



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO

LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

<i>Apellido Y Nombre</i>	<i>Romero Ruth</i>
<i>DNI</i>	<i>30907898</i>
<i>Año Cursado</i>	<i>2025</i>
<i>Correo Electrónico</i>	<i>Rhromero2014@gmail.com</i>
<i>Seminario</i>	<i>Elaboración, Tutoría y Presentación de Tesis</i>
<i>Trabajo final</i>	<i>La educación física en niños y adolescentes con autismo en Tucumán</i>
<i>Director</i>	<i>Profesor Fernando Marrón</i>

La educación física en niños y adolescentes con autismo en Tucumán

Introducción

La educación física en niños y adolescentes con autismo representa un desafío y, al mismo tiempo, una oportunidad para mejorar su calidad de vida. En Tucumán, cada vez más escuelas, familias y docentes se involucran en este proceso inclusivo. A través de entrevistas con docentes, padres y alumnos, este trabajo busca mostrar experiencias reales de progreso, las dificultades encontradas y las recomendaciones que surgen de esas vivencias.

Breve Marco teórico

El autismo, o Trastorno del Espectro Autista (TEA), se caracteriza por dificultades en la comunicación, la interacción social y patrones de comportamiento repetitivos. Según la literatura (American Psychiatric Association, 2013), la actividad física puede mejorar la coordinación, la regulación emocional y la interacción con otros.

En educación física, se recomiendan actividades con rutinas claras, juegos no competitivos, y un acompañamiento paciente. La práctica deportiva puede ser una vía para fortalecer la autoestima y la socialización.

Resumen del marco teórico

Autor / Proyecto	Enfoque principal
<i>Hospital Italiano (SMP)</i>	<i>Intervención interdisciplinaria con E. Física para niños con TEA</i>
<i>Chialva (2024)</i>	<i>Docentes motivados, pero falta de herramientas y desconocimiento del DUA</i>
<i>Castellanos (acuática)</i>	<i>Propuesta motriz adaptada en entorno acuático con base evolutiva</i>
<i>Gil (2019)</i>	<i>Perspectiva psicomotriz para trabajar subjetividad a través del cuerpo</i>
<i>Sotelo (formación/protocolos)</i>	<i>Capacitación docente, protocolos inclusivos y adaptación post-pandemia</i>
<i>Hockey inclusivo</i>	<i>Deporte adaptado comunitario como promotor de inclusión y autoafirmación</i>

Proyecto Catamarca	Formación inicial docente con recursos reales para incluir en EF
--------------------	--

Este marco ofrece un panorama actualizado sobre cómo el campo de la Educación Física en Argentina, en diálogo con la psicopedagogía, la formación docente y experiencias comunitarias, está aportando a la inclusión real de estudiantes con TEA.

Contexto sociocultural en Tucumán

En la provincia de Tucumán, se vienen desarrollando políticas y proyectos para la inclusión de niños con TEA. Por ejemplo:

En la Escuela Isabel la Católica funciona un Centro de Abordaje Integral para alumnos con TEA, con actividades de educación física adaptadas.

Se proyecta un Centro Educativo Terapéutico con infraestructura específica para niños con autismo.

Se capacita a docentes en estrategias de acompañamiento en las aulas y gimnasios. Profesores como Eduardo Sotelo impulsan iniciativas inclusivas como Aprendiendo a Jugar, donde el foco está en el juego cooperativo y no en la competencia.

Además, existen historias inspiradoras como la de Mario Exequiel, un joven con Asperger de Monteros que logró recibirse de profesor de educación física, demostrando la importancia de la inclusión.

Todo esto forma un marco donde las experiencias individuales cobran aún más valor.

Historias y experiencias

Joaquín (Yerba Buena, 7 años)

Tipo de autismo: TEA con discapacidad intelectual asociada.

Habilidades: responde muy bien a consignas rítmicas y musicales, buena motricidad gruesa (correr y saltar), muestra alegría en actividades dinámicas. **Carencias:** lenguaje prácticamente ausente (usa gestos), baja tolerancia a ruidos fuertes, dificultades para comprender consignas verbales.

