



JUDO | per integrar ∫

Projecte per la millora de la qualitat de vida i la interacció de la persona autista

INTRODUCCIÓ

Volem presentar un nou projecte dirigit al col·lectiu de nens i nenes amb TEA i que utilitza el judo com a eina d'interacció social i vehicle de comunicació a través del contacte físic i la motricitat.

Les condicions específiques del judo com són el contacte físic (entès com a una cosa necessària i positiva) entre els nens, el control dels impulsos i les conductes agressives, el correcte desenvolupament global del nen a nivell motriu, cognitiu i emocional, ens permetran elaborar un programa de desenvolupament pels nens i nenes ajustat als seus trets, així com poder incidir en aspectes que ja funcionin de forma correcta i potenciar-los. Creiem que les característiques úniques del judo, que hem esmentat anteriorment, s'ajusten de forma precisa a les seves necessitats i fan d'aquest esport adaptat una de les millors estratègies per garantir una ajuda en el costós procés terapèutic d'aquest col·lectiu i els hi ofereix una activitat normalitzada que dóna sortida a un dels problemes més evidents, la integració social de la persona autista.



OBJECTIUS GENERALS

Aquest projecte es planteja com a objectiu principal *ajudar a la persona amb TEA a integrar-se a la societat*. Per poder aconseguir aquesta fita ens vàrem plantejar una sèrie d'objectius concrets que a continuació descrivim i que pretenen afavorir la integració dels subjectes a la societat mitjançant el judo, així com millorar el seu nivell motriu.

- **Millorar el seu desenvolupament motriu:** s'han desenvolupat exercicis específics amb els que els subjectes experimentin amb el seu cos i puguin gaudir, d'una forma diferent, de les seves capacitats, així com poder identificar les seves limitacions motrius.

- ***Augmentar la intenció comunicativa:*** evidentment aquesta és una de les àrees més greument afectades de la persona autista. Amb aquest objectiu intentem provocar situacions on els subjectes mantinguin una interrelació amb els monitors o els seus companys i s'estableixi un canal de comunicació, ja sigui verbal, gestual o bé simplement a través del contacte físic.



- ***Afavorir el control de la conducta:*** ja que tots els subjectes presentaven alteracions de la conducta (conductes obsessives, estereotípies, agressivitat, hiperactivitat, hipoactivitat ...) es va plantejar aquest objectiu. L'estructura de les sessions fa que aquestes manifestacions no tinguessin tanta probabilitat de succeir ja que estan estructurades de forma que garanteixen un ordre i el coneixement dels diferents moments de la sessió per part dels subjectes, aportant-los una certa percepció de control sobre elles.
- ***Potenciar la capacitat d'entendre consignes verbals o gestuals:*** aquest objectiu pretén fer més autònoma a la persona i aconseguir que segueixi instruccions verbals i no només per imitació motora.
- ***Potenciar la relació amb altres:*** entre tots els objectius aquest és el que més rellevància ha pres en la nostra intervenció. Es tracta més d'una consigna per a tots els monitors i professionals del projecte que no pas d'uns exercicis concrets, és a dir, des del moment en el que s'entrava al centre ja s'intentava fomentar la relació entre nosaltres i els subjectes, i un cop a les sessions es prioritzava qualsevol situació que succeís en la que existís una petita motivació per establir una relació per part de les persones amb les que interveníem.

- **Adquirir la capacitat de planificar accions i executar-les, així com elaborar alternatives:** aquest objectiu va ser secundari a la resta. Un cop vam començar les sessions vam poder observar que resultava molt necessari potenciar la capacitat que tenen aquestes persones per entendre una situació, elaborar diferents alternatives de solució, escollir la millor i tot seguit executar-la. Es van elaborar exercicis que resultaven veritables problemes motrius que tot el grup havia de resoldre. Fruit de l'intent de cada participant del grup es podien observar les diferents formes de solució i com uns actuaven per imitació dels altres, enriquint així el seu bagatge motriu, perceptiu i sensorial.

FUNCIONAMENT

A continuació descrivim el funcionament de les sessions:

Dies: Tots els dilluns

Horaris: 1r grup de 17:15h a 18:00h

2n grup de 18:00h a 18:45h

Lloc: instal·lacions de Pere Alastrué – Psicòlegs. C/Barcelona 77, 1r B (Manresa)

Material necessari: Quimono

Preu: 48 €/mes

