desarrollo motor.

Dar unos conocimientos básicos sobre la utilidad de la Educación Física y el Ejercicio Físico para la terapia de ese gran desconocido “El Autismo” necesarias para una mejor consecución en su integración y adaptación a la sociedad.

## 2. AUTISMO Y EDUCACIÓN FÍSICA.

Algunos autores han demostrado que las primeras experiencias motrices del niño son insustituibles para el aprendizaje, entre otros, de las nociones de tiempo y espacio, pilares del desarrollo de la inteligencia.

Es en este sentido, donde debemos recordar el concepto de período crítico de aprendizaje. Parece ser que, cuando se sobrepasa una edad determinada o cierto nivel de desarrollo, a pesar de una preparación intensiva, una persona no logrará jamás el nivel de rendimiento conseguido si se hubiera practicado o entrenado a una edad más temprana.

En el ámbito de los afectados por el síndrome autista, confirma su falta de interés por el movimiento voluntario (con excepción de los que son solo placenteros), así como unas notables faltas del desarrollo motor.

Usualmente, se tiene la creencia que la motricidad no es un aspecto afectado, en principio, directa y necesariamente por el autismo, si indirectamente por las consecuencias. Muchos autistas muestran patologías neurológicas asociadas y, por lo tanto son casos aparte, y su perfil psicomotor es extremadamente dañado.

¿Por qué esa falta de movilidad? ¿No pueden ser los dueños de su propio cuerpo? ¿No pueden controlarlo? Sabemos por estudios realizados que la falta de entrenamiento es negativa para la adquisición de las cualidades motrices, ¿Pero qué ocurre cuando se les prepara? Todas estas y muchas preguntas más nos las podemos hacer sobre la problemática del síndrome autista, pero ¿Cuáles son las respuestas?

El movimiento colabora en la adquisición de un esquema corporal, de una acertada organización espacio-temporal y de un mayor conocimiento del mundo exterior, así como un contacto más directo y real desde temprana edad. Pero no debemos olvidar el efecto catártico o de válvula de escape de todas las energías acumuladas, que el ejercicio físico provoca a los que lo practican.

## 2.1. Cualidades que inciden en el trabajo motor en un autista.

La psicosis infantil puede definirse como un trastorno de personalidad y que depende de un desorden en la organización del "YO" y de la realidad con el mundo circundante (Ajuriaguerra, 1978). El autismo, es un trastorno profundo del desarrollo que se caracteriza por las siguientes cualidades:

- Prefieren señalar sus necesidades por gestos.
- Unión muy intrínseca de objetos particulares (peluches, llaves, etc.).
- Risas y lloros sin razón aparente. (Cambios de estado de ánimo continuos).
- Actúan como sordos sin serlo.
- Se resisten a cualquier aprendizaje y a los cambios.
- No tienen sentido del miedo y el peligro o cosas inofensivas.
- Ritualistas en sus costumbres y actitudes.
- No miran a los ojos, ni siquiera a veces a la cara.
- Alteración de la comunicación: inversión pronominal, mala comprensión, etc.
- No poseen una imagen mental de las cosas, lo que dificulta el aprendizaje.

Tendríamos más cualidades características, pero serían para profundizar en el problema con un libro específico científicamente, y no en un artículo científico.

## 2.2. Técnicas de enseñanza, trabajo motor con autistas.

- La rehabilitación de los niños más profundos.
- La Educación Física propiamente dicha.

Todos los niños de un centro deben pasar una vez al día por el gimnasio con uno u otro fin, oscilando la duración de las sesiones entre 30 y 50 minutos. El ratio profesor-alumno se ajustará al nivel de afectación de cada niño siendo de 1:1 en casos de niños profundos y graves, y de 1:2 con los que tienen mayor nivel cognoscitivo y psicomotor (Grupos de 5 ó 6 alumnos).

Planteamiento del trabajo motor con los niños más profundos:

Este trabajo empíricamente se concreta en sesiones individuales para que el objetivo sea que alcancen el mayor nivel posible, pero hay otros objetivos:

- Simplificar las órdenes al máximo y que sean siempre de la misma forma.

- Uso continuo de refuerzos positivos y negativos y si fuera necesario de castigo.
- Suelen sentirse trastornados por el fracaso que supone la incorporación de todo lo que les rodea.
- Corrección de alteraciones estáticas que existen, las más frecuentes son en la columna vertebral.

### 2.3. Planteamiento psicomotor con los niños profundos:

Trabajo empírico por parejas con estos niños puede introducir en una disciplina muy positiva para ellos. Por ejemplo: Esperar su turno mientras el compañero ejecuta el ejercicio.

El niño necesita más independencia y crear lazos de relación con sus compañeros a la vez que adquiere habilidades motrices y perceptivas y se trabajan las cualidades físicas.

En el siguiente paso creo que deberíamos formar clases reducidas con un máximo de 5 alumnos y teniendo como meta los niveles cognitivo, social, psicomotor y afectivo. Por supuesto el objetivo primordial será una aproximación a la "normalidad" en las clases de Educación Física.

