



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

**PROYECTO GLOBAL TERAPÉUTICO
CENTRO DE ATENCIÓN DIURNA PARA PERSONAS
CON DISCAPACIDAD EN SITUACIÓN DE
DEPENDENCIA DE PILAR DE LA HORADADA.**



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

INDICE

- I. EL PILAR DE LA INTERVENCIÓN: LA CALIDAD DE VIDA.**
- II. MODELO DE INTERVENCIÓN: LA PRESTACIÓN DE APOYOS.**
- III. PROGRAMAS DE APOYO.**
- IV. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y ATENCIÓN PSICOLÓGICA.**
- V. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES DE AUTONOMÍA PERSONAL EN LA VIDA DIARIA.**
- VI. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES INSTRUMENTALES Y USO DE RECURSOS INFORMÁTICOS.**
- VII. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN LA COMUNIDAD.**
- VIII. PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES**
- IX. PROGRAMA AUTONOMÍA E IDENTIDAD**
- X. PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA**
- XI. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES OCUPACIONALES Y PRELABORALES.**
- XII. ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO**
- XIII. PROYECTO Y MEMORIA ANUALES**



I. EL PILAR DE LA INTERVENCIÓN: LA CALIDAD DE VIDA.

Como señalan Schallock y Verdugo¹, en el contexto de las políticas sobre discapacidad, salud, y rehabilitación, la calidad de vida se puede entender como la ampliación o el incremento de la igualdad para todas las personas, independientemente de su condición. Esta idea debe conducir a articular estrategias de actuación encaminadas a incrementar el bienestar de la gente y reducir su exclusión social.

La calidad de vida:

- Está compuesta de los mismos indicadores para todas las personas, independientemente de sus circunstancias personales: en educación o en educación especial, en salud física, salud mental y comportamental, en discapacidades intelectuales, en envejecimiento y en vida familiar.
- Se experimenta cuando las necesidades de la persona se ven satisfechas y cuando se tiene la oportunidad de mejorar en las áreas vitales más importantes.
- Tiene componentes subjetivos y objetivos, pero es fundamentalmente la propia percepción del individuo lo que refleja la calidad de vida que se experimenta.
- Está basada en las necesidades, las elecciones y el control de la propia persona.
- Es un concepto multidimensional influenciado por factores personales y ambientales, tales como las relaciones de intimidad, la vida familiar, la amistad, el trabajo, el vecindario, el lugar de residencia, la vivienda, la educación, la salud, el nivel de vida y el estado de la sociedad en su conjunto.

Las dimensiones básicas de la calidad de vida se definen como un conjunto de factores que componen el bienestar personal. Se ha establecido un consenso generalizado según el cual la calidad de vida se articula según ocho dimensiones básicas agrupadas en tres factores.

- Independencia: que incluye las dimensiones de desarrollo personal y autodeterminación.
- Participación social: que incluye las dimensiones de relaciones interpersonales, inclusión social y derechos.

¹ SCHALLOCK, R. L. y VERDUGO, M. A. (2003): *Calidad de vida. Manual para profesionales de la educación, la salud y los servicios sociales*. Madrid, Alianza Editorial.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Bienestar: que incluye las dimensiones de bienestar emocional, bienestar físico y bienestar material.

Ahora bien, necesitamos disponer de una serie de elementos que permitan extraer información acerca del grado de calidad de vida que una persona atesora. Estos elementos son denominados indicadores de Calidad de Vida. A modo de ejemplo exponemos algunos indicadores de calidad de vida propuestos en el caso de personas con discapacidad intelectual en función de las distintas dimensiones establecidas:

DIMENSIONES	INDICADORES
<u>Inclusión Social</u>	<ul style="list-style-type: none">– Acceso a los recursos de la comunidad.– Presencia en el entorno comunitario.– Participación efectiva en la comunidad.– Utilización de los recursos puestos a su disposición por la comunidad.
<u>Bienestar Físico</u>	<ul style="list-style-type: none">– Salud personal y ambiental.– Seguridad física.– Movilidad.– Actividad física y deportiva.– Nutrición.– Atención sociosanitaria.
<u>Relaciones Interpersonales</u>	<ul style="list-style-type: none">– Calidad de las relaciones interpersonales en los ámbitos personal, familiar, laboral y social.– Pertenencia a grupo, evitación de la soledad.– Relaciones emocionales.– Relaciones de intimidad y sexualidad.
<u>Bienestar Material</u>	<ul style="list-style-type: none">– Empleo.– Renta y seguridad financiera.– Habitabilidad y confort en el domicilio.– Seguridad.– Transporte.
<u>Bienestar Emocional</u>	<ul style="list-style-type: none">– Autoimagen, autoconcepto y autoestima.– Habilidades de comunicación efectiva.– Bienestar psicológico y conductual.– Visión positiva de la vida.– Ausencia de estrés.
<u>Autodeterminación</u>	<ul style="list-style-type: none">– Funcionamiento independiente (independencia/interdependencia).



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

	<ul style="list-style-type: none">– Igualdad de oportunidades.– Desarrollo de la capacidad de elección.– Autodirección: metas y objetivos personales.– Proyecto vital.
<u>Desarrollo Personal</u>	<ul style="list-style-type: none">– Acceso a la formación, a la cultura y aprendizaje.– Creatividad y capacidad de expresión.– Habilidades laborales, comunitarias y en el hogar.– Autorrealización.
<u>Derechos</u>	<ul style="list-style-type: none">– Derechos humanos básicos.– Libertad.– Conciencia y ejercicio de la ciudadanía.– Respeto.– Responsabilidades personales y ciudadanas.– Derechos legales.– Incapacidad y tutoría.



II. MODELO DE INTERVENCIÓN: LA PRESTACIÓN DE APOYOS

Denominamos apoyos a todas aquellas actuaciones, programas y recursos, dirigidas a las personas con discapacidad intelectual, que les ayudan a desenvolverse mejor en su entorno, a mejorar su bienestar y conseguir metas y aspiraciones personales, logrando así mayores cotas de satisfacción.

Los apoyos individualizados:

- Deben estar centrados en la persona; es decir, basados en sus propios intereses, en sus preferencias y necesidades, asentándose en su red de apoyos naturales.
- Deben ser receptivos; es decir, basados en un diálogo entre la persona y los participantes en el plan de apoyos.
- Deben ser flexibles a lo largo de la vida.
- Activos, en el sentido de que pongan en igualdad de condiciones a la persona con sus conciudadanos, habiliten a la persona, generen inclusión social efectiva e incrementen la participación en la comunidad y en la sociedad.
- Deben estar basados en datos, basados en el patrón y la intensidad de las necesidades de apoyo y evaluados de acuerdo con los resultados personales.

Los apoyos se establecen a partir de los intereses, las metas y las necesidades individuales y se recogen, de manera personalizada, en un Programa de Atención Personalizada (PAP). Este programa de apoyos ha de concebirse como un instrumento en constante evolución, modificándose al tiempo que varían las propias condiciones personales, a medida que se van produciendo cambios vitales, tanto en la propia persona como en su entorno inmediato.

En definitiva, el plan de apoyos individualizado de una persona comprende:

- Las metas y los intereses de la persona.
- Los objetivos que los profesionales consideran que deben lograr teniendo en cuenta sus necesidades: objetivos de formación, individuales, intervenciones, adecuación del puesto y otros apoyos.
- Las acciones formativas y otras actividades grupales en el centro o en la comunidad.
- La evaluación del perfil y su itinerario.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

Señalar que es fundamental la participación de la persona en el desarrollo y la implementación de su propio plan de apoyos.

Mediante el establecimiento del Programa de Atención Personalizada los profesionales intervinientes pretendemos situarnos como mediadores entre la persona con discapacidad y el conjunto de la sociedad.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

III. PROGRAMAS DE APOYO

El Programa de Atención Personalizada se configura mediante la inclusión del usuario/a concreto en una serie de programas en función de las necesidades detectadas en los distintos ámbitos de intervención. En este caso, de manera preliminar, proponemos una serie de programas con los que pretendemos el desarrollo integral de habilidades en distintas esferas de habilidades personales, laborales y sociales; programas que exponemos brevemente a continuación.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

IV. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y ATENCIÓN PSICOLÓGICA.

Llevado a cabo por un psicólogo en los siguientes ámbitos de intervención:

- a) Exploración y diagnóstico. Especialmente destinado al conocimiento y detección de necesidades de intervención en cada uno de los usuarios y usuarias, para el establecimiento de su Plan de Apoyos Individualizado en colaboración con el resto de profesionales, con el propio usuario y su familia.
- b) Análisis de casos (Orientación). Enfocado al asesoramiento a los profesionales de atención directa, proporcionándoles informaciones, herramientas y recursos destinados a la mejora de dicha intervención con ese usuario o usuaria concreto. En este ámbito se incluirían las actuaciones encaminadas a la modificación conductual y al establecimiento de líneas concretas de actuación individual o grupal.
- c) Atención directa a usuarios/as. Con el que se pretende dar respuesta terapéutica a aquellas demandas de los usuarios y usuarias que no pueden ser abordadas en otros ámbitos, como el familiar o el educativo.
- d) Seguimiento y evaluación de los PAP. En colaboración con el personal de atención directa se plantea el seguimiento y evaluación de los planes de apoyo en función de los logros alcanzados y con el fin de obtener información que permita la modificación perfecta de los objetivos propuestos en cada momento de su vida.



V. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES DE AUTONOMÍA PERSONAL EN LA VIDA DIARIA

La intervención en esta esfera reviste para nosotros una especial relevancia, ya que posibilita el acceso en adecuadas condiciones a otras actividades, tanto a las programadas en el centro como a las que puedan darse en entornos familiares, comunitarios y sociales. La intervención sobre este tipo de habilidades es, por lo tanto, precursora de otras e imprescindible para una mejora significativa de la calidad de vida de las personas. El que podamos desenvolvernos con soltura y eficiencia en aquellas actividades que jalonan el acontecer diario de nuestras actividades es la sólida base de sentimientos de bienestar personal y social.

Por medio de este programa pretendemos desarrollar en aquellos usuarios y usuarias que lo necesiten habilidades para el aseo y la higiene personal autónomo en el mayor grado posible, para las acciones de vestido y desvestido, para el cuidado de la indumentaria y el aspecto externo, para la correcta alimentación y para la autonomía en la realización de algunas actividades domésticas, entre otras.

El trabajo en habilidades de nutrición y alimentación se realizaría en el espacio destinado a comedor, pues este servicio estaría incluido entre los que se prestan en el centro.

Objetivo General 1:

Superar una serie de necesidades relacionadas con su higiene y aseo personal, intentando crear un hábito con el paso del tiempo, y siendo cada vez más autónomos y autónomas e independientes a la hora de llevar a cabo dichas tareas.

