

TRABAJO FIN DE GRADO

MAESTRO/A EN EDUCACIÓN INFANTIL

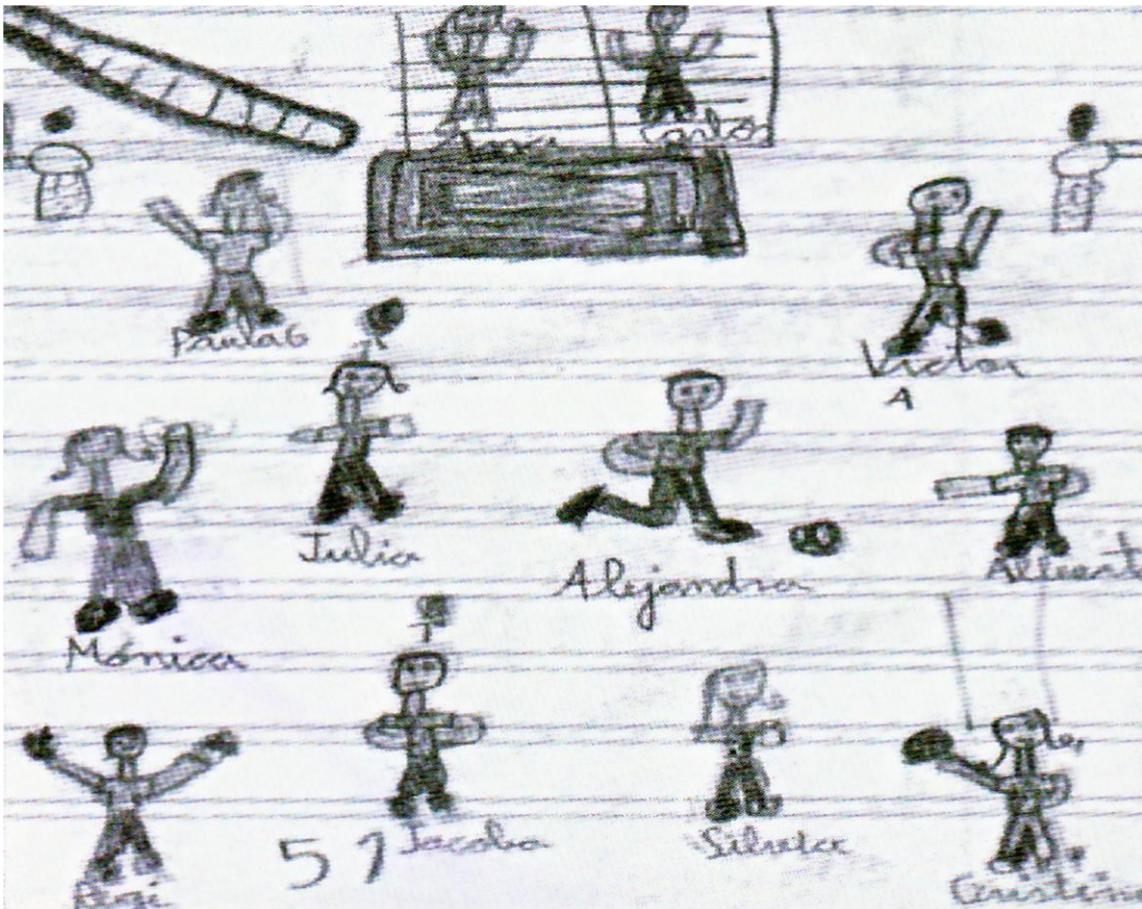
UVA

SEPTIEMBRE 2012

TÍTULO: INTERVENCIONES EDUCATIVAS SOBRE SALUD E HIGIENE EN LA INFANCIA.

ALUMNA: CONCEPCIÓN PILAR GONZÁLEZ SOTO

TUTORA: ISABEL SAN JUAN



ÍNDICE

RESUMEN.....	1
PALABRAS CLAVE.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
OBJETIVOS.....	5
JUSTIFICACIÓN.....	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA, METODOLOGÍA Y ANTECEDENTES.....	13
PROPUESTAS DIDÁCTICAS.....	20
LAS ZAPATILLAS DE LAURA. INTRODUCCIÓN.....	20
LAS ZAPATILLAS DE LAURA (CUENTO).....	24
1ª parte: con los ojos abiertos o cerrados.....	24
Las hojas.....	25
2ª parte: con los ojos cerrados.....	30
La gallinita ciega.....	31
3ª parte: con los ojos abiertos pero sin ver.....	37
Memory.....	37
El escondite inglés.....	42
4ª parte: con los ojos abiertos y los pies veloces.....	48
Tulipán.....	49
MACEDONIA DE FRUTAS.....	54
Fases del proyecto.....	54
Análisis de la dimensión tutorial y orientadora puesta en práctica en la actividad descrita anteriormente.....	59
LISTA DE REFERENCIAS.....	63
PÁGINAS WEB.....	64
LEGISLACIÓN.....	65