Necesidad de ayuda: asistencia constante de un adulto para sostener la participación y anticipar actividades.

Terapias: psicopedagógica, psicológica, psicomotricidad y comunicación aumentativa.

Primera experiencia en Educación Física: al inicio presentó resistencia y llanto debido a la música fuerte, pero al bajar el volumen y ofrecerle un aro de colores se enganchó en la actividad de saltar dentro y fuera del aro.

Entrevista con su mamá, Mariana, en cuanto a su estímulo y experiencias en clases de Natación

Al inicio: Joaquín no quería entrar a la pileta, lloraba y decía que el agua lo asustaba.

Proceso: Con apoyo del profesor y sesiones semanales, primero se metía con flotadores. Luego empezó a zambullirse con ayuda y finalmente logró nadar de un lado a otro. Esta adaptación llevo varios meses ya que él no seguía las consignas inmediatamente, le gustaba estar en el agua, pero demoraba en hacer las cosas que se le enseñaban.

Resultados: Hoy Joaquín participa feliz en natación y su mamá cuenta que duerme mejor, está más tranquilo en casa y habla más con sus compañeros, la medicación para la ansiedad disminuyo, y sus terapias son más productivas desde que asiste a las clases de natación y actividad física, ya que progreso en su sociabilidad y la tolerancia a los contextos con ruido y personas.

opinión de Mariana: “Lo más importante fue la paciencia del profe. Los papás necesitamos que nos escuchen y que entiendan que cada chico va a su ritmo.”



Valentina (11 años)

Tipo de autismo: TEA nivel 1 (leve).

Habilidades: alta concentración en tareas de interés, buena coordinación motriz gruesa (correr, trepar) y vocabulario amplio.

Carencias: dificultades en la interacción social, evita contacto visual y se aísla; presenta frustración ante la competencia o pérdida en juegos.

Necesidad de ayuda: apoyo emocional y estrategias docentes de inclusión en equipos.

Terapias: psicología enfocada en habilidades sociales.

Primera experiencia en Educación Física: Llegó con entusiasmo, pero evitó participar en grupos. Se integró plenamente cuando el docente le propuso un desafío individual (carrera de obstáculos), le interesan las actividades físicas relacionadas al juego.

Entrevista con su papá, Carlos:

Al inicio: Martina no soportaba los juegos con pelotas, se apartaba y se frustraba rápido cuando no podía lograr lo que quería. Aunque no reconocía estar molesta lo demostraba aislándose, debido a su poca tolerancia a la frustración.

Proceso: Los primeros meses se la invitó a participar en carreras cortas, sin presión, y que tuvieran un objetivo viable, Poco a poco fue disfrutando de correr con música de fondo, y concretando objetivos de distancia y velocidad.

Resultados: Después de un año, corre 400 metros seguidos. Pide entrenar antes de los actos escolares y ya no siente rechazo por el grupo, si bien interactúa con otros no se le presionó a realizar deportes donde no estaba cómoda, sino que se la oriento a un deporte dentro de sus capacidades y comodidad ya que el atletismo si bien es compartido en los entrenamientos, es un deporte individual el cual ella disfruta y puede ver su progreso sin compararse con el resto o frustrarse.

Opinión de Carlos: “Creo que deberían darle más opciones de actividades. Si se insiste solo en deportes tradicionales, muchos chicos quedan afuera.”

3. Diego (15 años, San Miguel de Tucumán)

Diagnóstico: Asperger, con buenas habilidades cognitivas, lenguaje fluido pero con particularidades en la pragmática.

Características sociales al principio: Mostraba dificultad para iniciar conversaciones con sus pares; tendía a hablar solo de temas de interés (tecnología, videojuegos, trenes).

Le costaba interpretar las bromas, dobles sentidos o ironías. A veces respondía de manera literal. Se aislaba en los recreos, prefería actividades individuales. Escasa tolerancia a los cambios de rutina; mostraba ansiedad si la clase se modificaba.

Necesidades de apoyo iniciales: Acompañamiento de un docente integrador para mediar en la interacción con compañeros. Anticipación de rutinas y cambios.