- **Objetivo específico 1.1. Desarrollar el hábito de aseo personal del lavado de cara.**
 - 1.1.1. Reconoce y selecciona el material a utilizar.
 - 1.1.2. Abre el grifo y gradúa la presión del agua.
 - 1.1.3. Regula la temperatura del agua.
 - 1.1.4. Se lava la cara con agua.
 - 1.1.5. Se lava la cara utilizando toallitas jabonosas, enjuagándolas después correctamente.
 - 1.1.6. Se lava los ojos quitándose las legañas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.1.7. Se lava las mejillas, la barbilla, la boca y la frente.
- 1.1.8. Se seca la cara mirándose al espejo.
- Objetivo específico 1.2. Desarrollar el hábito de aseo personal del lavado de manos.
 - 1.2.1. Mantiene las manos debajo del chorro del agua para lavárselas, cuando se sitúa delante del lavabo.
 - 1.2.2. Se sirve jabón del dosificador (en la cantidad adecuada) y se lava las manos.
 - 1.2.3. Coge el papel (en la cantidad adecuada) o la toalla para secarse.
 - 1.2.4. Se seca adecuadamente las manos.
- Objetivo específico 1.3. Desarrollar el hábito de aseo personal del peinado.
 - 1.3.1. Se peina o cepilla el pelo de forma autónoma observando en el espejo toda la acción.
 - 1.3.2. Limpia el cepillo o peine quitándole los pelos, enjuagándolo y secándolo.
 - 1.3.3. Utiliza adecuadamente elementos complementarios tales como gomina, espuma, pasadores, gomas, pinzas...
- Objetivo específico 1.4. Desarrollar el hábito de aseo personal de limpieza de las fosas nasales.
 - 1.4.1. Estima cuándo es necesario limpiarse o sonarse la nariz.
 - 1.4.2. Se suena o limpia la nariz con un pañuelo de tela o papel (utilizando la cantidad adecuada de este).
 - 1.4.3. Expulsa el aire con fuerza por la nariz, manteniendo la boca cerrada.
- Objetivo específico 1.5. Desarrollar el hábito de aseo personal del limpiado de gafas.
 - 1.5.1. Reconoce cuándo es necesario efectuar la limpieza de las gafas.
 - 1.5.2. Se limpia las gafas adecuadamente.
- Objetivo específico 1.6. Desarrollar el hábito de aseo personal de uso del desodorante, de la colonia y de la crema de manos.
 - 1.6.1. Dosifica la cantidad de desodorante que debe echarse.
 - 1.6.2. Se aplica desodorante en las axilas y no encima de la ropa.
 - 1.6.3. Dosifica la cantidad de colonia que debe echarse.
 - 1.6.4. Se echa colonia o perfume en los lugares apropiados (no encima de la ropa o de la cabeza).
 - 1.6.5. Dosifica la cantidad de crema que debe echarse.
 - 1.6.6. Se echa crema en las manos cuando lo considera oportuno.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Objetivo específico 1.7. Desarrollar el hábito de aseo personal del arreglo de las uñas.
 - 1.7.1. Mantiene una correcta limpieza de las uñas.
 - 1.7.2. Muestra interés por arreglarse las uñas.
 - 1.7.3. Se lima las uñas.
 - 1.7.4. Se corta las uñas.
- Objetivo específico 1.8. Desarrollar el hábito de aseo personal del uso de compresas y tampones.
 - 1.8.1. Reconoce cuando es necesario el cambio de la compresa o tampón.
 - 1.8.2. Abre el paquete de compresas.
 - 1.8.3. Abre la compresa a utilizar.
 - 1.8.4. Coloca la compresa correctamente.
 - 1.8.5. Recoge y lía la compresa usada para desecharla en la papelera.
 - 1.8.6. Conoce la utilidad del tampón.
 - 1.8.7. Extrae el tampón de su envoltorio.
 - 1.8.8. Se coloca el tampón.
 - 1.8.9. Se quita el tampón.
 - 1.8.10. Desecha el tampón usado en la papelera.
 - 1.8.11. Trata la compresa y el tampón con las medidas higiénicas adecuadas.
- Objetivo específico 1.9. Desarrollar el hábito de aseo personal de uso del inodoro.
 - 1.9.1. Sube la o las tapaderas necesarias para orinar.
 - 1.9.2. Si unta alguna de las tapaderas la limpia y la deja en buenas condiciones.
 - 1.9.3. Se limpia correctamente tras orinar usando para ello la cantidad necesaria de papel.
 - 1.9.4. Se limpia correctamente tras hacer de vientre utilizando para ello la cantidad necesaria de papel.
 - 1.9.5. Cierra la puerta del retrete cuando se dispone a utilizarlo.
 - 1.9.6. Baja la tapa del inodoro después de hacer uso del mismo.
 - 1.9.7. Acciona la cisterna del inodoro tras hacer uso del mismo.
- Objetivo específico 1.10. Desarrollar el hábito de aseo personal del cepillado de dientes.
 - 1.10.1. Selecciona y prepara todo el material a utilizar.
 - 1.10.2. Humedece el cepillo de dientes antes de echarle la pasta dentífrica.
 - 1.10.3. Abre el tubo de pasta dentífrica y se sirve pasta disponiéndola sobre las cerdas del cepillo.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.10.4. Utiliza la cantidad de pasta dentífrica adecuada.
- 1.10.5. Coge el cepillo de dientes por el mango adecuadamente.
- 1.10.6. Lleva a cabo el cepillado de dientes realizando pequeños movimientos giratorios, comenzando por la última pieza molar en adelante.
- 1.10.7. Sigue una secuencia organizada, cepillando todas las piezas dentales.
- 1.10.8. Ejerce la presión adecuada sobre la dentadura al cepillarla.
- 1.10.9. Junta los dientes, mientras separa los labios, para cepillarlos.
- 1.10.10. Separa los dientes y, con la boca bien abierta, introduce el cepillo por la cara interior de los dientes y las muelas y los cepilla.
- 1.10.11. Se limpia la lengua.
- 1.10.12. Se mira al espejo mientras realiza todo el proceso.
- 1.10.13. Mantiene una postura corporal adecuada.
- 1.10.14. Realiza de forma adecuada la acción de cepillado de dientes.
- 1.10.15. Se enjuaga correctamente la boca, pasándola de un lado a otro, y expulsando el agua tras el enjuague.
- 1.10.16. No se traga la pasta dentífrica.
- 1.10.17. Recoge y guarda los materiales en el lugar adecuado.
- 1.10.18. Utiliza la cantidad de agua necesaria para la actividad de aseo.
- 1.10.19. Se limpia la boca y las comisuras de los labios tras el cepillado dental.
- Objetivo específico 1.11. Realizar el proceso de afeitado, por sí mismos, de forma autónoma e independiente y disfrutando con el proceso y el resultado obtenido.
 - 1.11.1. Selecciona el material a utilizar.
 - 1.11.2. Se cubre el cuello con papel para evitar ensuciarse con la espuma.
 - 1.11.3. Llena el lavabo de agua.
 - 1.11.4. Regula adecuadamente la temperatura del agua.
 - 1.11.5. Se moja la cara antes de aplicar la espuma.
 - 1.11.6. Cubre la cara con la espuma de afeitar.
 - 1.11.7. Escoge su cuchilla y le retira el protector.
 - 1.11.8. Realiza el afeitado de forma organizada, evitando dejar zonas sin rasurar.
 - 1.11.9. Limpia y enjuaga la cuchilla cuando es necesario.
 - 1.11.10. Se mira al espejo para comprobar la correcta ejecución de la tarea.
 - 1.11.11. Sabe actuar cuando se produce un pequeño corte.
 - 1.11.12. Se lava la cara y las manos una vez finalizado el proceso de afeitado.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.11.13. Se seca bien la cara y las manos con la toalla.
- 1.11.14. Se aplica de manera uniforme loción para después del afeitado.
- 1.11.15. Limpia bien la cuchilla y su protector.
- 1.11.16. Recoge los materiales y los guarda en el lugar adecuado.
- 1.11.17. Deja el lavabo recogido y limpio.
- 1.11.18. Comprueba su aspecto en el espejo tras el afeitado.
- 1.11.19. Disfruta con el proceso y el resultado obtenido.

Objetivo General 2:

Desarrollar las habilidades necesarias para ducharse de forma autónoma.

- **Objetivo específico 2.1.** Conocer, seleccionar y preparar los materiales necesarios para ducharse, así como recogerlos una vez finalizada la actividad.
 - 2.1.1. Saca los materiales necesarios para la ducha del macuto.
 - 2.1.2. Coloca la toalla en su sitio.
 - 2.1.3. Coloca los distintos productos que va a utilizar en su lugar correspondiente.
 - 2.1.4. Dispone las alfombras dentro y fuera de la ducha para no resbalar.
 - 2.1.5. Clasifica la ropa sucia y la guarda en su macuto.
 - 2.1.6. Recoge todos los materiales empleados y los guarda en el lugar adecuado.
 - 2.1.7. Limpia la ducha.
- **Objetivo específico 2.2.** Adquirir las destrezas necesarias para realizar el lavado de las distintas partes del cuerpo usando para cada una de ellas los materiales específicos adecuados.
 - 2.2.1. Se introduce en la ducha.
 - 2.2.2. Abre el grifo.
 - 2.2.3. Regula la temperatura del agua.
 - 2.2.4. Se coloca bajo el chorro de agua de la ducha.
 - 2.2.5. Enjabona la esponja o el cepillo.
 - 2.2.6. Se frota con la esponja o el cepillo: cuello, orejas, pecho, brazos, hombros, espalda, genitales, nalgas, piernas y pies.
 - 2.2.7. Se limpia con agua todo el cuerpo.
 - 2.2.8. Selecciona el champú.
 - 2.2.9. Se sirve champú en la cantidad adecuada.
 - 2.2.10. Se lava correctamente el pelo y se lo enjuaga.
 - 2.2.11. Se seca completamente utilizando la toalla.
 - 2.2.12. Utiliza el secador.
 - 2.2.13. Desarrolla el gusto por ir correctamente aseado/a.



Objetivo general 3:

Adquirir las destrezas necesarias para vestirse y desvestirse de forma autónoma.

- Objetivo específico 3.1. Adquirir autonomía personal para vestirse y desvestirse.
 - 3.1.1. Se pone y se quita la ropa que no tiene broches ni sujeciones de ningún tipo.
 - 3.1.2. Se pone y se quita la ropa que se abrocha con cremallera.
 - 3.1.3. Se pone y se quita la ropa que se abrocha con automáticos.
 - 3.1.4. Se pone y se quita la ropa que se abrocha con botones.
 - 3.1.5. Se pone y se quita la ropa que se abrocha con corchetes.
 - 3.1.6. Se pone y se quita los zapatos.
 - 3.1.7. Hace lazos.
 - 3.1.8. Hace nudos.
 - 3.1.9. Deshace lazos y nudos.
 - 3.1.10. Pasa el cinturón a través de las trabillas del pantalón o la falda.
 - 3.1.11. Abrocha y desabrocha hebillas.
 - 3.1.12. Se pone la ropa correctamente e identifica errores en su indumentaria.
 - 3.1.13. Selecciona adecuadamente la ropa a utilizar en función del clima existente.
 - 3.1.14. Se pone la ropa adecuada para cada situación (ropa de descanso, de trabajo, de diario, recreativa, para ocasiones especiales, etc.).

Objetivo general 4:

Desarrollar las habilidades necesarias para la correcta alimentación.

- Objetivo específico 4.1. Conocer y poner en práctica las normas de funcionamiento el comedor, siendo capaz de seleccionar y disponer los utensilios y alimentos en su bandeja y transportarla hasta su mesa, y guardando la debida compostura.
 - 4.1.1. Identifica su mesa en el comedor.
 - 4.1.2. Se sienta de forma adecuada (utilizando reposapiés si es necesario).
 - 4.1.3. Espera su turno de mesa en el comedor comportándose adecuadamente.
 - 4.1.4. Completa su bandeja: coloca adecuadamente en ella el pan, los cubiertos, el vaso y la servilleta.
 - 4.1.5. Selecciona según su gusto los platos del menú y el postre.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 4.1.6. Traslada adecuadamente su bandeja desde el mostrador de servicio a su mesa.
- 4.1.7. Retira su bandeja una vez ha terminado de comer y la deposita en los carritos habilitados para ello.
- 4.1.8. Una vez ha terminado de comer y retirado su bandeja se sienta en su lugar y permanece allí hasta que llega la hora de abandonar el comedor.
- Objetivo específico 4.2. Reconocer los distintos utensilios usados en las tareas de alimentación y utilizarlos adecuadamente en función de los diferentes alimentos que va a consumir.
 - 4.2.1. Si es necesario, se coloca el babero o pide ayuda para ello.
 - 4.2.2. Coge de forma correcta la jarra de agua.
 - 4.2.3. Se sirve agua en su vaso sin derramarla.
 - 4.2.4. Bebe de su vaso correctamente.
 - 4.2.5. Utiliza de forma adecuada la cuchara para comer.
 - 4.2.6. Utiliza de forma adecuada el tenedor para comer.
 - 4.2.7. Utiliza de forma adecuada el cuchillo para cortar mientras sujeta los alimentos con el tenedor.
 - 4.2.8. Utiliza de forma adecuada el cuchillo para untar.
 - 4.2.9. Identifica el aceite, el vinagre y la sal.
 - 4.2.10. Aliña los alimentos con los condimentos necesarios.
 - 4.2.11. Pela correctamente la fruta utilizando el cuchillo.
 - 4.2.12. Utiliza la servilleta cuando es necesario.
 - 4.2.13. Mastica de forma correcta manteniendo la boca cerrada.
 - 4.2.14. Cambia los platos de posición en la bandeja cuando termina un plato y comienza otro.
 - 4.2.15. Es capaz de destapar alimentos tales como yogures o flanes.
 - 4.2.16. Mantiene un comportamiento socialmente correcto en la mesa.
 - 4.2.17. Mantiene un ritmo adecuado en la secuencia masticación-deglución.

Objetivo General 5:

Distinguir entre los diferentes tipos de alimentos.

- Objetivo específico 5.1. Diferenciar los grupos básicos de alimentos.
 - 5.1.1. Conoce y diferencia el grupo de las frutas.
 - 5.1.2. Conoce y diferencia el grupo de las carnes.
 - 5.1.3. Conoce y diferencia el grupo de los pescados.
 - 5.1.4. Conoce y diferencia el grupo de los lácteos.
 - 5.1.5. Conoce y diferencia el grupo de las verduras y hortalizas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 5.1.6. Conoce e identifica el grupo de las legumbres.

Objetivo general 6:

Comprender la importancia de mantener una alimentación correcta para el mantenimiento de la salud, así como las consecuencias de hábitos alimenticios inadecuados.

- Objetivo específico 6.1. Distinguir entre hábitos alimenticios correctos e incorrectos y sus repercusiones para la salud.
 - 6.1.1. Reconoce e ingiere alimentos en buen estado.
 - 6.1.2. Reconoce las cantidades de ingesta adecuadas en cada comida.
 - 6.1.3. Conoce la importancia de una correcta masticación de los alimentos.
 - 6.1.4. Conoce las posibles enfermedades causadas por ingesta de alimentos en mal estado.
 - 6.1.5. Conoce las posibles enfermedades causadas por ingesta de alimentos en cantidades desproporcionadas.
 - 6.1.6. Conoce las enfermedades causadas por la falta de ingesta de determinados alimentos.
- Objetivo específico 6.2. Conocer la clasificación de los alimentos en función de los nutrientes que componen y combinarlos adecuadamente para la elaboración de un menú.
 - 6.2.1. Conoce y diferencia entre cada uno de los escalones que componen la pirámide de los alimentos.
 - 6.2.2. Conoce las cantidades diarias adecuadas que debe ingerir una persona adulta de cada uno de los alimentos.
 - 6.2.3. Conoce los alimentos que debe integrar un desayuno saludable.
 - 6.2.4. Conoce los alimentos que deben integrar un almuerzo saludable.
 - 6.2.5. Conoce los alimentos que deben integrar una merienda saludable.
 - 6.2.6. Conoce los alimentos que deben integrar una comida saludable.
 - 6.2.7. Conoce los alimentos que deben integrar una cena saludable.
 - 6.2.8. Reconoce la importancia de realizar cinco comidas diarias.
 - 6.2.9. Es capaz de elaborar un menú diario completo.
 - 6.2.10. Es capaz de elaborar un menú semanal completo.
 - 6.2.11. Es capaz de elaborar un menú mensual completo.