Una de las técnicas más efectivas es de impartir dichos ejercicios con demostraciones pues la mayoría de los alumnos incapaces de entender órdenes pero con gran capacidad de imitación.

A veces realizaremos ejercicios generales con la ayuda kinestésica y también con aparatos y elementos especiales. La natación no la podemos obviar pues es muy positiva con autistas, con un día por semana como mínimo y profesorado especialista.

### 3. DESCRIPCIÓN DE UN CASO: "EL TRABAJO PSICOMOTOR EN UN GRUPO CON ALUMNOS DE ALTO NIVEL".

Siempre que trabajamos con niños autistas el problema principal y primero con el que nos encontramos es la falta de atención y de actitud expectante hacia las explicaciones del profesor. Debemos hacer mucho hincapié en enseñarles a permanecer quietos y pendientes de las demostraciones y de las órdenes.

El tono muscular a través de uno de los sistemas que lo regulan, la formación reticular, está estrechamente unido a los procesos de atención de forma que exista una íntima relación entre la actividad tónica muscular y la actividad tónica cerebral. Por tanto cuando intervengo sobre el control de la tonicidad muscular, lo haré también sobre el de los procesos de atención, imprescindibles para cualquier aprendizaje.

El segundo problema con que me encuentro y suelen encontrarse los profesionales y compañeros, es la carencia de nociones fundamentales aplicadas al movimiento, imprescindibles para determinados aprendizajes.

Creo que en un principio, comenzaremos trabajando las nociones de esquema corporal, nociones espacio-temporales y sobre todo objetos. Con respecto a los primeros debemos tratar la estructuración interna del "Yo" y mediante el conocimiento de sus miembros y su propio cuerpo, de esta manera se implica la diferenciación del "Yo" corporal con respecto al mundo exterior.

Como bien sabemos. A partir del movimiento se puede hacer esa diferenciación, ya que un segmento no se puede individualizar si no hay una percepción de su movilidad propia, que permita diferenciarlo de los segmentos vecinos. Algunos ejemplos de esta reflexión empírica: correr con las manos en la espalda, tocarse las orejas, manos en la espalda, etc.,

▪ **Conocer los objetos:**

Debemos incorporar los conocimientos sobre los objetos, las formas, dimensiones, colores, etc. Ejemplo: A la orden de un sonido, estímulo del sentido auditivo, tocar un objeto de color azul, redondo, etc...

▪ **Conocimientos espacio -temporales:**

Tenemos que intentar que ellos fijen los puntos de referencia en los elementos del gimnasio, ya que los niños autistas correrían siempre alrededor de su eje por falta de organización espacial. Una progresión posible de utilizar sería:

- Realizar carrera alrededor de los bancos suecos y de las colchonetas, e inculcar conceptos como los cambios de sentido, espaldas, etc.
- Realizar el mismo trabajo cambiando el tamaño de los elementos que utilizamos. Por ejemplo: Poner conos o picas o cualquier otro elemento vertical e incluimos los cambios de dirección.
- Circular corriendo por el gimnasio delimitado por los límites del mismo.
- Utilizar el deporte de Orientación desde su nivel más básico y de la forma más elemental (Con elementos móviles por ejemplo compañeros).
- O el siguiente paso de orientación de frente, lateral, delante, detrás, arriba, etc.

▪ **Conocimiento corporal:**

Aquí trataremos de trabajar la lateralidad, lo cual en condiciones normales, permite la elaboración mental del gesto preciso que deberán realizar a priori a su ejecución; por ejemplo: ejercicios del deporte del baloncesto; botar el balón con una mano y después se cambiará de mano, y todo ejercicio que se haga diferenciando cada una de sus lateralidades, otros deportes idóneos: balonmano, volley,...

▪ **Cooperación -colaboración:**

Debemos intentar la participación activa de los alumnos en momentos como a la hora de recoger el material deportivo, esto también vale para ahorrar tiempo, etc.

Sin embargo si tenemos alumnos más aventajados deberíamos darles pequeñas responsabilidades lo cual dará más motivación. Por ejemplo dirigir el calentamiento, etc.

¿Qué logramos con este ejercicio de responsabilidad? Motivar su espontaneidad dándoles libertad de la elección de los ejercicios.

También debemos realizar ejercicios en los cuales el alumno ejecute actividad física con otros compañeros como por ejemplo: el caballo, carretilla, ejercicios de baloncesto, balonmano, voleibol, etc.

También que ellos tengan contacto físico, pues una de las características que menos soportan es el roce físico. Todo esto les proporcionará y nos proporcionará la amplitud del programa.

- **Condición Física:**

Aquí comenzaremos a autonomía de actuación e intentaremos que los niños sean capaces de ejecutar y controlar por sí mismos sus movimientos desarrollando sus cualidades físicas y habilidades psicomotoras.

- **Conductas Sociales:**

Introduciremos amigos, familiares en las actividades físico deportivas.