RESUMEN

Nos encontramos en un contexto social en el que el sedentarismo y el consumismo están acarreando trastornos como la obesidad infantil y el aislamiento social. La importancia que adquieren la práctica de actividad física y la alimentación saludable, como pilares fundamentales de la salud, justifica una intervención educativa que prevenga estos problemas desde una perspectiva global, significativa y motivadora.

A través de un cuento que propone la puesta en práctica de juegos que requieren, en mayor o menor medida, actividad física, y de un proyecto en el que se lleva a cabo una macedonia de frutas, la autora pretende poner su granito de arena en esta tarea preventiva.

PALABRAS CLAVE

Educación para la salud. Actividad física. Alimentación saludable. Juegos. Cuento. Método de trabajo por proyectos.

INTRODUCCIÓN

Según el diccionario de la RAE, la palabra higiene se refiere a la “parte de la medicina que tiene por objeto la conservación de la salud y la prevención de enfermedades”. Las siguientes propuestas didácticas, en concordancia con el título de este trabajo, van a articularse alrededor de este objetivo general (“conservación de la salud y prevención de enfermedades”) de una forma globalizada, como corresponde a la etapa de la Educación Infantil, con contenidos significativos y buscando la motivación y participación de las personas a quienes van dirigidas: los niños.

Quiero aclarar aquí que, cuando a lo largo de este trabajo, me refiera a “los niños”, ha de entenderse que dicha referencia es válida para niños y niñas, y si en la redacción aparecen así agrupados, en una misma palabra, no es más que por motivos prácticos. Por la misma razón, cuando mencione a “la maestra”, a “la educadora”, o a “la logopeda”, debe entenderse que dicha mención incluye a los mismos profesionales del género masculino.

Los títulos de las propuestas didácticas planteadas son los siguientes: “Las zapatillas de Laura”, cuento que incluye propuestas de juegos e invita a elaborar una lista de nuevos juegos distintos de los propuestos, y “Macedonia de frutas”, proyecto que incluye la elaboración y degustación de una macedonia de frutas.

Estas propuestas didácticas abordan, de manera globalizada, distintos temas de interés en la etapa infantil que, precisamente por su carácter global, no es del todo correcto calificar de “transversales”: educación para la paz y la igualdad, educación ambiental, educación vial y, sobre todo, educación para la salud.

En el cuento “Las zapatillas de Laura” podremos encontrar implícitamente estos temas o intenciones en distintos momentos: para empezar, la protagonista es una niña, lo cual pretende ser una aportación compensatoria a los textos y materiales antropocéntricos que frecuentemente encontramos en las publicaciones editoriales. Se ha cuidado también la participación tanto del padre como de la madre en los cuidados y atención de los niños protagonistas del cuento, y el equilibrio en el número de niños y niñas en la composición del grupo de amigos. (Ver, en “Justificación”, citas del programa PERSEO y de la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres)

Los juegos propuestos intentan aportar más actitudes de colaboración que de competición, implican siempre la participación grupal y, a menudo, la creatividad y desarrollo de la imaginación infantil.

También están presentes el medio natural y el medio social como entornos privilegiados para llevar a cabo actividades infantiles y se incluyen propuestas o temas importantes en lo que respecta a la educación para la salud: alimentación saludable (consumo de frutas), ejercicio físico (tema central del cuento), hábitos higiénicos (lavarse las manos antes de las comidas, cepillarse los dientes...), descanso y sueño, teniendo un especial cuidado hacia una psicología infantil vulnerable frente a peligros o miedos reales o irreales (por ejemplo, el miedo a la oscuridad).