Objetivo general 7:

Desarrollar la adquisición de independencia para el cuidado de la ropa.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Objetivo específico 7.1. Dotar al usuario/a de los conocimientos y habilidades necesarios para poner en funcionamiento la lavadora y/o secadora.
 - 7.1.1. Reconoce en las etiquetas de las prendas los símbolos que nos indican que se puede lavar en la lavadora, introducir en la secadora,..., separando las que pueden lavarse a máquina de las que precisan lavado a mano.
 - 7.1.2. Clasifica la ropa según sea de color, blanca, delicada, algodón,...
 - 7.1.3. Pone la ropa sucia en una cesta o cubo destinado a este fin.
 - 7.1.4. Abre la lavadora y/o secadora e introduce la ropa.
 - 7.1.5. Reconoce e identifica el material necesario para lavar la ropa (detergente, suavizante,...).
 - 7.1.6. Vierte en el lugar adecuado el detergente y el suavizante, y si es necesario, la lejía.
 - 7.1.7. Echa la cantidad adecuada de detergente, suavizante,...
 - 7.1.8. Aplica quitamanchas a prendas con manchas antes de lavarlas.
 - 7.1.9. Cierra correctamente la lavadora y/o secadora.
 - 7.1.10. Selecciona el programa adecuado con la ropa para lavar.
 - 7.1.11. Selecciona el programa apropiado en la secadora.
 - 7.1.12. Reconoce el botón de encendido de la lavadora y/o secadora.
 - 7.1.13. Saca de forma correcta (sin tocar el suelo,...) la ropa de la lavadora y/o secadora.
 - 7.1.14. Limpia el filtro de la secadora.
 - 7.1.15. Tiende aquellas prendas que no pueden introducirse en la secadora.
 - 7.1.16. Coloca y sujeta correctamente la ropa en el tendedero.
 - 7.1.17. Identifica y diferencia la ropa húmeda de la seca, y coge la adecuada del tendedero.
 - 7.1.18. Guarda la ropa limpia en los lugares destinados a ello.
- Objetivo específico 7.2. Fomentar y perfeccionar las habilidades necesarias para el doblado de la ropa.
 - 7.2.1. Reconoce el revés y el derecho de la ropa.
 - 7.2.2. Pone la ropa del derecho de forma adecuada.
 - 7.2.3. Abotona las batas, camisas,..., antes de doblarlos.
 - 7.2.4. Dobla las toallas y prendas similares uniendo las puntas y sin dejar dobles y/o arrugas.
 - 7.2.5. Dobla los calcetines de forma correcta.
 - 7.2.6. Dobla los pantalones uniendo correctamente las patas y sin dejar dobles.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 7.2.7. Dobra las camisas, sudaderas,..., y prendas similares de forma adecuada y sin dejar dobles.
- 7.2.8. Utiliza un cepillo para eliminar la suciedad o la pelusa de la ropa.
- 7.2.9. Deja la ropa doblada en el lugar donde corresponde y de forma adecuada.
- 7.2.10. Cuelga la ropa, por ejemplo camisas, vestidos o pantalones en perchas dentro del armario.
- Objetivo específico 7.3. Desarrollar en el/la usuario/a las habilidades necesarias para el planchado de la ropa.
 - 7.3.1. Reconoce e identifica la ropa que debe de ser planchada.
 - 7.3.2. Reconoce los materiales que necesita para llevar acabo el planchado de la ropa.
 - 7.3.3. Monta la tabla de la plancha.
 - 7.3.4. Identifica y reconoce la botella de agua apropiada para el planchado.
 - 7.3.5. Reconoce el depósito de agua de la plancha y lo llena.
 - 7.3.6. Enchufa la plancha a la corriente.
 - 7.3.7. Identifica en la etiqueta de las prendas si se pueden o no planchar.
 - 7.3.8. Identifica en la etiqueta de las prendas de que tejido están compuestas.
 - 7.3.9. Pone la plancha en el programa adecuado (algodón, lino,...).
 - 7.3.10. Conoce el orden de planchado de las distintas partes de las prendas (primero mangas,...).
 - 7.3.11. Coloca la prenda adecuadamente sobre la tabla de la plancha.
 - 7.3.12. Extiende la prenda para que no quede ningún pliegue.
 - 7.3.13. Pasa la plancha por todas las zonas de la prenda.
 - 7.3.14. Diferencia y reconoce cuando hay o no arrugas.
 - 7.3.15. Utiliza el vapor y el agua de la plancha cuando es necesario.
 - 7.3.16. Utiliza productos plancha fácil ante tejidos y/o arrugas difíciles de quitar.
 - 7.3.17. Cuando finaliza desenchufa la plancha de la corriente, dejando el cable bien colocado para evitar accidentes.
 - 7.3.18. Reconoce cuando la plancha está fría y puede ser guardada.
 - 7.3.19. Vacía el depósito de la plancha antes de guardarla.
 - 7.3.20. Guarda la plancha de forma adecuada y en su lugar correspondiente.
 - 7.3.21. Pliega la tabla y la coloca en su lugar correspondiente.
- Objetivo específico 7.4. Capacitar a usuarios y usuarias para cuidar y limpiar su calzado.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 7.4.1. Distingue entre calzado de invierno, calzado de verano, calzado deportivo y zapatillas.
- 7.4.2. Distingue el calzado que se limpia del que se lava.
- 7.4.3. Prepara el material necesario para limpiar el calzado con betún: gamuza, trapo, cepillo, crema...
- 7.4.4. Cepilla el calzado.
- 7.4.5. Impregna el trapo con betún.
- 7.4.6. Extiende el betún por toda la superficie del calzado.
- 7.4.7. Cepilla el calzado impregnado de betún
- 7.4.8. Frota el calzado cepillado con una gamuza para sacarle brillo.
- 7.4.9. Recoge los materiales usados para la limpieza con betún del calzado.
- 7.4.10. Abrocha y desabrocha correctamente el calzado con cierre de velcro.
- 7.4.11. Abrocha y desabrocha correctamente el calzado con cierre de hebilla.
- 7.4.12. Abrocha y desabrocha correctamente el calzado con cierre de cordoneras.
- 7.4.13. Utiliza adecuadamente el calzado en función de la época del año en la que debe utilizarse.

Objetivo general 8:

Desarrollar en usuarios y usuarias las habilidades necesarias para ordenar y limpiar su habitación.

- Objetivo específico 8.1. Capacitar al usuario para barrer su habitación de forma autónoma.
 - 8.1.1. Identifica la escoba entre los diferentes útiles de limpieza.
 - 8.1.2. Coge la escoba adecuadamente con ambas manos por la parte superior del mango.
 - 8.1.3. Barre un espacio pequeño delimitando y acumulando toda la basura en un punto.
 - 8.1.4. Recoge la basura utilizando el recogedor.
 - 8.1.5. Guarda los materiales en el lugar correspondiente.
- Objetivo específico 8.2. Capacitar a los usuarios y usuarias para limpiar el polvo de su habitación.
 - 8.2.1. Identifica, de entre una serie de materiales de limpieza, los necesarios para limpiar el polvo (gamuza, limpia-muebles, plumero).
 - 8.2.2. Utiliza la gamuza cuando limpia el polvo de mesas, sillas y otros muebles.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 8.2.3. Maneja el plumero para limpiar el polvo de lámparas, estanterías, etc.
- 8.2.4. Emplea el limpia-mueble para limpiar y sacar brillo a los muebles.
- 8.2.5. Recoge y guarda los materiales en el lugar adecuado.
- Objetivo específico 8.3. Capacitar a usuarios y usuarias para fregar el suelo de su habitación.
 - 8.3.1. Prepara los materiales necesarios (cubo con agua, fregona, detergente).
 - 8.3.2. Coge la fregona adecuadamente con ambas manos por la parte superior.
 - 8.3.3. Enjuaga y escurre la fregona varias veces.
 - 8.3.4. Pasa la fregona por el suelo con movimiento alterno izquierda-derecha.
 - 8.3.5. Aclara y repite la operación hasta que el espacio definido queda totalmente fregado, sin zonas con exceso de agua o secas.
 - 8.3.6. Recoge y guarda los materiales en el lugar apropiado.
- Objetivo específico 8.4. Capacitar a los usuarios y usuarias para limpiar los cristales de su habitación.
 - 8.4.1. Distingue entre el limpia-cristales y los demás productos para la limpieza.
 - 8.4.2. Vierte un poco de líquido sobre el cristal.
 - 8.4.3. Limpia toda la superficie con un bayeta.
 - 8.4.4. Repasa el cristal con una bayeta seca.
 - 8.4.5. Recoge todos los materiales y los guarda en el lugar apropiado.
- Objetivo específico 8.5. Desarrollar en usuarios y usuarias las habilidades necesarias para hacer su cama.
 - 8.5.1. Distingue la ropa de cama del resto de la ropa de hogar.
 - 8.5.2. Coloca correctamente la sábana bajera.
 - 8.5.3. Coloca correctamente la sábana cobertora.
 - 8.5.4. Coloca correctamente la funda a la almohada.
 - 8.5.5. Coloca correctamente mantas y colchas.
 - 8.5.6. Coloca y remata bien todas las prendas de la cama.
 - 8.5.7. Abre la cama por el sitio correcto para acostarse.
- Objetivo específico 8.6. Desarrollar en usuarios y usuarias las habilidades necesarias para ordenar su armario.
 - 8.6.1. El/la usuario/a distingue entre las prendas interiores de la estantería.
 - 8.6.2. Distingue las prendas que se usan en verano de las que se usan en invierno.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 8.6.3. Distingue la ropa que ha de colgarse de la que ha de guardarse en cajones o estantes.
- 8.6.4. Coloca cada prenda en el lugar adecuado y de la forma apropiada.
- Objetivo específico 18.7: Dotar al usuario/a de las habilidades necesarias para hacer su macuto/maleta cuando hace una salida.
 - 8.7.1. Identifica el motivo de su salida.
 - 8.7.2. Reconoce el macuto o maleta que necesita para la ocasión.
 - 8.7.3. Identifica las diferentes circunstancias de su salida (estación del año, tiempo, actividades a realizar,..).
 - 8.7.4. Realiza una lista de las cosas que necesita meter según el motivo de su salida (vacaciones, actividad deportiva, excursión,...).
 - 8.7.5. Coloca sus cosas ordenadamente dentro de la maleta o macuto.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

VI. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES INSTRUMENTALES Y USO DE RECURSOS INFORMÁTICOS

Objetivo General 1:

Desarrollar y perfeccionar la correcta utilización del lenguaje escrito y del lenguaje oral como medio de comunicación, con el fin de que el usuario/a posea un conocimiento actual de la sociedad (noticias, prensa,...).

- Objetivo específico 1.1. Desarrollar la comprensión lectora, fomentando, a su vez, la adquisición de vocabulario.
 - 1.1.1. Lee mediante la interpretación de dibujos y signos.
 - 1.1.2. Discrimina las vocales.
 - 1.1.3. Discrimina consonantes en el orden: p, t, k, m, d, g, f, z, s, j, b, n, ll, l, r, ñ, ch, v, rr, x, h, y.
 - 1.1.4. Lee de forma comprensiva palabras usuales.
 - 1.1.5. Lee palabras y frases con todo tipo de letras de forma comprensiva.
 - 1.1.6. Lee palabras y frases con todo tipo de letras de forma enlazada y comprensiva.
 - 1.1.7. Lee sílabas inversas.
 - 1.1.8. Lee sílabas directas dobles.
 - 1.1.9. Lee sílabas de doble grafía (a, ha,...).
 - 1.1.10. Lee comprensivamente un texto y/o noticia sencilla respetando los signos de puntuación y la entonación.
 - 1.1.11. Lee comprensivamente un texto y/o noticia compleja respetando los signos de puntuación y la entonación.
 - 1.1.12. Responde a preguntas sencillas sobre un texto escrito.
 - 1.1.13. Responde a preguntas complejas sobre un texto escrito.
 - 1.1.14. Resume o narra lo esencial de un texto sencillo.
 - 1.1.15. Resume o narra lo esencial de un texto complejo.
 - 1.1.16. Encuentra relaciones de igualdad entre dos o más palabras.
 - 1.1.17. Encuentra relaciones de diferencia entre dos o más palabras.
 - 1.1.18. Reconoce palabras cuyo significado es desconocido para el usuario/a.
 - 1.1.19. Busca en el diccionario palabras desconocidas comprendiendo y exponiendo su significado.
 - 1.1.20. Forma frases sencillas con palabras dadas.
 - 1.1.21. Forma frases complejas con palabras dadas.
 - 1.1.22. Inventa frases sencillas.
 - 1.1.23. Inventa frases complejas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.1.24. Realiza sopas de letras sencillas.
- 1.1.25. Realiza sopas de letras complejas.
- 1.1.26. Completa textos sencillos con lagunas.
- 1.1.27. Completa textos complejos con lagunas.
- 1.1.28. Realiza crucigramas sencillos.
- 1.1.29. Realiza crucigramas complejos.
- 1.1.30. Realiza árboles de palabras.
- 1.1.31. Realiza familias de palabras por diversos criterios (palabras con a,...).
- 1.1.32. Lee y ejecuta instrucciones y/o modos de empleo de juegos, aparatos,...
- 1.1.33. Ordena letras y/o sílabas para formar palabras con significado.
- 1.1.34. Separa palabras encadenadas.
- 1.1.35. Completa palabras.
- 1.1.36. Cuenta el número de palabras repetidas de un texto.
- 1.1.37. Identifica palabras que poseen el mismo significado.
- 1.1.38. Identifica palabras que pertenecen a la misma familia.
- 1.1.39. Ordena un texto sencillo desordenado.
- 1.1.40. Ordena un texto complejo desordenado.
- 1.1.41. Busca gazapos.
- 1.1.42. Asocia e identifica determinadas palabras escritas con objetos, acciones, números,...
- 1.1.43. Reconoce determinadas letras.
- 1.1.44. Reconoce y escribe su nombre.
- 1.1.45. Reconoce y escribe sus apellidos.
- 1.1.46. Reconoce y escribe determinados datos personales.
- Objetivo específico 1.2. Mejorar la expresión escrita, así como la adquisición de reglas ortográficas, para una escritura dentro de las normas de la lengua.
 - 1.2.1. Escribe palabras que implican letras y/o sílabas sencillas.
 - 1.2.2. Escribe palabras que implican letras y/o sílabas complejas como blan, sep,...
 - 1.2.3. Escribe palabras que implican sílabas inversas.
 - 1.2.4. Diferencia entre letras mayúsculas y minúsculas.
 - 1.2.5. Usa mayúsculas de acuerdo a las normas ortográficas.
 - 1.2.6. Escribe letras mayúsculas y/o minúsculas cuando corresponde.
 - 1.2.7. Escribe letras y sílabas de doble grafía.
 - 1.2.8. Realiza una composición de menos de cinco líneas describiendo un hecho, experiencia, sentimiento,...



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.2.9. Realiza una composición de cinco o más líneas describiendo un hecho, experiencia, sentimiento,...
- 1.2.10. Escribe adecuadamente una carta.
- 1.2.11. Escribe oraciones sencillas (sujeto + verbo) Ej. Yo leo,...
- 1.2.12. Escribe oraciones completas (sujeto + verbo + predicado) con significado.
- 1.2.13. Cumple determinadas reglas ortográficas.
- 1.2.14. Escribe con una caligrafía clara y comprensible.
- Objetivo específico 1.3. Desarrollar la expresión oral de hechos, sentimientos,...
- 1.3.1. Dice sus datos personales: nombre y apellidos, dirección,...
- 1.3.2. Dice los nombres y datos de interés (ocupación,...) de los miembros de su familia.
- 1.3.3. Dice el nombre y algún dato personal de personas allegadas.
- 1.3.4. Relata experiencias, acontecimientos, sucesos,... vividos por él mismo.
- 1.3.5. Hace descripciones del entorno físico, natural y social más cercano.
- 1.3.6. Encuentra absurdos a expresiones verbales (Ej. El granizo es bueno para las plantas,...).
- 1.3.7. Saca conclusiones lógicas ante enunciados verbales.
- 1.3.8. Distingue lo fundamental de lo secundario en un relato, tema,...
- 1.3.9. Expone su opinión personal, sobre un texto, noticia,... a sus compañeros.
- 1.3.10. Participa en debates sobre temas de interés de sus compañeros y de él mismo.
- Objetivo específico 1.4. Desarrollar en el usuario/a las habilidades necesarias para la escritura mecanográfica.
- 1.4.1. Coloca las manos sobre el teclado de manera adecuada.
- 1.4.2. Coloca cada dedo sobre el tipo correspondiente.
- 1.4.3. Teclea el tipo correspondiente al dedo.