Estrategias de autorregulación emocional (respirar, retirarse unos minutos si se frustra).
Modelado de habilidades sociales en juegos grupales o deportes.

Progresos observados Primeros

meses:

Al comienzo, participaba solo si se le asignaba un rol claro (ejemplo: “vos vas a llevar la pelota al inicio del juego”).

Necesitaba mucho refuerzo positivo y recordatorios de turnos de palabra.

Se mostró resistente a deportes grupales como el fútbol o básquet.

Prefería actividades más individuales (armado de rompecabezas, juegos de mesa simples).
Participaba solo cuando se le daba un rol concreto y de corta duración.

Con el tiempo y Progresivamente:

Se incorporaron actividades alternativas: caminatas en parejas, juegos de coordinación (aros, sogas, lanzamiento al blanco).

Juegos de mesa cooperativos con compañeros, vinculando lo social con lo lúdico.

Ejercicios de relajación y respiración para autorregulación emocional.

Actualmente: Se suma a juegos grupales de baja exigencia física, como “pilla-pilla adaptado” o relevos suaves.

Colabora en la organización de materiales deportivos (contar pelotas, repartir conos), lo que le da un rol valorado.

Acepta participar en caminatas grupales, siempre que se le anticipe la dinámica.

Progresos

Mayor iniciativa social: *comenzó a proponer actividades que le interesan (ej.: juegos de preguntas, trivia). Aumentó su tolerancia a trabajar en grupo: antes evitaba todo contacto, ahora se mantiene, aunque no sea su juego preferido.*

Mejóro su autorregulación emocional: antes se frustraba y abandonaba, ahora pide un tiempo de pausa y vuelve a integrarse.

Desarrolló habilidades motoras básicas (correr, saltar, lanzar), aunque sigue con menor motivación frente a deportes competitivos.

Logró saludar espontáneamente a algunos compañeros y docentes, algo que no hacía antes. Empezó a aceptar participar en juegos por equipos, aunque prefería posiciones con menos contacto físico.

*Mejóro la comprensión de reglas sociales simples (esperar su turno, compartir **Entrevista directa:***

Al inicio: “Me ponía nervioso cuando había muchos chicos. Me quedaba en un costado mirando”. “no me interesan los juegos en equipo, menos el futbol, prefiero andar en bicicleta o juegos de lanzar pelotas, eso me gusta más”.

Encuesta a los padres (resumen de respuestas)

Antes de comenzar Diego no participaba en deportes; se aislaba en los recreos con su celular, Mostraba ansiedad frente a la idea de educación física.

Cambios observados:

Ahora se muestra más dispuesto a salir al patio y conversar con uno o dos compañeros.

Está orgulloso de poder cumplir pequeños roles en clase.

En casa, comenta algunas actividades que antes ignoraba (ej.: “hoy participé en un juego de preguntas con todos”).

Encuesta a docentes de Educación Física

Profesora Deborah Díaz

Antes Se mantenía al margen, no mostraba interés en el fútbol ni deportes masivos. Necesitaba constante incentivo y acompañamiento.

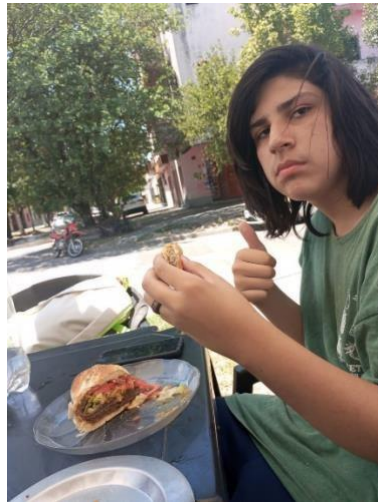
Actualmente, Logra sostener la atención durante toda la clase. Participa en actividades alternativas y busca roles que lo hagan sentir parte.

Ha mejorado su relación con los compañeros, quienes ahora lo invitan a sumarse.

Experiencia general

La clave fue adaptar la propuesta a sus intereses y capacidades, evitando forzarlo en deportes que generan rechazo.