Si los cuentos y juegos son herramientas didácticas fundamentales en Educación Infantil, el método de trabajo por proyectos es una alternativa ideal para esta etapa: coherentemente con la fundamentación de este trabajo, evita el exceso de sedentarismo al que frecuentemente se ven sometidos los niños en el aula cuando se ven obligados a permanecer sentados durante largos períodos de tiempo, dedicados a tareas de lectoescritura, principalmente fichas de publicaciones editoriales. Otras son las ventajas de esta metodología, como el respeto a los diferentes ritmos de aprendizaje y/o capacidades de cada niño, el aprendizaje cooperativo y no competitivo (lo cual redundaría en su salud mental), o la posibilidad de participación que ofrece a las familias. (Ver, en “Justificación”, citas de Prieto y Ballester)

La propuesta didáctica siguiente al cuento “Las zapatillas de Laura” es un proyecto que tuve la suerte de llevar a cabo durante mis prácticas en el colegio Blas Sierra, con un grupo de niños de 2º de Educación Infantil. He reflejado fielmente la actividad llevada a cabo, aunque he añadido algunos elementos basándome siempre en la realidad observada en el aula o en mi experiencia laboral como educadora en centros de menores. Con ello pretendo dejar constancia de la relevancia de la acción tutorial, diluida muchas veces en el quehacer cotidiano, que constituye una faceta importantísima de las funciones de una maestra (o maestro) de Educación Infantil.

El proyecto de la macedonia de frutas, bien podría integrarse como un capítulo más de un cuento o una serie de episodios cuya protagonista es una niña llamada Laura. “Las zapatillas de Laura” tiene un final abierto a la aportación, infantil o adulta, a un listado de juegos, a modo de “voluntad de juego artístico propia de toda la literatura

actual, tanto la infantil como la dirigida a los adultos... el recurso de ceder la última palabra al lector”. (Abril Villalba, 2005, p. 39) En “Macedonia de frutas” no he seguido este formato de cuento ya que he querido hacer mayor hincapié en la metodología del trabajo por proyectos y, posteriormente, en el análisis de la acción tutorial aplicada a esta actividad.



Esta es la macedonia de frutas que tuve el placer de degustar junto con los niños (y su maestra) de 2º de Educación Infantil del colegio Blas Sierra.

OBJETIVOS

Cada propuesta didáctica incluye sus propios objetivos, no obstante, el objetivo general que preside estas propuestas es, como ya he comentado, “conservar la salud y prevenir la aparición de enfermedades” logrando, de acuerdo con la definición de salud más actual y matizada de la OMS, “un estado de completo bienestar físico, psíquico y social”.

Otros objetivos más concretos o específicos que se pretende conseguir son los siguientes:

- Abordar la educación de los niños del segundo ciclo de Educación Infantil de forma globalizada y a través del juego, consiguiendo así el aprendizaje a través de la experiencia, única manera coherente de favorecer el desarrollo psicomotriz de los pequeños.
- Fomentar valores y actitudes relacionados con la convivencia, el respeto mutuo, la colaboración y el establecimiento de relaciones afectivas con los compañeros y personas adultas responsables del grupo, estableciendo así un buen clima de convivencia y logrando el equilibrio y bienestar psicológico del grupo.
- Procurar que las actividades o juegos propuestos resulten atractivos y hagan disfrutar a todos y cada uno de sus participantes.
- Alternar los juegos o actividades que impliquen ejercicio físico y desarrollo de la motricidad gruesa con los que permiten el reposo y ejercicio de la motricidad fina.
- Implicar a los familiares de los niños en actividades saludables dentro y fuera de la escuela.
- Inculcar en los niños hábitos de vida saludable relacionados con la alimentación, la práctica de ejercicio físico y la higiene personal.

JUSTIFICACIÓN

No puedo imaginarme nada más importante que la salud. Su disfrute es el mayor tesoro que podemos poseer niños o adultos. Pero, en el caso de los niños, por su inexperiencia y vulnerabilidad, me parece de capital importancia su fomento y protección. El derecho a la salud es, quizás, el más fundamental de los recogidos en la Declaración de los Derechos del Niño.

La salud es un concepto tan global que difícilmente podemos desvincularlo de cualquier actividad, objetivo o contenido que pretendamos trabajar en Educación Infantil. Los objetivos descritos en el epígrafe anterior pueden encontrarse reflejados en la legislación que hace referencia a la etapa de la Educación Infantil: en distintos apartados del decreto que regula los contenidos curriculares y en varios artículos de la LOE (Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE 4 de mayo de 2006):

Capítulo I

Principios y fines de la educación

Artículo 2. Fines

1...el desarrollo de hábitos saludables, el ejercicio físico...

Artículo 12. Principios generales

2...su finalidad (de la educación infantil) es la de contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños.

3. Con objeto de respetar la responsabilidad fundamental de la madres, padres o tutores en esta etapa, los centros de educación infantil cooperarán estrechamente con ellos.