Objetivo General 2:

Contar los elementos de un conjunto, leer, escribir y comparar números hasta el 999 y utilizar números ordinales y los números romanos más sencillos.

- Objetivo específico 2.1. Conocer los números de 0 al 9.
- 2.1.1. Recuenta los números de una colección y reconocimiento del dígito que lo representa.
- 2.1.2. Escribe los números de 0 al 9.
- 2.1.3. Elabora series numéricas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 2.1.4. Busca los números ocultos en una ilustración.
- Objetivo específico 2.2. Conocer los números del 1 al 10. Reconocer la derecha y la izquierda.
 - 2.2.1. Reconoce, lee y escribe números hasta el 10.
 - 2.2.2. Reconoce la derecha y la izquierda con respecto a un cuerpo.
 - 2.2.3. Escribe y verbaliza sumas y restas de números hasta el 10, en posición horizontal y vertical.
- Objetivo específico 2.3. Conocer los números hasta el 19. Decenas y unidades.
 - 2.3.1. Reconoce, lee y escribe números hasta el 19.
 - 2.3.2. Reconoce y representa gráficas de las decenas y unidades de los números del 11 al 19.
 - 2.3.3. Expresa los números del 11 al 19 en forma de suma de decenas y unidades.
 - 2.3.4. Relaciona distintas expresiones de un número del 10 al 19.
- Objetivo específico 2.4. Conocer los números del 10 al 19 como sumas. Relaciones entre números.
 - 2.4.1. Forma los números del 10 al 19 sumando unidades a una decena.
 - 2.4.2. Identifica en la recta numérica el número anterior y posterior a uno dado.
 - 2.4.3. Compara cantidades: número mayor y número menor.
- Objetivo específico 2.5. Conocer los números del 20 al 39. Las decenas completas.
 - 2.5.1. Reconoce, lee y escribe decenas completas.
 - 2.5.2. Reconoce, lee y escribe números hasta el 39.
 - 2.5.3. Descompone números hasta el 39 en decenas y unidades.
 - 2.5.4. Reconoce la regla de la formación de series numéricas y determinación de los elementos que faltan.
- Objetivo específico 2.6. Conocer los números del 40 al 70. Los números ordinales hasta el noveno.
 - 2.6.1. Reconoce, lee y escribe los números del 40 al 70.
 - 2.6.2. Descompone números hasta el 70 en decenas y unidades.
 - 2.6.3. Realiza operaciones matemáticas utilizando hasta el número 70.
 - 2.6.4. Reconoce y ordena los números ordinales hasta el 10.
- Objetivo específico 2.7. Conocer los números del 70 al 99.
 - 2.6.1. Reconoce, lee y escribe números del 70 al 99.
 - 2.6.2. Descompone números hasta el 99 en decenas y unidades.
 - 2.6.3. Representa números de dos cifras en un ábaco.
 - 2.6.4. Identifica la pregunta de un problema.



Objetivo General 3:

Escribir y leer sumas, restas y multiplicaciones, aplicar los algoritmos correspondientes y construir e interpretar tablas numéricas.

- Objetivo específico 3.1. Efectuar situaciones de suma de dos números dígitos.
 - 3.1.1. Agrupa y recuenta cosas iguales o distintas.
 - 3.1.2. Utiliza los signos matemáticos de suma e igualdad, asociándolos a las expresiones “y” y “son”.
 - 3.1.3. Escribe sumas en posición horizontal y vertical.
 - 3.1.4. Clasifica los elementos de un conjunto.
- Objetivo específico 3.2. Resuelve situaciones de resta de dos números dígitos. Los signos $-$ e $=$.
 - 3.2.1. Utiliza los signos matemáticos de la resta e igualdad, asociándolos a las expresiones “menos” e “igual a”.
 - 3.2.2. Escribe y verbaliza restas de dígitos en posición de horizontal y vertical.
 - 3.2.3. Calcula restas de dígitos con y sin apoyo gráfico.
- Objetivo específico 3.3. Sumar y restar números hasta el 19. Sumar y restar un número de dos cifras y otro de uno.
 - 3.3.1. Interpreta y construye tablas de sumara y de restar.
 - 3.3.2. Representa sumas y restas en la recta numérica.
 - 3.3.3. Calcula sumas y restas de un número de dos cifras y otro de uno.
 - 3.3.4. Calcula la suma de dos dígitos agrupando 10.
- Objetivo específico 3.4. Sumar y restar decenas. Sumar y restar números de hasta dos cifras sin llevar.
 - 3.4.1. Calcula sumas y restas de decenas completas.
 - 3.4.2. Calcula sumas y restas de números de hasta dos cifras sin llevar.
 - 3.4.3. Resuelve problemas de sumas y restas.
 - 3.4.4. Escribe el resultado de sumas y restas.
- Objetivo específico 3.5. Sumar con tres dígitos. Resolver sumas de dos y tres números llevando.
 - 3.5.1. Calcula sumas de tres dígitos.
 - 3.5.2. Calcula sumas de dos y tres números llevando.
 - 3.5.3. Descompone números en sumas.
 - 3.5.4. Resuelve problemas de sumar.
- Objetivo específico 2.6. Conocer las tablas de multiplicar del 2, 3, 4, 5, 7, 9, y 10 a partir de las sumas de sumandos iguales.
 - 3.6.1. Reconoce la obtención de la multiplicación a partir de la suma de sumandos iguales.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 3.6.2. Calcula multiplicaciones utilizando las tablas de multiplicar.
- 3.6.3. Resuelve problemas sencillos de multiplicar.
- 3.6.4. Calcula sumas, restas y multiplicaciones.
- **Objetivo específico 3.7. Reconocer las situaciones de multiplicar.**
 - 3.7.1. Escribe y calcula multiplicaciones sin llevar y llevando, cuyos factores son uno de dos o tres cifras y el otro es un dígito.
 - 3.7.2. Identifica y resuelve problemas de multiplicar.
 - 3.7.3. Calcula multiplicaciones.
 - 3.7.4. Calcula el doble, y el triple de un número, con apoyo gráfico.
 - 3.7.5. Busca los datos de un problema en un texto donde sobre información.

Objetivo General 4:

Identificar la operación de la división y realizar divisiones sencillas.

- **Objetivo específico 4.1. Repartir en partes iguales, comprender la división.**
 - 4.1.1. Reparte elementos de un conjunto en varias partes iguales, con la ayuda de material manipulable o con apoyo gráfico.
 - 4.1.2. Comprensión de la correspondencia entre la representación gráfica de un reparto y la notación numérica de la división.
 - 4.1.3. Cálculo de la mitad y un tercio de un número, con apoyo gráfico.

Objetivo General 5:

Reconocer las formas geométricas fundamentales: cuadrado, rectángulo, triángulo y círculo.

- **Objetivo específico 5.1. Reconocer los tamaños de los cuerpos.**
 - 5.1.1. Compara el tamaño de varios objetos similares.
 - 5.1.2. Identifica formas geométricas elementales.
 - 5.1.3. Observa figuras geométricas elementales.
 - 5.1.4. Clasifica los elementos de un conjunto.
 - 5.1.5. Reconoce y traza líneas rectas y curvas.
 - 5.1.6. Reconoce la derecha y la izquierda de un cuerpo dado.
 - 5.1.7. Reconoce y traza líneas abiertas y cerradas
 - 4.1.8. Identifica los elementos que se encuentran fuera y dentro de una línea cerrada.



Objetivo General 6:

Medir con las unidades convencionales y no convencionales más sencillas, utilizando los instrumentos más adecuados en cada caso.

- Objetivo específico 5.1. Conocer el palmo, el pie y el paso, el clip y el centímetro como unidades de longitud.
 - 6.1.1. Compara la longitud de distintos objetos.
 - 6.1.2. Conoce las tres dimensiones de los objetos: largo, ancho y alto.
 - 6.1.3. Mide la longitud de objetos con palmos, pies, pasos y clips.
 - 6.1.4. Usa la regla para trazar líneas rectas y para medir en centímetros.
 - 6.1.5. Estima la medida de objetos concretos.
 - 6.1.6. Dibuja y mide en centímetros de caminos sobre cuadrícula.
- Objetivo específico 6.2. Utilizar el metro y el centímetro como unidades de longitud. Utilizar el litro como unidad fundamental de capacidad. Utilizar el kilo como unidad fundamental de peso.
 - 6.2.1. Realiza mediciones de dibujos y objetos en centímetros con la regla.
 - 6.2.2. Transforma de metros a centímetros.
 - 6.2.3. Realiza mediciones y comparaciones de la capacidad de distintos recipientes, y del peso de distintos objetos.
 - 6.2.4. Toma decisiones sobre las unidades de medida más adecuadas, atendiendo a la magnitud que se quiere medir.
 - 6.2.5. Estima la longitud, capacidad o masa de determinados objetos.
 - 6.2.6. Valora la importancia en la vida diaria de la medida y de su estimación.

Objetivo General 7:

Conocer los entornos informáticos básicos, sus periféricos y sus herramientas a nivel de usuario.

- Objetivo específico 7.1. Desarrollar el conocimiento y manejo del entorno Windows.
 - 7.1.1. Conoce y utiliza el escritorio adecuadamente.
 - 7.1.2. Conoce la función de la barra de tareas.
 - 7.1.3. Diferencia y utiliza las ventanas y menús.
 - 7.1.4. Identifica el programa que necesita para su trabajo.
 - 7.1.5. Conoce y utiliza discos, carpetas y archivos.
 - 7.1.6. Busca, identifica y abre su carpeta.
 - 7.1.7. Conoce los elementos que componen el panel de control.
 - 7.1.8. Conoce los elementos que componen los accesorios.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 7.1.9. Enciende y apaga el PC de forma correcta.
- Objetivo específico 7.2. Desarrollar el manejo y tratamiento de textos a través de programas específicos.
 - 7.2.1. Domina la apertura, creación y cierre de nuevos documentos.
 - 7.2.2. Utiliza la corrección ortográfica de forma adecuada.
 - 7.2.3. Utiliza la presentación preliminar antes de imprimir para comprobar el estado del documento.
 - 7.2.4. Guarda los documentos trabajados de forma correcta en distintos soportes.
 - 7.2.5. Domina el cambio de tipo y tamaño de la letra.
 - 7.2.6. Utiliza correctamente el subrayado, la negrita y la cursiva cuando es necesario.
 - 7.2.7. Marca los márgenes de un texto según necesite.
 - 7.2.8. Pone el texto en horizontal o vertical según sus características y necesidades.
 - 7.2.9. Inserta tablas en un texto.
 - 7.2.10. Inserta dibujos.

Objetivo General 8:

Desarrollar las habilidades necesarias para el uso eficiente y adecuado de Internet.

- Objetivo específico 8.1. Conocer el funcionamiento básico de la red Internet.
 - 8.1.1. Identifica el programa de navegación en Internet y accede a él desde su ubicación.
 - 8.1.1. Utiliza la barra de direcciones cuando pretende acceder a una Web concreta.
 - 8.1.2. Conoce los buscadores más habituales.
 - 8.1.3. Realiza búsquedas en la red utilizando el buscador.
 - 8.1.4. Utiliza la opción "favoritos" para guardar las páginas que más utiliza y poder así acceder de modo directo a ellas.
 - 8.1.5. Descarga documentos desde a red y los guarda en la carpeta correspondiente.
 - 8.1.6. Utiliza eficazmente el correo electrónico.
 - 8.1.7. Conoce y es capaz de acceder a las redes sociales más comunes.
- Objetivo específico 8.2. Utilizar los recursos que ofrece Internet de manera crítica, evitando los peligros y riesgos que su uso puede conllevar.
 - 8.2.1. Es capaz de seleccionar de manera crítica la información que obtiene de la red.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 8.2.2. Identifica y evita las páginas de Internet que ofrecen informaciones no adecuadas para entornos formativos, no seguras o ilegales.
- 8.2.3. Desarrolla una actitud responsable sobre la participación en las redes sociales.
- 8.3.4. Respeta la privacidad personal en las informaciones o archivos que se vierten a la red.
- 8.3.5. Es capaz de poner en cuestión la veracidad de las informaciones obtenidas de la red.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

VII. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN LA COMUNIDAD

Encaminado al conocimiento de los recursos que la comunidad pone a disposición de la ciudadanía, a su disfrute y utilización autónoma (transporte, servicios sociales y sanitarios, servicios bancarios, otros servicios municipales).

En el marco de este programa se desarrollarán, entre otras, las habilidades para la búsqueda y obtención de información, las habilidades instrumentales básicas funcionales, la educación para el consumo, el uso del dinero, la educación vial, y los mecanismos de comunicación con diversos estamentos y organismos comunitarios.

A decir verdad, este programa es el eje sobre el que han de pivotar el resto de los programas y acciones de apoyo que se establezcan. Es necesario seguir ahondando en la presencia y visibilidad de las personas con discapacidad en los entornos de la comunidad, en el reconocimiento de estas personas como sujetos de derecho y miembros activos y valiosos de la misma.

Objetivo General 1:

Desarrollar las habilidades sociales instrumentales que posibiliten al usuario o usuaria un funcionamiento lo más autónomo posible.