El trabajo de anticipación y roles claros le permitió pasar de la exclusión inicial a un involucramiento activo, Hoy Diego no ama la actividad física, pero reconoce su valor social y logra participar sin ansiedad.



Mateo (5 años)

Tipo de autismo: TEA nivel 2 (moderado).

Habilidades: buena memoria visual, reconoce patrones, disfruta juegos repetitivos con pelotas y logra seguir consignas simples si se presentan con apoyo visual.

Carencias: dificultades en el lenguaje expresivo (frases cortas), problemas para esperar turnos y baja tolerancia a la frustración, lo que puede generar conductas de aislamiento o enojo.

Necesidad de apoyo: requiere acompañamiento de la maestra integradora para mantener la atención y evitar el aislamiento. Estrategias de anticipación y rutinas claras para evitar ansiedad. Actividades estructuradas y adaptadas a sus intereses.

Encuesta a Padres

Primeros pasos en Educación Física: Los padres comentan que al inicio Mateo se mostraba reacio a participar, se quedaba al margen y necesitaba estímulos concretos para integrarse. También se enojaba si se sentía obligado, se autolesionaba e incluso mordía si alguien evitaba que se golpeará.

En casa: Disfruta de actividades repetitivas con pelotas (lanzarlas contra la pared, rodarlas de a varias, picarlas una y otra vez). Prefiere juegos solitarios, pero con guía puede compartir con sus hermanos.

Expectativas: Que logre mayor interacción con sus pares y aprenda a disfrutar de las actividades físicas como espacio de socialización y regulación.

Encuesta a Docentes

Educación Física: La profesora observa que Mateo responde mejor cuando las consignas se muestran en imágenes o se le demuestra con acciones lo que debe hacer, también si se dividen en pasos cortos. Al inicio no respetaba turnos y se frustraba rápido, pero con rutinas claras ha comenzado a esperar breves lapsos. Al principio también creía que todas las pelotas eran solo para él.

Maestra integradora: Señala que Mateo necesita acompañamiento cercano, sobre todo al inicio de cada clase, pero que cuando las actividades involucran pelotas muestra entusiasmo y se concentra.

Logros en la integración: Ha empezado a imitar a sus compañeros en juegos simples, como pasarse la pelota en ronda. Y a consentir que otros usen las pelotas también.

Actividades Realizadas en Educación Física

Juegos con pelotas: Pique, lanzamiento a un aro, pases en ronda con un grupo reducido.

Circuitos motores: Estaciones con apoyo visual (carteles con dibujos) que indican: saltar, correr, lanzar.

Actividades de espera y turnos: Uso de tarjetas de colores para indicar cuándo es su turno.

Rutinas de inicio y cierre: Canción o pictograma para anticipar la actividad y señal visual para marcar el final.

Progresos Observados

Inicio: Mateo se aislaba y solo repetía juegos con la pelota sin interacción, no compartía.

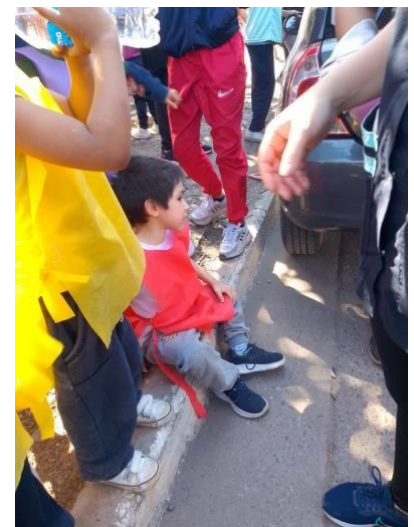
Tras algunos meses: Comenzó a aceptar la presencia de otros en su juego y a permitir que todos participen en lo que él veía como su juego.

Actualmente: Participa en rondas simples, espera turnos breves, y aunque todavía se frustra si pierde, logra volver a la actividad con ayuda.

Análisis

El progreso de Mateo demuestra la importancia de estructurar las actividades físicas con apoyos visuales y rutinas claras. Su motivación por las pelotas se convirtió en un puente para trabajar la interacción social y la tolerancia a la espera. Si bien todavía requiere acompañamiento, su evolución evidencia que la combinación de intereses personales, más apoyos adaptados, mas acompañamiento docente e integrador favorece la inclusión.