Artículo 14. Ordenación y principios pedagógicos

3...se atenderá... al movimiento y los hábitos de control corporal...a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como al descubrimiento de las características físicas y sociales del medio en el que viven.

4...actividades globalizadas que tengan interés y significado para los niños.

6...los métodos de trabajo en ambos ciclos se basarán en las experiencias, las actividades y el juego y se aplicarán en un ambiente de afecto y confianza, para potenciar su autoestima e integración social.

Por otra parte, los objetivos que pretendo alcanzar con las propuestas didácticas de este trabajo de fin de grado y los conocimientos y actitud profesional que, en lo que a mí respecta, quiero demostrar, están relacionados con algunos de los objetivos que encontramos en el Anexo, concretamente en el Apartado 3. (Objetivos) de la Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación infantil (BOE 29 de diciembre de 2007):

1. Conocer los objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación de la Educación Infantil.
2. Promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora...
3. Diseñar y regular espacios de aprendizaje... que atiendan a... la igualdad de género...
4. Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella... observar... contextos de aprendizaje.
5. Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás...
8. Conocer fundamentos de dietética e higiene infantiles...
11. Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar...

Puesto que la salud es un concepto tan amplio, y ya que las circunstancias actuales en el modo de vida de niños y adultos pueden ponerla en peligro, la elección del tema de mi trabajo de fin de grado está orientada en este sentido.

La carencia de momentos de juego grupal y de actividad física que percibo actualmente en los niños de todas las edades, debido a las nuevas formas de ocio que la sociedad consumista les ofrece (consolas, videojuegos y otros juguetes para ser utilizados de forma individual o, como mucho, en parejas), está convirtiéndolos, con demasiada frecuencia, en personas individualistas, demasiado competitivas y, cada vez más, con problemas de sobrepeso por falta de ejercicio físico y por no tener una alimentación sana y equilibrada. Algunos datos extraídos del programa PERSEO

(Programa Piloto Escolar de Referencia para la Salud y el Ejercicio, contra la Obesidad)
confirman estas afirmaciones:

Según la Encuesta Nacional de Salud de 2003, el 70% de la población infantil entre 5 y 15 años es catalogada como sedentaria.

Según datos del Estudio enkid sólo un 32,2% de los chicos y un 17,8% de las chicas entre 6 y 9 años hace deporte más de dos días a la semana en su tiempo libre.

Según datos de la Asociación para la Investigación de los Medios Audiovisuales (SMQ) niños y niñas ven una media de 2 horas y 30 minutos de TV al día y dedican 30 minutos más en jugar a juegos electrónicos.

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/guias/guia_profesorado_af_2.pdf
[df](#) (Consulta: 25 de junio de 2012)

Una intervención educativa que fomente alternativas al sedentarismo, hábitos de vida saludables (entre otros, la práctica de ejercicio físico y una alimentación adecuada) y oportunidades de socialización a través de la convivencia respetuosa y solidaria, me parece una propuesta deseable en esta etapa educativa, pues los hábitos de cuidado personal y de relaciones interpersonales se aprenden y mantienen desde la más tierna infancia.

Este periodo (a partir de los 3 años) reviste especial interés por los siguientes motivos:

- Se adquieren los hábitos alimentarios de los que dependerá posteriormente el estado de salud.
- Muchos escolares adoptan unas pautas de alimentación, guiados más por criterios puramente consumistas y publicitarios que por criterios de salud.
- Debido a que los requerimientos de energía y proteínas en general son menores (que en los 3 primeros años de vida), aparece riesgo de obesidad.

http://www.jccm.es/contenidos/porta/ccurl/743/207/COMEDORES_ESCOLARES.pdf

(Consulta: 18 de julio de 2012)

“...los hábitos se forman durante los primeros años de la vida y la escuela constituye un lugar óptimo para desarrollar programas de educación y promoción de la salud...”

<http://www.aesan.msc.es/AESAN/web/nutricion/nutricion.shtml> (Consulta: 12 de julio de 2012)

Escuela Saludable es aquella que posee un ambiente sano donde se aprende de una manera saludable y solidaria con el medio. La salud está presente en los objetivos de todas las programaciones y se tiene en cuenta en la propia vida del centro... Esta escuela fija entre sus objetivos principales contribuir al desarrollo de la salud de su alumnado, incrementando sus habilidades y promoviendo actitudes y conductas que lo posibiliten. (Gavidia, 2001, p. 506)

“...para fomentar que las personas cambien de conducta y se vuelvan más activas no es suficiente darles razones para hacerlo sino que es necesario proporcionarles las destrezas, los recursos y el apoyo que necesitan para que puedan hacerlo”.