- **Objetivo específico 1.1. Posibilitar el conocimiento y el uso del dinero.**
 - 1.1.1. Identifica y nombra las monedas de 1 y 2 euros.
 - 1.1.2. Identifica y nombra las monedas de 1, 2, 5, 10, 20 y 50 céntimos.
 - 1.1.3. Utiliza monedas de 1 y 2 euros.
 - 1.1.4. Utiliza monedas de 1, 2, 5, 10, 20 y 50 céntimos.
 - 1.1.5. Identifica los billetes de 5, 10, 20 y 50 euros.
 - 1.1.6. Identifica los billetes de 100, 200 y 500 euros.
 - 1.1.7. Utiliza billetes de pequeño valor.
 - 1.1.8. Utiliza billetes de valor mayor.
 - 1.1.9. Reconoce, en un precio, qué números constituyen los euros y cuáles los céntimos.
 - 1.1.10. Lee correctamente los precios que sólo tienen euros.
 - 1.1.11. Lee correctamente los precios que tienen euros y céntimos.
 - 1.1.12. Relaciona un determinado precio con la cantidad de monedas correspondiente.
 - 1.1.13. Reconoce en un catálogo alimentos u objetos de un valor determinado.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.1.14. Realiza intercambios con cantidades sencillas (1,20, 2,10...).
- 1.1.15. Realiza intercambios con cantidades complejas (8,13, 2,89...).
- 1.1.16. Determina el precio de una compra, con cantidades sencillas, y paga con una cantidad de dinero exacta o aproximada al valor de la misma.
- 1.1.17. Resuelve problemas relacionados con el euro y sus fracciones.
- **Objetivo específico 1.2. Capacitar para la realización de compras en distintos establecimientos comerciales.**
 - 1.2.1. Identifica distintos tipos de tiendas y establecimientos comerciales.
 - 1.2.2. Reconoce qué alimentos o enseres se venden en cada establecimiento comercial.
 - 1.2.3. Reconoce y nombra los enseres que se pueden comprar en cada establecimiento y explica la función de cada uno.
 - 1.2.4. Discrimina entre enseres y utensilios que pertenecen al género masculino y al femenino.
 - 1.2.5. Discrimina entre objetos y enseres en función a la edad de la persona que va a usarlos.
 - 1.2.6. Identifica establecimientos que son característicos de determinadas estaciones del año (heladería-verano).
 - 1.2.7. En un centro comercial, reconoce las diferentes secciones que lo componen y lo que puede adquirir en cada una de ellas.
 - 1.2.8. Identifica situaciones o establecimientos (distintos a las tiendas) donde se utiliza el dinero (bares, cines, transportes,...).
 - 1.2.9. Hace recados y compras sencillas en tiendas próximas a su entorno.
 - 1.2.10. Realiza compras en autoservicios.
 - 1.2.11. Realiza compras complejas en centros comerciales.
- **Objetivo específico 1.3. Planificar y gestionar la propia actividad económica, por sus propios medios o a través de establecimientos bancarios.**
 - 1.3.1. Planifica los gastos u organiza el presupuesto de acuerdo con su disponibilidad económica.
 - 1.3.2. Ahorra dinero con el deseo y propósito de conseguir algo determinado a medio o a largo plazo.
 - 1.3.3. Conoce algunos servicios bancarios.
 - 1.3.4. Abre una cuenta bancaria.
 - 1.3.5. Ingresa y extrae dinero de una cuenta bancaria.
 - 1.3.6. Reconoce y nombra los países en los que se utiliza el euro.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Objetivo específico 1.4. Desarrollar y mejorar el conocimiento y la utilización de de los mecanismos apropiados para dar y obtener información sobre servicios, actividades,...de la comunidad en la que vive.
 - 1.4.1. Discrimina los conceptos: día-noche.
 - 1.4.2. Discrimina los conceptos: ahora-antes-después.
 - 1.4.3. Discrimina los conceptos: mañana-mediódía-tarde-noche.
 - 1.4.4. Discrimina los conceptos: amanecer, mediodía, atardecer, anochecer y madrugada.
 - 1.4.5. Discrimina los conceptos: pronto-tarde.
 - 1.4.6. Discrimina los conceptos: ayer-hoy-mañana.
 - 1.4.7. Discrimina los conceptos: pasado-presente-futuro.
 - 1.4.8. Hace relaciones entre acciones que tienen su base en estos conceptos.
 - 1.4.9. Comprende el concepto de semana.
 - 1.4.10. Discrimina los conceptos de mes y año.
 - 1.4.11. Entiende el concepto de “estaciones del año”.
 - 1.4.12. Distingue y comprende las unidades temporales superiores al año: siglo, década y lustro, asociándolas a sus medidas temporales.
 - 1.4.13. Distingue y comprende las unidades temporales inferiores al año: bimestre, trimestre, cuatrimestre y semestre, asociándolas a sus medidas temporales.
 - 1.4.14. Ordena, de forma comprensiva, secuencias lógico-temporales.
 - 1.4.15. Resuelve problemas que implican conceptos temporales.
 - 1.4.16. Interpreta el calendario.
 - 1.4.17. Dice y pregunta correctamente la fecha del día.
 - 1.4.18. Conoce y escribe la fecha de su nacimiento.
 - 1.4.19. Sabe su edad.
 - 1.4.20. Conoce la edad de parientes cercanos como su padre, madre, hermanos,...
 - 1.4.21. Conoce la edad de parientes lejanos como tíos, abuelos, primos,...
 - 1.4.22. Conoce la edad de sus amigos y amigas.
 - 1.4.23. Conoce y nombra ordenadamente los días de la semana.
 - 1.4.24. Distingue entre semana y fin de semana.
 - 1.4.25. Conoce los meses del año.
 - 1.4.26. Nombra ordenadamente los meses del año.
 - 1.4.27. Reconoce fechas significativas (festividades) en cada uno de los meses del año.
 - 1.4.28. Asocia las estaciones verano-invierno con los conceptos calor-frío.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.4.29. Relaciona adecuadamente el vestuario a las estaciones verano-invierno o a los conceptos calor-frío.
- 1.4.30. Asocia conceptos estacionales como: pantalón corto-manga corta-verano-calor, pantalón largo-manga larga-invierno-frío,...
- 1.4.31. Relaciona adecuadamente determinados alimentos a las diferentes estaciones verano-invierno o a los conceptos calor-frío.
- 1.4.32. Relaciona determinados objetos adecuadamente a las estaciones verano-invierno o a los conceptos calor-frío.
- 1.4.33. Relaciona determinados conceptos atmosféricos a las estaciones verano-invierno o a los conceptos calor-frío.
- 1.4.34. Conoce y nombra las distintas estaciones del año.
- 1.4.35. Conoce datos característicos de cada estación.
- 1.4.36. Anota y reconoce fechas significativas.
- 1.4.37. Se deshace de productos caducados.
- 1.4.38. Anota en el calendario compromisos programados.
- 1.4.39. Conoce las distintas partes de un reloj.
- 1.4.40. Conoce la función de cada una de las partes del reloj.
- 1.4.41. Discrimina diferentes tipos de relojes.
- 1.4.42. Reconoce la hora en un reloj digital o de pulsera.
- 1.4.43. Asocia las horas del reloj expresadas en ciclos de 12 y 24 horas.
- 1.4.44. Asocia o relaciona la hora del reloj digital con la del reloj de agujas.
- 1.4.45. Asocia la hora del reloj con distintas actividades que realiza diariamente.
- 1.4.46. Comenta sus planes para cualquier momento del día de del fin de semana.
- 1.4.47. Lee horarios e indica a qué hora comienzan distintas actividades.
- 1.4.48. Conoce la medición del tiempo: horas en punto, horas medias, horas en cuarto y menos cuarto.
- 1.4.49. Asocia, a la hora de leer el reloj, “las horas y...” con “las horas menos...” (las 7:40 son las 8 menos 20).
- 1.4.50. Conoce la medición del tiempo correctamente, usando horas minutos y segundos.
- 1.4.51. Relaciona las diversas medidas de tiempo (una hora son sesenta minutos).
- 1.4.52. Sabe poner la hora en un reloj.
- 1.4.53. Comprende el concepto de medición del tiempo.
- 1.4.54. Llega puntual a un lugar determinado.
- 1.4.55. Programa el despertador para que suene a la hora que tiene que levantarse.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.4.56. Programa un temporizador para un intervalo de tiempo determinado.
- 1.4.57. Estando en la calle, solicita la información que necesita.
- 1.4.58. Localiza y utiliza oficinas, cabinas y servicios de información ubicados en distintos establecimientos y servicios públicos.
- 1.4.59. Da de forma clara y precisa las instrucciones que se le solicitan.
- 1.4.60. Utiliza el teléfono para solicitar información sobre distintas actividades y acontecimientos de su localidad.
- 1.4.61. Da un aviso o recado por teléfono, siendo capaz de dejar un mensaje en un contestador automático.
- 1.4.62. Consulta la guía de ocio de su población para informarse de actividades y acontecimientos.
- 1.4.63. Maneja y utiliza la guía de calles de su localidad para obtener la información que necesita.
- 1.4.64. Interpreta y responde a informaciones gráficas (paneles, tabloneros, horarios, planos,...) y escritas (carteles, avisos, indicadores,...).
- Objetivo específico 1.5. Dotar al usuario o usuaria de las habilidades necesarias para la cumplimentar impresos y la redacción de escritos y documentos de utilidad de él/ella mismo/a.
 - 1.5.1. Rellena impresos con sus datos personales y familiares.
 - 1.5.2. Rellena impresos para enviar un paquete o carta certificada.
 - 1.5.3. Rellena un impreso para ingresar o retirar dinero de un Banco o Caja de Ahorros.
 - 1.5.4. Escribe una nota, aviso o recado cuando lo necesita.
 - 1.5.5. Escribe una carta solicitando algo que necesita o agradeciendo algo que ha recibido.
 - 1.5.6. Identifica los carnés, cartillas y documentos que utiliza habitualmente y rellena impresos con los datos en ellos contenidos.
- Objetivo específico 1.6. Desarrollar las conductas necesarias para la realización de compras en autoservicios o centros comerciales.
 - 1.6.1. Se desplaza correctamente por el establecimiento público: camina sin correr; lleva la cesta en la mano sin dejarla, ni golpear nada; lleva el carro correctamente sin atropellar a nadie, ni dejarlo donde interrumpa el paso a los demás; no toca los objetos que no debe.
 - 1.6.2. Reconoce los productos que debe comprar.
 - 1.6.3. Localiza los productos que debe comprar.
 - 1.6.4. Localiza la etiqueta que marca el precio del producto que va a comprar.
 - 1.6.5. Reconoce las etiquetas que indican las ofertas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.6.6. Discrimina de entre productos iguales el que debe comprar (el zumo de un sabor determinado, el bote de tomate de una marca determinada, la caja de galletas de un tamaño determinado...)
- 1.6.7. Lee los precios de los productos que se le indican.
- 1.6.8. Realiza comparaciones de precio entre productos iguales pero de distinta marca.
- 1.6.9. Determina la relación calidad-precio de los productos.
- 1.6.10. Reconoce y lee la fecha de caducidad.
- 1.6.11. Sabe utilizar las máquinas de pesado de alimentos.
- 1.6.12. Sabe utilizar las máquinas que indican los precios de los productos.
- 1.6.13. Es consciente de la cantidad de dinero que lleva para comprar.
- 1.6.14. Determina su compra en función del dinero que lleva.
- 1.6.15. Realiza compras de productos para su higiene personal.
- 1.6.16. Es capaz de solicitar ayuda al dependiente cuando lo necesita.
- 1.6.17. Solicita adecuadamente la ayuda del dependiente.
- 1.6.18. Espera su turno adecuadamente para pagar.
- 1.6.19. Coloca adecuadamente los productos en la cinta transportadora.
- 1.6.20. Saluda a la cajera.
- 1.6.21. Paga su compra.
- 1.6.22. Espera el cambio y el recibo.
- 1.6.23. Revisa y entiende la devolución.
- 1.6.24. Se despide y da las gracias.
- 1.6.25. Hecha de forma adecuada su compra en las bolsas.
- 1.6.26. Repasa el recibo por si hubiera algún error.
- 1.6.27. Reclama adecuadamente, en caso, de que percibiera algún error.
- 1.6.28. Hace la lista de la compra.
- 1.6.29. Programa las compras teniendo en cuenta el concepto de “dieta equilibrada”.
- 1.6.30. Entiende y tiene adquirido el concepto de “ahorro”.
- 1.6.31. Disfruta mientras realiza su compra.

Objetivo General 2:

Desarrollar las conductas necesarias para que el usuario o usuaria conozca y utilice los servicios de la comunidad.

- Objetivo específico 2.1. Proporcionar al usuario o usuaria una conducta vial adecuada como peatón, como usuario o usuaria de transportes y como conductor de bicicletas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 2.1.1. Observa y explora el entorno inmediato identificando las características y propiedades más significativas de los elementos que lo conforman y algunas de las relaciones que se establecen entre ellos.
- 2.1.2. Descubre, conoce y controla progresivamente su propio cuerpo, sus elementos básicos, sus características, valorando sus posibilidades y limitaciones.
- 2.1.3. Actúa de forma cada vez más autónoma en sus actividades habituales, adquiriendo progresivamente seguridad afectiva y emocional, desarrollando sus capacidades de iniciativa y confianza en sí mismo.
- 2.1.4. Adquiere conciencia ciudadana en relación al uso de las vías públicas y del tráfico.
- 2.1.5. Progresa en la adquisición de hábitos encaminados a la creación del sentido vial; tales como hábitos de observación visual, auditiva, psicomotrices, relacionados con la noción espacial y de prudencia y de pronta decisión.
- 2.1.6. Se comporta adecuadamente como peatón acompañado en el uso de las vías públicas, respetando las normas de circulación y seguridad vial.
- 2.1.7. Conoce el entorno físico de la localidad en relación con el tráfico y desarrolla hábitos de conciencia ciudadana referidos a la circulación.
- 2.1.8. Conoce las normas de circulación peatonal y adquiere hábitos de comportamiento y prudencia en el uso de las vías públicas urbanas e interurbanas como peatón, identificando sus clases y diferentes elementos.
- 2.1.9. Utiliza correctamente y con sentido de responsabilidad los transportes particulares y colectivos como viajero.
- 2.1.10. Valora la importancia de la infraestructura en el transporte de personas y comercialización de productos.
- 2.1.11. Valora la importancia que tiene el respeto de las normas y señales de tráfico y conoce su significado.
- Objetivo específico 2.2. Fomentar el conocimiento y utilización de los medios de comunicación social.
 - 2.2.1. Conecta, desconecta, sintoniza y sabe utilizar los mandos de la TV y la radio.
 - 2.2.2. Diferencia la publicidad y los distintos programas de radio y TV: informativos y noticiarios, recreativos y de entretenimiento, infantiles, de adultos y para todos los públicos.
 - 2.2.3. Diferencia distintos tipos de publicaciones: periódicos, revistas infantiles, de moda, juveniles, de deportes,...