Recomendaciones: Continuar con apoyos visuales y rutinas estructuradas. Ampliar gradualmente el tiempo de espera en turnos. Promover juegos cooperativos cortos, aumentando de a poco la complejidad. Mantener la comunicación fluida entre padres, docente de Educación Física y maestra integradora.



Análisis General del aprendizaje en personas con TEA en Educación Física

1. Contexto de los Estudiantes

Los cuatro estudiantes (Joaquín, Valentina, Diego y Mateo), con distintos niveles dentro del espectro autista, muestran particularidades propias, pero también características comunes:

Dificultades compartidas: regulación emocional, lenguaje (expresivo o comprensivo), respeto de turnos y adaptación a las consignas.

Fortalezas en común: memoria visual, motivación por actividades repetitivas o de su interés, capacidad de progresar cuando las consignas son claras y estructuradas.

Necesidad transversal: acompañamiento cercano (maestra integradora, apoyos visuales, rutinas estables).

Cada uno tuvo un punto de partida diferente, pero todos encontraron en la Educación Física un canal de expresión y de integración.

2. Educación Física como puerta de adaptación

Mateo: encontró en la pelota una vía para socializar, pasando del juego solitario al juego compartido en ronda.

Joaquín: aprendió a seguir consignas motoras con apoyo visual, reduciendo sus frustraciones al lograr rutinas estructuradas.

Valentina: desarrolló confianza en sí misma al participar en juegos grupales simples, mostrando avances en la comunicación no verbal.

Diego: a pesar de no disfrutar inicialmente de lo físico, progresó al integrarse en actividades adaptadas a sus intereses, logrando mayor participación.

En todos los casos, la Educación Física fue un puente hacia la socialización: permitió que cada niño, a su ritmo, pasara de lo individual a lo compartido.

3. Aportes Teóricos que podemos mencionar

Parlebas (práxica motriz): señala que el juego motor es una forma de comunicación social. En estos niños, actividades como rondas, circuitos y juegos con pelotas se transformaron en lenguaje corporal compartido, donde aprendieron normas sociales y roles. **Psicólogos del espectro autista (Rivière, Attwood, Wing):** enfatizan la necesidad de apoyos visuales, rutinas previsibles y el aprovechamiento de intereses específicos. Estos principios se

aplicaron en las clases (uso de pictogramas, juegos estructurados, anticipación de consignas).

Profesores de Educación Física adaptada: destacan que la inclusión no es bajar el nivel, sino crear condiciones de acceso a la misma experiencia. En este sentido, los cuatro niños pudieron participar en igualdad, con adaptaciones concretas.

4. Resultados observados

Inicio: retraimiento, frustración, falta de participación.

Proceso: con apoyo visual, acompañamiento y rutinas claras, comenzaron a interactuar, imitar a compañeros y aceptar turnos.

Progresos actuales:

Joaquín: mayor control en la espera.

Valentina: integración en pequeños grupos.

Diego: motivación y disposición a participar, aunque en actividades de baja exigencia.

Mateo: consolidación del juego compartido.

La muestra evidencia que, aunque los avances son desiguales, todos lograron mayor adaptación social, comunicación no verbal y regulación emocional.

5. Contexto Sociocultural de Tucumán

En Tucumán, donde los recursos escolares son limitados, el área de Educación Física cumple una función más amplia que la puramente deportiva. Para estos niños y sus familias, se convierte en un espacio de inclusión real, donde se ponen en práctica aprendizajes sociales que no siempre logran en otros contextos. La articulación entre docentes, integradores y familias fue clave para sostener los avances.

Análisis en Términos Simples

Los cuatro alumnos con autismo aprendieron, gracias a la Educación Física adaptada, a:

- Compartir más con sus compañeros.
- Esperar y respetar turnos poco a poco.
- Expresarse y divertirse a través del movimiento.
- Sentirse parte del grupo, aunque cada uno a su manera.