Realizaremos actividades físico-deportivas con jóvenes normales, introduciéndoles reglamentos deportivos o normas básicas. Como por ejemplo todos contra todos (Quitar la pelota botando y sin perder la propia). Como este tendríamos un sin fin de ejercicios diferentes.

- **Actividades Específicas: “Deportes” (Colectivos e Individuales).**

Aquí se nos complican los programas, pues si bien nuestros alumnos han asimilado las actividades físico-deportivas como el botar, pasar, etc., algo más difícil será que metan canasta de las diferentes formas, pero esto no tardaremos en lograrlo con cierta práctica y repeticiones, pero realmente se nos complica cuando tenemos que explicar e introducir estrategias y tácticas. Según mi experiencia personal hay métodos y técnicas más útiles para llegar a realizar los programas difíciles como la enseñanza de los deportes alternativos, ya que son fácilmente asimilables por los niños autistas, pues algunas destrezas son innatas como la puntería, por ejemplo el “frisbee = disco volador”.

Todo esto con respecto a los deportes colectivos y con respecto a los deportes individuales, natación, etc....; pueden dar muchas posibilidades para que nuestros alumnos compitan en otro tipo de actividades a la vez que también se realizan en un trabajo terapéutico.

### 3. CONCLUSIONES.

¿A qué conclusiones se llega?

- Incrementemos las posibilidades de acción y de entrenamiento, siendo más fácil la disminución de estereotipos y momentos de desconexión con el entorno.
- Creo que la Educación Física como medio positivo de intervención terapéutica con personas afectadas por autismo o psicosis infantiles. Ejerce como trabajo de capacitación psicomotriz y adaptación e integración, etc. muy acertado y positivo.
- Mediante las Actividades Físico-Recreativas: Acampadas, excursiones, contacto con animales en su medio, se incrementan las relaciones sociales y afectivas.
- Pero una de las facetas a realizar más importante creo que es darles nuestra "Compresión, Dedicación y mucho Amor".

Debemos seguir investigando y trabajando en Pro de los niños autistas con la práctica de la Educación Física.

### 4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Baron-Cohen, Simon y Hadwin, Julie y Howlin, Patricia (1999) "Teaching Children with Autism to Mind-Read: Practical Guide", Ed. Wiley.

Calleja, C. et al (1989) "Orientaciones básicas para el tratamiento motriz del autista", en Intervención educativa en autismo infantil. Centro Nacional de recursos para la educación especial (MEC), tema 9, Madrid.

Calmels, Daniel: (2003) "¿Qué es la Psicomotricidad? Los trastornos psicomotores y la practica psicomotriz", Editorial Lumen, 1ra edición, Buenos Aires.

Crespo Cuadrado, Manuela: "Autismo y educación".  
<http://www3.usal.es/~inico/actividades/actasuruguay2001/8.pdf>.

Egge, Marín (2008) "El tratamiento del niño Autista", Ed. Gredos.

Fitzgerald, Michael (2004) "Autism and creativity: Is there a link between autismo in men and excetional ability". Ed. Brunner Routledge

González Sarmiento, L. (1982) "Psicomotricidad profunda (La expresión sonora)". Ed. Miñon, Valladolid.

Happe, Francesca. (2007) "Introducción al autismo". Ed. Alianza Editorial.

Hernández, Juana María (2007) "Déjame que te hable de los niños y niñas con autismo en la escuela" Ed. Teleno.

Howlin, P, Baron-Cohen, Hadwin J. (2006) "Enseñar a los niños autistas a comprender a los demás". Ed. Ceac Educación Especial.

Martos Pérez, Juan y Pérez Julia, Marisa. (2002) "Autismo: un enfoque orientado a la formación en logopedia" Ed. Nau Libres.

Molina, Ana Luisa: "Actividad física y autismo II". <http://www.monografias.com>

Parlebas, P: "Contribution á un léxique commenté en science de l'action motrice." EPS. París, 1981

Peñalver López, Ismael y Valero Valenzuela, Alfonso y Velasco da Silva, Mercedes (2007), "El niño autista en la clase de Educación Física: elaboración de un circuito por estaciones". Revista Digital: Lecturas: EF y Deportes [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=2702358>

Rigal, R. (1987) "Motricidad Humana: Fundamentos y Aplicaciones Pedagógicas". ED. Pila Teleña, Madrid.

Riviére, Ángel, (2001) "Autismo". Ed. Trotta S.A.

Valdez, Daniel. (2005) "Evaluar e Intervenir en Autismo". Ed. A. Machado Libros.

Vayer, P. (1977) "El dialogo corporal". Ed. Científico-Médica, Barcelona.

Villar, R. (1986) "Psicosis y Autismo del niño". ED. Masson, Barcelona.

VV.AA. (2005) "Niños autistas", Ed. Editorial Mad, SL.

Wing, L. (1985) "La educación del niño autista". Ed. Paidós, Barcelona.

Yuste Navarro, Ángel L. (2003) "Colección Actividad Física y Discapacidad, una propuesta curricular interdisciplinaria para el alumno autista". Ed. Aljibe

Fecha de recepción: 27/12/2010

Fecha de aceptación: 9/02/2011