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 2.2.4. Diferencia las secciones o partes en que se divide un periódico.
- 2.2.5. Utiliza el periódico o revista para obtener información sobre horarios y programaciones de radio y TV.
- 2.2.6. Cuando está interesado por alguna noticia, suceso o acontecimiento, busca información en prensa, radio y/o TV.
- Objetivo específico 2.3. Desarrollar el conocimiento y la utilización de los Servicios Municipales y Comunitarios.
 - 2.3.1. Utiliza el teléfono particular.
 - 2.3.2. Utiliza el teléfono público.
 - 2.3.3. Utiliza la guía de teléfono y los servicios de información para buscar y solicitar números de teléfono.
 - 2.3.4. Envía tarjetas portales y cartas poniendo el nombre y dirección del destinatario y el remite.
 - 2.3.5. Utiliza los servicios de correos para enviar cartas o paquetes certificados y giros postales.
 - 2.3.6. Identifica los símbolos indicadores, lee e interpreta los letreros y carteles que indican e informan de los distintos Servicios Municipales y Comunitarios.
 - 2.3.7. Conoce los Servicios municipales y Comunitarios que hay en su localidad o comunidad.
 - 2.3.8. Conoce las funciones que realizan los distintos Servicios Municipales que se encuentran en su localidad.
 - 2.3.9. Localiza o ubica el lugar concreto en el que se encuentran los Servicios Municipales de su localidad.
 - 2.3.10. Utiliza los Servicios Comunitarios que se encuentran en su localidad.

Objetivo General 3:

Desarrollo progresivo del sentido cívico y la conciencia ciudadana de modo que se facilite el bienestar social del alumno o alumna y su conciencia con el entorno social y natural.

- Objetivo específico 3.1. Desarrollar actitudes y conductas cívicas y de convivencia, y respeto de las normas y costumbres sociales del medio entorno.
 - 3.1.1. Espera su turno en los sitios en que es adecuado hacerlo.
 - 3.1.2. Muestra conductas de cortesía y buena educación en distintas situaciones.
 - 3.1.3. Respeta las normas y prohibiciones establecidas en lugares públicos.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 3.1.4. Pide permiso y/o se excusa ante otras personas en las situaciones en las que es adecuado hacerlo.
- 3.1.5. Se comporta cívicamente en lugares de gran afluencia de personas.
- 3.1.6. Cuando está en la calle o en lugares públicos, presta ayuda a las personas que lo solicitan.
- 3.1.7. Se comporta democráticamente en los grupos.
- 3.1.8. Colabora en la conservación y mantenimiento de los lugares públicos y de común utilización.
- 3.1.9. Participa activamente en la mejora del medio ambiente.
- 3.1.10. Muestra conductas de solidaridad, tolerancia, respeto... hacia otras personas.
- 3.1.11. Reconoce y valora de forma crítica las diferencias de tipo social.
- 3.1.12. Rechaza cualquier tipo de discriminación basado en diferencias de sexo, clase social, creencias, raza y otras características individuales y sociales.
- 3.1.13. Conoce el patrimonio cultural de su comunidad.
- 3.1.14. Participa en la conservación y mejora del patrimonio cultural.
- 3.1.15. Respeta la diversidad cultural.
- Objetivo específico 3.2. Conocimiento de medidas habituales de seguridad y de formas de actuar en situaciones de emergencia.
 - 3.2.1. Respeta las normas de seguridad y prevención de accidentes en el Centro.
 - 3.2.2. Toma las medidas adecuadas de prevención y autoprotección en el Centro y actúa adecuadamente ante una emergencia.
 - 3.2.3. Respeta los consejos y normas de seguridad y las señales e indicaciones de peligro establecidas en lugares públicos y de común utilización.
 - 3.2.4. Evita lugares y personas potencialmente peligrosos, se protege y defiende de asaltos, intimidaciones,...
 - 3.2.5. Ante una situación de peligro propia o ajena, pide ayuda a las personas idóneas.
 - 3.2.6. Actúa correctamente ante un accidente.
 - 3.2.7. Respeta las medidas, consejos de prevención, y actúa adecuadamente ante un incendio.
 - 3.2.8. Actúa correctamente en situaciones de emergencia producidas en edificios de afluencia pública masiva: grandes almacenes, discotecas, cines,...
 - 3.2.9. Actúa correctamente en situaciones de peligro producidas en las calle o en lugares públicos.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 3.2.10. Presta ayuda a otras personas en situaciones de emergencia.
- Objetivo específico 3.3. Solicita y pone en práctica información básica y útil respecto al consumo.
 - 3.3.1. Ahorra energía (teléfono, agua, luz,...) en lugares públicos y de común utilización.
 - 3.3.2. Lee y comprende los envases y etiquetas de productos alimenticios y textiles.
 - 3.3.3. Conoce sus derechos como consumidor y usuario y los exige de modo correcto al realizar compras o utilizar servicios.
 - 3.3.4. Al comprar y utilizar servicios, valora las ofertas y elige lo más adecuado.
 - 3.3.5. Reclama y/o denuncia de modo adecuado los abusos, daños o perjuicios que se le causen como consumidor.
 - 3.3.6. Muestra una actitud crítica ante lo que se le ofrece en prensa, radio, TV y catálogos informativos.
 - 3.3.7. Utiliza los Servicios de la Comunidad que protegen y defienden al consumidor.



VIII. PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

Orientado a favorecer la competencia de usuarios y usuarias en las interacciones personales y sociales, promoviendo la comprensión de las peculiaridades de las relaciones interpersonales y de los contextos sociales, favoreciendo estrategias de comunicación ajustadas y eficaces, alentando los sentimientos de pertenencia a grupos, desarrollando una ajustada autoimagen y mejorando la autoestima.

En el seno de este programa se trabajarán tópicos como el conocimiento y mantenimiento de normas; la comunicación asertiva; el respeto a las diversas opciones de vida; la distinción entre los diferentes tipos de relaciones que podemos mantener con otras personas; la resolución de los conflictos; el desarrollo del sentido de la responsabilidad en la familia, en el trabajo y en la sociedad; así como el desarrollo de la conciencia ciudadana (derechos y deberes). Un lugar central en este programa lo ocupan las acciones encaminadas a la toma ajustada de decisiones, a favorecer la capacidad de elección y al desarrollo del propio proyecto vital.

Dentro de este programa se integraría también la intervención en la educación afectiva y sexual de los usuarios y usuarias, proporcionando modelos ajustados de expresión de emociones y formas saludables de entender y vivir su vida afectiva y sexual.

Objetivo General 1:

Desarrollar habilidades sociales en los usuarios y usuarias para mantener buenas relaciones con los demás y ser capaces de cumplir las normas de comportamiento adecuadas para su bienestar social.

- **Objetivo específico 1.1.** Desarrollar una actitud positiva y de reconocimiento antes de entablar una conversación formal con otra persona, ya sea conocida o desconocida.
 - 1.1.1. Saluda en las ocasiones en que es necesario.
 - 1.1.2. Realiza presentaciones adecuadamente.
 - 1.1.3. Utiliza el saludo más oportuno según las circunstancias.
 - 1.1.4. Distingue distintas maneras de saludar a una persona dependiendo de la confianza que tenemos con ella.
 - 1.1.5. Se despide adecuadamente de otra persona en función de diferentes circunstancias.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.1.6. Llama a la puerta antes de entrar.
- 1.1.7. Saluda cuando entramos o llegamos a un lugar.
- Objetivo específico 1.2. Ser capaces de pedir favores, solicitándolos de manera sencilla y clara, así como concederlos sin esperar nada a cambio.
 - 1.2.1. Es capaz de pedir favores educadamente.
 - 1.2.2. Es capaz de conceder favores sin esperar nada a cambio.
 - 1.2.3. Pide favores cuando lo necesita realmente.
 - 1.2.4. Devuelve el favor siempre que puede.
 - 1.2.5. Es capaz de negarse a hacer algo que se le pide cuando realmente no puede o no quiere.
 - 1.2.6. Distingue un favor de cualquier otro tipo de petición.
- Objetivo específico 1.3. Desarrollar una actitud paciente y responsable que les permita actuar adecuadamente en una situación en la que participan más personas.
 - 1.3.1. Interviene por turnos cuando la situación así lo exige.
 - 1.3.2. Formula quejas con sentido cuando es adecuado hacerlo.
 - 1.3.3. Es responsable y cuidadoso con sus pertenencias.
 - 1.3.4. Es puntual en la realización de sus tareas.
 - 1.3.5. Es capaz de tomar decisiones de manera ajustada.
 - 1.3.6. Muestra habilidades de comportamiento adecuado en los espacios comunes.
- Objetivo específico 1.4. Desarrollar las habilidades necesarias para iniciar, mantener y finalizar una conversación.
 - 1.4.1. Mantiene una conversación adecuada.
 - 1.4.2. Mantiene la mirada en el rostro de otra persona cuando habla con ella.
 - 1.4.3. Mantiene una actitud crítica ante temas de actualidad.
 - 1.4.4. Es capaz de intervenir con otras personas en un debate sobre algún tema de actualidad.

Objetivo general 2:

Dotar a los usuarios y usuarias de estrategias para la resolución de los conflictos.

- Objetivo específico 2.1. Desarrollar en los usuarios y usuarias la capacidad de entender a sus compañeros y compañeras, la empatía.
 - 2.1.1. Entiende y respeta las necesidades de los demás.
 - 2.1.2. Desarrolla una actitud comprensiva hacia los demás.
 - 2.1.3. Respeto a los compañeros y compañeras.
 - 2.1.4. No provoca a sus compañeros y compañeras.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 2.1.5. Es capaz de ponerse en la situación de un compañero o compañera que lo pasa mal.
- 2.1.6. Evita burlarse de los defectos de sus compañeros y compañeras.
- Objetivo específico 2.2. Desarrollar la capacidad de hacer frente y resolver eficazmente posibles enfrentamientos y conflictos.
 - 2.2.1. Es capaz de resolver adecuadamente situaciones de conflicto con los compañeros/as.
 - 2.2.2. Sabe salir de situaciones no deseadas sin recurrir a la violencia (insultos, puñetazos, nerviosismo).
 - 2.2.3. Es capaz de relajarse en determinadas situaciones conflictivas.
 - 2.2.4. Es capaz de autorrelajarse ante el estrés del día a día.
 - 2.2.5. Tiene la capacidad de pedir ayuda a otra persona ante una situación conflictiva que no es capaz de resolver.
 - 2.2.6. Distingue entre pedir ayuda y “chivarse” de un compañero.
 - 2.2.7. Es capaz de analizar el propio comportamiento y de cambiarlo.
- Objetivo específico 2.3. Conoce cuales son sus necesidades y limitaciones y se acepta a si mismo.
 - 2.3.1. Se conoce a si mismo.
 - 2.3.2. Conoce sus limitaciones.
 - 2.3.3. Acepta sus limitaciones.
 - 2.3.4. Conoce sus necesidades e intereses.
 - 2.3.5. Tiene una buena autoestima.
 - 2.3.6. Toma decisiones por el/ella misma según sus circunstancias personales.
 - 2.3.7. Hace frente a sus miedos personales.
 - 2.3.8. Pide ayuda y/o consejo para tomar una decisión.
 - 2.3.9. Cuando comete un error en la toma de decisiones, es capaz de corregir y aprender de ello para próximas experiencias.

Objetivo general 3:

Controlar y respetar las normas básicas de comportamiento y funcionamiento en el Centro y, en las ocasiones en que se dé esta circunstancia, fuera de éste.

- Objetivo específico 3.1. Respetar las normas básicas de funcionamiento del Centro.
 - 3.1.1. Cumple con los horarios y actividades correspondientes.
 - 3.1.2. Cumple las horas de trabajo en el Taller Ocupacional.
 - 3.1.3. Respetar las horas de salida a otras actividades.
 - 3.1.4. Respetar a los tutores.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 3.1.5. Sigue las instrucciones de los profesionales que trabajan en el Centro.
- 3.1.6. Respeta el horario y lugar del almuerzo.
- 3.1.7. Utiliza de manera adecuada las dependencias comunes del Centro.
- 3.1.8. Se comporta adecuadamente en las salidas que se realizan fuera del Centro.
- 3.1.9. Sabe guardar su turno en actividades grupales.
- 3.1.10. Respeta a sus compañeros y compañeras.
- **Objetivo específico 3.2. Respeta las normas básicas de funcionamiento en talleres y programas.**
 - 3.2.1. Es puntual.
 - 3.2.2. Utiliza el material necesario.
 - 3.2.3. Cuida el material.
 - 3.2.4. Utiliza la bata.
 - 3.2.5. Permanece en el espacio que le corresponde en cada momento.
 - 3.2.6. No se ausenta de la actividad durante las sesiones.
 - 3.2.7. Atiende a la actividad que se lleva a cabo durante la sesión.
 - 3.2.8. Recoge el material utilizado.
 - 3.2.9. Reconoce las distintas dependencias del Centro.
 - 3.2.10. Sabe dirigirse a cualquier espacio del Centro sin ayuda.
 - 3.2.11. Reconoce a los distintos profesionales del Centro.
 - 3.2.12. Ubica a los diferentes profesionales según programas y tareas.
 - 3.2.13. Se refiere a los distintos profesionales por su nombre.
 - 3.2.14. Conoce las funciones de los distintos profesionales del Centro.
 - 3.2.15. Explica la tarea que hace en cada espacio.
 - 3.2.16. Sabe a quién dirigirse cuando necesita algo de un profesional del Centro.
 - 3.2.17. Conoce las normas del comedor.
 - 3.2.18. Respeta las normas del comedor.
 - 3.2.19. Conoce las normas de comportamiento en los espacios comunes.
 - 3.2.20. Respeta las normas de comportamiento en los espacios comunes.

Objetivo General 4:

Conocer su cuerpo y tomar conciencia de las diferencias con el otro sexo, desarrollando hábitos de cuidado y bienestar corporal, asumiendo su cuerpo como fuente de sensaciones, comunicación y placer, así como una identidad sexual libre de elementos de género discriminatorios.

- **Objetivo específico 4.1. Conocer su cuerpo y tomar conciencia de las diferencias físicas y sociales con el sexo opuesto.**



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 4.1.1. Reconoce las partes del cuerpo humano.
- 4.1.2. Identifica las diferencias físicas entre el hombre y la mujer.
- 4.1.3. Diferencia los roles sociales de ambos sexos, evitando la discriminación.
- Objetivo específico 4.2. Desarrollar hábitos de higiene, cuidado, control y bienestar corporal, según nuestro sexo.
 - 4.2.1. Posee hábitos de higiene corporal en especial en cuanto a la zona genital.
 - 4.2.2. Conoce y controla el ciclo menstrual femenino.
 - 4.2.3. Conoce y controla la menopausia.
- Objetivo específico 1.3. Asumir con responsabilidad la capacidad del propio cuerpo como fuente de sensaciones.
 - 4.3.1. Conoce las distintas fases de la respuesta sexual humana en el hombre y la mujer.
 - 4.3.2. Conoce las distintas formas de la conducta sexual humana.
 - 4.3.3. Identifica las diferentes orientaciones sexuales, fomentando actitudes de respeto y tolerancia hacia ellas.