Recomendaciones Prácticas para Profesores de Educación Física Adaptada

1. **Apoyos visuales y rutinas claras:** ayudan a que los chicos entiendan qué hacer y cuándo.
2. **Empezar desde sus intereses:** pelotas, circuitos simples o juegos repetitivos.
3. **Trabajar en grupos pequeños:** primero en pareja, después en rondas, y finalmente en el grupo grande.
4. **Respetar ritmos individuales:** no todos avanzan al mismo tiempo, pero cada paso es un logro.
5. **Evitar consignas largas o abstractas:** dar instrucciones cortas, concretas y con gestos.
6. **Favorecer lo positivo:** reconocer sus logros más que marcar errores.
7. **Mantener comunicación con las familias e integradores:** coordinar estrategias dentro y fuera de la escuela.

En conclusión, Joaquín, Valentina, Diego y Mateo representan la diversidad dentro del espectro autista, pero también demuestran que la Educación Física puede ser una herramienta poderosa de inclusión y adaptación social cuando se trabaja con sensibilidad, conocimiento y estrategias adecuadas.

Porque comencé esta investigación

La decisión de dedicar mi trabajo final a la realización de entrevistas, evaluaciones y seguimientos del progreso de niños con autismo en el ámbito de la educación física no surge únicamente de un interés profesional, sino también de una experiencia profundamente personal. A lo largo de mi vida, la educación física ha sido un eje estructural que me permitió comprender, habitar y organizar mi propio mundo interno.

Como persona autista, encontré en el movimiento y en la actividad corporal una vía concreta para regular mis emociones, fortalecer mis habilidades sociales, mejorar mi autoestima y desarrollar una autonomía que difícilmente habría alcanzado por otros medios.

Esta experiencia personal se complejiza y enriquece aún más con el hecho de que mis hijos también están dentro del espectro autista. La educación física, con su componente

de disciplina, estructura y repetición, se transformó en una herramienta esencial para acompañar su crecimiento. A través del movimiento, ellos lograron progresos significativos no solo en su desarrollo motor, sino también en aspectos emocionales, conductuales y comunicativos. Ver sus avances me permitió comprender desde otro lugar el enorme potencial que tiene la educación física como medio de intervención integral.

Sin embargo, el impacto más profundo de este proceso lo viví en mi propia transformación. Acompañar a mis hijos, comprender sus necesidades y guiarlos mediante la educación física me llevó también a trabajar sobre mí misma. La disciplina corporal se convirtió en un espacio de autoconocimiento y resiliencia, donde pude reconocer mis límites, fortalecer mis capacidades y desarrollar herramientas para navegar los desafíos cotidianos. Esta vivencia personal me dio una sensibilidad particular para abordar las dificultades que atraviesan muchos niños con autismo, así como sus familias.

Es desde este recorrido, entonces, que surge mi interés en contribuir a que más personas con autismo accedan a los beneficios que brinda la educación física y el deporte.

Considero que el movimiento no es solo un contenido curricular, sino una forma de construcción subjetiva y social. Proporciona un entorno donde se trabaja la regulación emocional, la atención, la planificación, la coordinación y la interacción con otros, elementos que resultan especialmente relevantes en el espectro autista. Además, el deporte ofrece oportunidades de inclusión, pertenencia y participación comunitaria, aspectos fundamentales para la calidad de vida.

Por todo esto, la implementación de entrevistas, evaluaciones y seguimientos cobra un sentido central a mi investigación. No se trata únicamente de registrar avances, sino de comprender las necesidades individuales, reconocer las particularidades sensoriales y emocionales, y diseñar intervenciones que respeten los ritmos y modos de cada niño. Mi doble perspectiva —como profesional y como persona que ha vivido en primera persona los desafíos y fortalezas del autismo— me permite construir un enfoque empático, informado y profundo.

En síntesis, mi decisión nace de la convergencia entre experiencia personal, vivencia familiar y convicción profesional. La educación física transformó mi vida y la de mis hijos; por lo tanto, considero fundamental generar espacios donde otros niños con autismo

puedan experimentar las mismas posibilidades de desarrollo, bienestar e integración a través del movimiento y el deporte.