Objetivo General 5:

Conocer las principales características del hecho sexual humano, orientación, conductas sexuales, riesgos asociados, enmarcado todo ello dentro de una concepción de la sexualidad como fuente de salud, placer y afectividad desarrollando habilidades que le permitan tener vivencias afectivo-sexuales positivas responsables y saludables.

- Objetivo específico 5.1. Mostrar una actitud responsable y madura sobre el hecho sexual humano.
 - 5.1.1. Participa con naturalidad en conversaciones sobre sexualidad.
 - 5.1.2. Guarda intimidad en sus funciones sexuales evitando la práctica en público.
 - 5.1.3. Muestra un comportamiento aceptable sexual y socialmente en sus relaciones.
 - 5.1.4. Reacciona adecuadamente ante objetos, personas y situaciones que le atraen sexualmente.
- Objetivo específico 5.2. Conocer las consecuencias y riesgos de la conducta sexual.
 - 5.2.1. Conoce el proceso de fecundación, embarazo y parto.
 - 5.2.2. Conoce los métodos anticonceptivos más convenientes a las circunstancias de la pareja.
 - 5.2.3. Identifica enfermedades de transmisión sexual.



- Objetivo específico 5.3. Diferenciar las relaciones sexuales como consecuencia del amor de otras manifestaciones sexuales.
 - 5.3.1. Considera las relaciones sexuales como resultado del amor, del cariño y del afecto entre las personas.
 - 5.3.2. Diferencia las relaciones sexuales como consecuencia del amor de la pornografía.
 - 5.3.3. Solventa dudas que surjan del mal uso de la pornografía.
 - 5.3.4. Conoce los servicios de la comunidad donde pueden encontrar información, ayuda y orientación sobre aquellos aspectos relacionados con la sexualidad y saber cuándo y cómo utilizarlos.

Objetivo General 6:

Controlar los sentimientos que experimentamos por los demás, así como saber diferenciar el sentimiento de amistad del enamoramiento dentro del marco de la afectividad. Dotar a los usuarios y usuarias de estrategias para afrontar las consecuencias del hecho de enamorarse de personas que no nos corresponden.

- Objetivo específico 6.1. Distinguir y controlar los sentimientos que experimentamos hacia las personas que interactúan con nosotros.
 - 6.1.1. Discrimina conductas adecuadas de no adecuadas ante personas y situaciones diferentes.
 - 6.1.2. Evita hacer manifestaciones excesivas de cariño en público.
 - 6.1.3. Muestra conductas adecuadas de seducción en determinados momentos: miradas, caricias, sonrisas, guiños a otras personas.
- Objetivo específico 6.2. Diferenciar el sentimiento de enamoramiento de otros que experimentamos tales como la amistad, el cariño, la admiración, la obsesión, los celos, el miedo, el amor no correspondido,... y dotar de estrategias necesarias para manejarlos.
 - 6.2.1. Reconoce el sentimiento de amistad que experimentamos por algunos compañeros y compañeras.
 - 6.2.2. Descubre las diferencias entre amor y amistad.
 - 6.2.3. Conoce distintas estrategias para acercarnos a la persona que nos gusta.
 - 6.2.4. Reconoce los sentimientos que surgen cuando no nos sentimos correspondidos en la afectividad: celos, rechazo,... y dotar de estrategias para manejar estos sentimientos.
 - 6.2.5. Respeta a las personas que no sienten por nosotros lo mismo que nosotros sentimos por ellas.
 - 6.2.6. Diferencia la realidad de la fantasía en las relaciones afectivas.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Objetivo específico 6.3. Identificar y reaccionar adecuadamente ante situaciones de abuso.
 - 6.3.1. Sabe decir NO a personas que pretenden abusar de nosotros.
 - 6.3.2. Identifica situaciones en las que otras personas pretenden abusar de él o ella en lugares públicos, intentos de violación y/o engaños.
 - 6.3.3. Mantiene una actitud crítica y defensiva ante los abusos y maltratos de género.
 - 6.3.4. Es capaz de elaborar un diálogo constructivo ante la situación actual de maltrato a la mujer.



IX. PROGRAMA AUTONOMÍA E IDENTIDAD

Este programa está dirigido a aquellos usuarios y usuarias con mayor grado de afectación y que necesitan un mayor énfasis en el desarrollo de aquellas habilidades que les permitan conocerse a sí mismos, valorarse adecuadamente y aquellas que les permiten mantener un funcionamiento interno en el centro lo más autónomo posible, así como los servicios básicos que le ofrece la comunidad. Las actividades llevadas a cabo en este programa están concebidas con un fuerte componente motivador y se desarrollarán en un entorno lúdico que asegure la participación activa de todos los integrantes del grupo.

Objetivo General 1.

Potenciar, en los usuarios, una actitud de naturalidad hacia su cuerpo y las funciones del mismo; así como la aceptación y valoración positiva de su aspecto y su identidad sexual libre de elementos de género discriminatorio; además de la aceptación del cuerpo como fuente de sensaciones comunicación y placer.

- Objetivo Específico 1.1. Reconoce las partes del cuerpo humano.
- Objetivo Específico 1.2. Muestra naturalidad y respeto hacia el tema.
- Objetivo Específico 1.3. Acepta su propio cuerpo.
- Objetivo Específico 1.4. Respeta su identidad sexual.
- Objetivo Específico 1.5. Identifica las diferencias físicas entre el hombre y la mujer.
- Objetivo Específico 1.6. Diferencia los roles sociales de ambos sexos, evitando la discriminación.

Objetivo General 2.

Fomentar, por parte de los usuarios, la predisposición a expresar y recibir de las demás personas sentimientos y emociones.

- Objetivo Específico 2.1. Reconocer lo que significa dar.
- Objetivo Específico 2.2. Reconoce lo que significa recibir.
- Objetivo Específico 2.3. Reconoce los principales sentimientos y emociones que pueden experimentar.
- Objetivo Específico 2.4. Identifica situaciones en las que experimentan esos sentimientos y emociones.
- Objetivo Específico 2.5. Identifica personas y compañeros ante los que experimentan esos sentimientos y emociones.



Objetivo General 3.

Desarrollar la aceptación de las diferencias físicas individuales sin ningún tipo de discriminación.

- Objetivo Específico 3.1. Reconoce que hay cosas diferentes.
- Objetivo Específico 3.2. Reconoce en una situación donde están las diferencias.
- Objetivo Específico 3.3. Identifica cuales son sus cualidades físicas.
- Objetivo Específico 3.4. Conoce algunas diferencias entre él/ella y sus compañeros/as.

Objetivo General 4.

Alimentar la adopción de una actitud crítica acerca de las prácticas que favorecen o entorpecen el desarrollo sano del cuerpo y establecer un comportamiento acorde con dicha valoración.

Objetivos Específicos:

- Objetivo Específico 4.1. Reconoce prácticas saludables para su cuerpo.
- Objetivo Específico 4.2. Identifica las actividades de deporte como buenas prácticas para la salud física y mental.
- Objetivo Específico 4.3. Valora la necesidad de una buena alimentación.
- Objetivo Específico 4.4. Identifica aquellos alimentos favorables para su cuerpo.
- Objetivo Específico 4.5. Conoce algunos servicios de atención a la salud.
- Objetivo Específico 4.6. Conoce hábitos saludables de prevención.
- Objetivo Específico 4.7. Evita situaciones de riesgo en su entorno.

Objetivo General 5.

Favorecer el desarrollo, por parte de los usuarios, de una valoración de los efectos que tiene sobre la salud un cuerpo limpio, y sano; así como la adquisición de unos hábitos básicos de higiene, estética y bienestar.

- Objetivo Específico 5.1. Reconoce la importancia de ir bien aseado.
- Objetivo Específico 5.2. Establece un compromiso de higiene diaria.
- Objetivo Específico 5.3. Identifica los productos necesarios.
- Objetivo Específico 5.4. Realiza la secuencia que requiere el proceso de ducha e higiene diaria.
- Objetivo Específico 5.5. Valora positivamente los cuidados de higiene y estética.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- Objetivo Específico 5.6. Se siente satisfecho/a ante los cuidados de su propio cuerpo.
- Objetivo Específico 5.7. Aumenta su autoestima con cuidados estéticos.

Objetivo General 6.

Aumentar, en los usuarios, la autoestima individual, grupal y social.

Objetivos Específicos:

- Objetivo Específico 6.1. Participa activamente en las sesiones.
- Objetivo Específico 6.2. Se divierte con sus compañeros/as.
- Objetivo Específico 6.3. Se siente satisfecho/a consigo mismo.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

X. PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA

Encaminado a la mejora de las condiciones físicas y psicomotrices de usuarios y usuarias, mejorando el conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades, contribuyendo a su salud general, favoreciendo el control tónico y postural, el equilibrio estático y dinámico, entre otros aspectos y, en definitiva, elevando su bienestar físico y personal.

Además, la actividad física contribuye también al bienestar emocional de los que la practican, fomentando sentimientos de validez, desarrollando la motivación, la seguridad y la confianza, y suponiendo una vía privilegiada de liberación y expansión emocional.

Por último, la actividad física contribuye a la socialización, permitiendo la relación con los demás, facilitando la interiorización de normas y pautas de comportamiento, ayudando al aprovechamiento del ocio y tiempo libre; en definitiva, al conocimiento del mundo y de sus agentes.

La determinación de los objetivos concretos a desarrollar en esta área dependerá de las características del grupo de usuarios y usuarias inscritos en el programa y de sus necesidades específicas, así como de las posibilidades de acceso a espacios e instalaciones deportivas.



XI. PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES OCUPACIONALES Y PRELABORALES.

A la búsqueda de una plena integración social de las personas con discapacidad intelectual consideramos fundamental la adquisición de destrezas relacionadas con la ocupación y el trabajo, ya que:

- Capacitan a los usuarios y usuarias para la actividad productiva y el mundo laboral, preparándolos especialmente para su incorporación a programas de empleo protegido y empleo con apoyo.
- Constituyen un campo de experimentación, puesta en práctica y desarrollo de las ricas capacidades personales que todos y cada uno de nosotros poseemos.
- Ayudan al control y secuenciación de la propia conducta y de la de los otros.
- Van acompañadas de ricas experiencias de relación, de interacción social, de colaboración interpersonal, de cooperación.
- Fomentan el uso consciente de medidas de higiene y seguridad personal y de los espacios de trabajo.
- Fomentan en los usuarios y usuarias sentimientos de competencia, de satisfacción por los resultados de su esfuerzo y por las repercusiones que estos resultados tienen en su entorno social.
- Influyen positivamente en la autoimagen y la autoestima de usuarios y usuarias.

Objetivo General 1:

Adquiere respuestas y patrones comportamentales de uso general en los talleres ocupacionales.

- Objetivo específico 1.1. El usuario o la usuaria clasifica, secuencia y combina objetos.
 - 1.1.1. El usuario clasifica objetos según su tipo.
 - 1.1.2. El usuario clasifica objetos por su tamaño.
 - 1.1.3. El usuario clasifica objetos según su forma.
 - 1.1.4. El usuario clasifica objetos según su color.
 - 1.1.5. El usuario realiza secuencias de movimientos colocando objetos de izquierda a derecha.
 - 1.1.6. El usuario realiza secuencias de movimientos colocando objetos de arriba hacia abajo.
 - 1.1.7. El usuario combina diferentes partes para formar objetos (Montar objetos).



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.1.8. El usuario separa objetos previamente combinados (Desmontar objetos), y clasifica sus partes.
- Objetivo específico 1.2. El usuario o usuaria localiza los distintos talleres y responsables de los mismos, así como las distintas actividades ocupacionales que en ellos se realizan.
 - 1.2.1. El usuario localiza y sitúa correctamente los distintos talleres.
 - 1.2.2. El usuario distingue y diferencia a las distintas personas del taller (Monitores, compañeros, otros...).
 - 1.2.3. El usuario localiza las distintas zonas específicas de taller en que le toca en función del horario.
 - 1.2.4. El usuario sabe a quien y en que momento puede dirigirse en función de su cargo en el taller.
 - 1.2.5. El usuario distingue y diferencia a las distintas personas del CO dependiendo de su función.
 - 1.2.6. El usuario identifica por su nombre a los distintos profesionales del Centro.
- Objetivo específico 1.3. El usuario o usuaria acude al Centro Ocupacional con regularidad.
 - 1.3.1. El usuario acude al CO los días acordados.
 - 1.3.2. El usuario pide permiso para marcharse durante el horario laboral cuando este justificado.
 - 1.3.3. El usuario sabe pedir el ausentarse por razones de salud.
 - 1.3.4. El usuario informa correctamente y con prontitud adecuada de que va a llegar tarde o no va a acudir al trabajo.
- Objetivo específico 1.4. El usuario o usuaria es puntual en la llegada al taller, tanto al inicio de la jornada como en las distintas franjas horarias en las que ésta se encuentra dividida.
 - 1.4.1. El usuario entra puntualmente al taller.
 - 1.4.2. El usuario localiza y va directamente a su zona de trabajo.
 - 1.4.3. El usuario vuelve al taller después de un descanso.
 - 1.4.4. El usuario ficha o firma en caso que proceda a las entradas y salidas.
- Objetivo específico 1.5. El usuario o usuaria es capaz de prepararse y pedir o contar con el material de trabajo necesario.
 - 1.5.1. El usuario sabe el material que necesita para iniciar la tarea.
 - 1.5.2. El usuario pide el material necesario para iniciar la tarea.
 - 1.5.3. El usuario es capaz de buscar y/o obtener el material necesario para realizar una tarea.
 - 1.5.4. El usuario lleva al trabajo su material personal en caso que proceda.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 1.5.5. El usuario se viste y se prepara de forma adecuada.
- 1.5.6. El usuario empieza a trabajar de forma independiente.
- 1.5.7. El usuario hace preguntas adecuadas en relación con una tarea que se desconoce.
- 1.5.8. El usuario continúa trabajando aunque existan distracciones.
- Objetivo específico 1.6. El usuario o usuaria es capaz de tener un rendimiento adecuado en la tarea y de finalizarla correctamente.
 - 1.6.1. El usuario sigue las instrucciones de una tarea dada.
 - 1.6.2. El usuario aumenta el rendimiento en caso necesario.
 - 1.6.3. El usuario da término a una tarea o trabajo.
 - 1.6.4. El usuario informa a su monitor/a de la finalización de una tarea.
 - 1.6.5. El usuario acaba una tarea en la fecha prevista.
 - 1.6.6. El usuario realiza una tarea que comporta varios pasos.
 - 1.6.7. El usuario guarda el material en su sitio.
- Objetivo específico 1.7. El usuario o la usuaria es capaz de mantener un ritmo prolongado y continuado en su actividad ocupacional.
 - 1.7.1. El usuario o usuaria mantiene un ritmo continuado en la tarea durante al menos 30 minutos.
 - 1.7.2. El usuario o usuaria mantiene un ritmo continuado en la tarea durante al menos 60 minutos.
 - 1.7.3. El usuario o usuaria mantiene un ritmo continuado en la tarea durante toda la sesión.
 - 1.7.4. El usuario o usuaria mantiene un ritmo continuado en la tarea durante toda la jornada.

Objetivo general 2:

El usuario o usuaria mantiene una interacción social adecuada con los compañeros y compañeras del taller, así como con los responsables de los mismos.

- Objetivo específico 2.1. El usuario o usuaria mantiene una relación adecuada con el o la responsable del taller.
 - 2.1.1. El usuario acepta ayuda e instrucciones del monitor.
 - 2.1.2. El usuario mira a los ojos al monitor durante una conversación.
 - 2.1.3. El usuario corrige la forma de realizar una tarea ante sus instrucciones.
 - 2.1.4. El usuario pide ayuda al monitor en caso necesario.
 - 2.1.5. El usuario habla de forma positiva respecto al trabajo que se está desarrollando.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 2.1.6. El usuario reacciona correctamente una crítica por parte del monitor.
- 2.1.7. El usuario se ofrece para realizar trabajos adicionales.
- 2.1.8. El usuario plantea las quejas pertinentes cuando así lo requiere la situación.
- 2.1.9. El usuario trata de solucionar los problemas antes de solicitar ayuda en caso que proceda.
- 2.1.10. El usuario comenta problemas personales con el monitor.
- 2.1.11. El usuario expresa una opinión que proceda en el entorno del taller.
- 2.1.12. El usuario se manifiesta ante críticas o consecuencias que no merece.
- **Objetivo específico 2.2.** El usuario o usuaria mantiene una relación correcta con el resto de compañeros y compañeras del taller.
 - 2.2.1. El usuario es capaz de prestar material de trabajo o herramientas a un compañero de taller.
 - 2.2.2. El usuario conversa adecuadamente con un compañero de taller en caso de que proceda.
 - 2.2.3. El usuario coopera en la realización de una tarea.
 - 2.2.4. El usuario es capaz de explicar una tarea a un compañero.
 - 2.2.5. El usuario utiliza material o herramientas de un compañero de taller.
 - 2.2.6. El usuario reconoce los logros de los demás.
 - 2.2.7. El usuario alaba directamente los logros de los demás.
 - 2.2.8. El usuario resuelve problemas o desacuerdos con los compañeros de trabajo.

Objetivo General 3:

El usuario o usuaria reconoce, tiene conocimiento y pone en práctica las medidas de seguridad e higiene en el desarrollo de la actividad ocupacional para la prevención de posibles riesgos.

- **Objetivo específico 3.1.** El usuario o usuaria conoce las medidas de seguridad, salud e higiene en su espacio de taller.
 - 3.1.1. El usuario conoce las medidas de seguridad y salud en su espacio de taller.
 - 3.1.2. El usuario mantiene limpio y ordenado el lugar de trabajo, antes y después de la tarea.
 - 3.1.3. El usuario conoce y hace uso de guantes adecuados y mascarilla para manipular productos químicos, en su caso.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

- 3.1.4. El usuario conoce y hace uso de la indumentaria adecuada para el trabajo que se desarrolla (botas con punta reforzada, guantes, etc.
- 3.1.5. El usuario conoce y hace uso de las EPIs. (Gafas protectoras,...).
- 3.1.6. El usuario conoce respeta las medidas de seguridad del espacio físico en el que se desarrolla el trabajo.
- 3.1.7 El usuario tiene conocimiento de los medios de protección colectivos (salidas de emergencia, extintores,...).
- 3.1.8. El usuario reacciona ante señales de peligro.
- 3.1.9. El usuario se desplaza con la precaución debida por las zonas de trabajo.
- 3.1.10. El usuario busca ayuda en un caso de lesión o accidente propio o de compañeros.
- 3.1.11. El usuario guarda las herramientas y el material de trabajo en el lugar apropiado.
- 3.1.12. El usuario usa únicamente aquellas máquinas que le están permitidas.
- 3.1.13. El usuario reacciona adecuadamente ante maquinaria con riesgo potencial de accidente.
- Objetivo específico 3.2. El usuario o la usuaria conocen y son capaces de ejecutar las acciones necesarias en situaciones de emergencia.
 - 3.2.1. El usuario o usuaria conoce y respeta los consejos y normas de seguridad y las señales e indicaciones de peligro establecidas en lugares públicos y de común utilización.
 - 3.2.2. El usuario o usuaria, ante una situación de peligro o emergencia propia o ajena, pide ayuda a las personas idóneas.
 - 3.2.3. El usuario o usuaria actúa correctamente en una situación de emergencia.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

XII. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN CON FAMILIAS

Somos conscientes de que la principal fuente de apoyos naturales en el caso de las personas con discapacidad es la propia familia. Así pues, consideramos imprescindible un trabajo continuado con las familias de usuarios y usuarias.

Desde este programa intentaremos buscar solución a problemáticas concretas que surgen en el entorno familiar y ante las que no se dispone de estrategias o recursos válidos para su resolución.

Otra de las vertientes de este programa es la creación de grupos de apoyo mutuo en los que se favoreciera la comunicación entre las familias, el intercambio de experiencias y puntos de vista sobre problemas o circunstancias comunes y las posibles soluciones proporcionadas en cada núcleo familiar. Este tipo de actuaciones sirven además de catalizadores emocionales y afectivos que, como se ha comprobado en diferentes ámbitos, poseen un marcado carácter terapéutico.

Finalmente, podríamos contemplar dentro de este programa el abordaje con las familias de temas concretos a su propia demanda. Estas sesiones, coordinadas por un técnico, estarían enfocadas a proporcionar a las familias información y asesoramiento sobre un tema concreto de su interés.



XIII. ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO

Usuarios y usuarias.

Se concibe el proyecto como destinado a personas con discapacidad y otros trastornos asociados en un número no superior a 30.

Profesionales.

El equipo profesional del centro estaría compuesto por tres educadores/as a jornada completa y un cuidador/a también a jornada completa. Uno de los educadores/as actuaría asimismo como coordinador/a del servicio. Igualmente contará con otros profesionales como Psicólogo/a, Educador/a Familiar y un Técnico en TAFAD, todos ellos con dedicación parcial.

Principios básicos de funcionamiento.

- ⇒ El centro es un lugar privilegiado para la puesta en marcha de todo tipo de actividades formativas, especialmente las relacionadas con el desarrollo de habilidades en la esfera ocupacional y laboral.
- ⇒ Sin embargo, no podemos entender el centro como un ente aislado, ajeno al entorno de la comunidad en la que se inscribe. Bien al contrario, el centro debe estar abierto a dicha comunidad, siendo el espacio comunitario el idóneo para la formación y la adquisición de los aprendizajes, pues es en él donde dichas adquisiciones adoptan su máxima relevancia, significación y funcionalidad.
- ⇒ Los usuarios/as del centro no son sujetos pacientes de la intervención sino que, por el contrario, deben jugar un papel activo en el diseño de las actividades, en el establecimiento de los horarios y ritmos de trabajo, en la elección de los productos a elaborar en los talleres ocupacionales, en definitiva, en todas las dimensiones de la organización y el funcionamiento del servicio.
- ⇒ El objetivo último de la intervención es promover el funcionamiento autónomo del usuario, en el mayor grado posible. Para lograr esta autonomía la estrategia será la prestación de apoyos siguiendo la lógica secuencia que va desde la máxima intensidad del apoyo prestado hasta un mínimo nivel de intensidad y desde la máxima a la mínima frecuencia en la prestación del mismo. El horizonte final será la eliminación completa, cuando ello sea posible, del apoyo proporcionado.



Incorporación de usuarios y usuarias.

Uno de los momentos de mayor relevancia en el devenir de las actividades del centro es el momento de apertura o, tras esta, cuando se ha de incorporar a un nuevo usuario/a. Proponemos un procedimiento de incorporación que seguiría una serie de etapas. En primer lugar se efectuarían una evaluación inicial y una entrevista de metas personales.

Evaluación Inicial.

Destinada a recoger una amplia información acerca de las características particulares de cada usuario en cuestión. Esta información puede provenir fundamentalmente de la familia o de otros servicios comunitarios tales como los servicios sociales o sanitarios.

Además, el orientador/a del centro realizará una evaluación de aquellos aspectos del futuro usuario que considere relevantes utilizando para ello las herramientas e instrumentos de medición psicológicas adecuados. Además, esta evaluación inicial incluirá siempre una valoración del perfil de apoyos del sujeto en función de las necesidades de formación detectadas en cada esfera de habilidades. Para la determinación de este perfil de apoyos preliminar se utilizará la Escala de intensidad de Apoyos (SIS)².

Entrevista de metas personales.

Esta entrevista está encaminada a obtener información relativa acerca de los intereses de la persona, sus objetivos en formación, sus intereses, sus metas personales y, en definitiva, sobre su propio proyecto vital. Asimismo, consideramos necesario obtener información acerca del nivel de calidad de vida percibido por el futuro usuario/a, en base a los indicadores de calidad anteriormente expuestos.

Consideramos muy interesante recoger también estos aspectos en el entorno familiar, especialmente para el caso de que se detecten discrepancias o desacuerdos entre las metas del usuario o usuaria y su familia.

² *Supports Intensity Scale*. Adaptación española de M. A. Verdugo, B. Arias y A. Ibáñez (INICO, Universidad de Salamanca. TEA Ediciones S. A. Madrid. 2007.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

Con los datos recogidos se elaborará un **Informe Inicial** que contendrá, en todo caso, una propuesta de itinerario profesional y de ubicación en el seno de la organización.

Elaboración del Programa de Atención Personalizada (PAP).

En un periodo no superior a tres meses desde la incorporación al centro, se realizará una reunión entre el orientador y el equipo de atención directa en la que se elaborará el Programa de Atención Personalizada (PAP) del sujeto, determinando los programas de intervención en los que se considera necesario incluirlo, así como las orientaciones y estrategias adecuadas que puedan optimizar su proceso de formación y su vida en el centro.

Este programa habrá de ser comunicado al usuario/a solicitando su aprobación y compromiso, pudiendo él mismo aportar sugerencias, correcciones o modificaciones. Del mismo modo, se comunicará el plan de apoyos propuesto a la familia, que también podrá realizar sugerencias acerca del mismo.

La forma definitiva del programa se entregará por escrito a usuario/a y familia; así como a la totalidad de los profesionales de atención directa que intervengan en cada caso.

Finalmente, se asignará un tutor/a responsable de la puesta en marcha y desarrollo del plan de apoyos. Que tutorará al usuario a lo largo de su trayectoria vital en el servicio.

Junto con este plan de apoyos se elaborará un horario personal del usuario/a en cuestión en el que queden reflejadas por franjas horarias las distintas actividades y programas en los que se incluirá al usuario a lo largo de la jornada. Se propiciará entre ellos la interpretación y conocimiento autónomo de este horario, que regulará su vida en el centro.

Evaluación del Programa de Atención Personalizada.

Como ya hemos señalado anteriormente, los apoyos requeridos por una persona varían a lo largo del tiempo en función de sus propios logros personales y de las cambiantes circunstancias de su entorno. Por ello, es imprescindible la evaluación del PAP establecido.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

Esta evaluación ha de ser **continua**, realizada diariamente en el propio ejercicio de las actividades contempladas en cada programa, siendo su principal instrumento la observación directa de la ejecución en la tarea, de su ajuste al nivel de aprendizaje del usuario/a y del grado de satisfacción subjetivo obtenido por él en la ejecución. Ha de ser además una evaluación **formativa**, que posibilite la corrección inmediata de las actividades planteadas o un reajuste o redefinición de objetivos. De este proceso continuado podrá extraerse una evaluación **final** en relación al logro de los objetivos formativos planteados, a la satisfacción personal del usuario y a la contribución al alcance de las metas personales y a su proyecto vital.

De la evaluación del PAP deberá extraerse siempre un análisis acerca de su idoneidad y de la de los programas, estrategias y orientaciones que lo forman; de modo que, si es necesario, se introduzcan las correcciones, modificaciones, eliminaciones o inclusiones que se consideren adecuadas para su adaptación y mejora. Es requisito imprescindible la participación del usuario o usuaria en la evaluación de su PAP (autoevaluación) y el consenso del nuevo plan con éste y con su familia.

El resultado de la evaluación deberá ser comunicado y contrastado para su aprobación con el usuario o usuaria y su familia; renovando el compromiso con el nuevo plan de apoyos resultante.

La evaluación final del PAP de cada uno de los integrantes del centro se realizará. Al menos, con periodicidad anual, al finalizar el periodo de actividades. De esta evaluación se entregará informe por escrito al usuario/a y a su familia.



AYUNTAMIENTO DE PILAR DE LA HORADADA

XIV. PROYECTO Y MEMORIA ANUALES

Al inicio de cada periodo de actividades el coordinador del servicio elaborará un **proyecto** de funcionamiento con indicación del número de usuarios y usuarias que se prevé atender y sus características, los programas que van a ponerse en marcha, las modificaciones introducidas a resultados de la actividad del periodo anterior y los mecanismos y sistemas de evaluación que se establezcan.

Del mismo modo, elaborará una **memoria** anual del centro al final del periodo de actividades en la que realizará un análisis de lo acaecido durante el periodo que concluye, revisará la vigencia y grado de éxito de los programas establecidos y comunicará las modificaciones y propuestas de mejora del servicio a las que haya lugar.

Pilar de la Horadada, a 7 de agosto de 2013

Firmado:



AYUNTAMIENTO PILAR DE LA HORADADA
SERVICIOS SOCIALES

José María Hernández Campillo
Coordinador Área de Bienestar Social

Vº Bº



AYUNTAMIENTO PILAR DE LA HORADADA
ACALDÍA
ALICANTE

JOSÉ FIDEL ROS SAMPER
Alcalde-Presidente