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/guias/guia_profesorado_af_2.pdf (Consulta: 25 de junio de 2012)

El aspecto de las relaciones interpersonales es tan importante como el cuidado de la alimentación o los hábitos relacionados con el ejercicio físico. Por tanto, no debemos olvidar fomentar la cooperación, la solidaridad y la igualdad en toda propuesta didáctica. En este sentido, como ya he mencionado en la Introducción, se ha tenido muy en cuenta la importancia de una educación no sexista.

La Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres se ocupa, en su Título II, “Políticas públicas para la igualdad”, de evitar el sexismo en la educación y de favorecer la igualdad de oportunidades:

TITULO II Políticas públicas para la igualdad

CAPÍTULO II Acción administrativa para la igualdad

Artículo 23. La educación para la igualdad de mujeres y hombres.

El sistema educativo incluirá entre sus fines la educación en el respeto de los derechos y libertades fundamentales y en la igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres.

Asimismo, el sistema educativo incluirá, dentro de sus principios de calidad, la eliminación de los obstáculos que dificultan la igualdad efectiva entre mujeres y hombres y el fomento de la igualdad plena entre unas y otros.

Artículo 24. Integración del principio de igualdad en la política de educación.

1. Las Administraciones educativas garantizarán un igual derecho a la educación de mujeres y hombres a través de la integración activa, en los objetivos y en la actuaciones educativas, del principio de igualdad de trato, evitando que, por comportamientos sexistas o por los estereotipos sociales asociados, se produzcan desigualdades entre mujeres y hombres.
2. Las Administraciones educativas, en el ámbito de sus respectivas competencias, desarrollarán, con tal finalidad, las siguientes actuaciones:
 - a) La atención especial en los currículos y en todas las etapas educativas al principio de igualdad entre mujeres y hombres.
 - b) La eliminación y el rechazo de los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación entre mujeres y hombres, con especial consideración a ello en los libros de texto y materiales educativos.

Artículo 29. Deportes.

El Gobierno promoverá el deporte femenino y favorecerá la efectiva apertura de las disciplinas deportivas a las mujeres, mediante el desarrollo de programas específicos en todas las etapas de la vida...

Por otra parte, en el programa PERSEO (Programa Piloto Escolar de Referencia para la Salud y el Ejercicio, contra la Obesidad) encontramos la siguiente información:

“...existen diferencias de género en los patrones de actividad entre chicos y chicas. De modo que la inactividad física es un problema con más incidencia en la población femenina que en la masculina”.

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/guias/guia_profesorado_af_1.pdf (Consulta: 25 de junio de 2012)

También he mencionado, en la Introducción, la conveniencia del aprendizaje cooperativo frente a la competitividad que, en ocasiones, se fomenta en las aulas, de forma más o menos consciente. La cooperación entre el alumnado es una de las ventajas que ofrece el método de trabajo por proyectos.

En el Proyecto Spectrum se reflejan los principios del método de Decroly y el multisensorial de Montessori. Ambos autores, miembros del movimiento conocido como “Escuela Nueva”, consideran que el aprendizaje es un proceso activo y autónomo, defienden la necesidad de respetar los intereses y la actividad espontánea del niño, la conveniencia de adaptar los contenidos curriculares a las diferencias individuales y motivacionales de los alumnos y la enseñanza globalizada como método idóneo para organizar los contenidos.

(Prieto y Ballester, 2003, p.31)

La filosofía del Spectrum se inspira en los planteamientos constructivistas de Piaget, Dewey, Montessori, Kilpatrick y Kerschensteiner. Estos modelos estimulan a los niños a aprender mediante las interacciones con el mundo físico y social... Los proyectos también proporcionan un contexto de la vida real para el aprendizaje y la práctica del lenguaje, las matemáticas, las ciencias...

(Prieto y Ballester, 2003, p.38)

El mejor método para trabajar en los proyectos es el aprendizaje cooperativo ya que éste favorece la interacción y el intercambio de conocimiento entre los iguales. El aprendizaje cooperativo implica organizar las actividades según las necesidades del alumno; éste ha de construir y descubrir los conocimientos con la orientación del profesor... una escuela centrada en el individuo, en la que el aprendizaje surja por medio de la experiencia

(Prieto y Ballester, 2003, p. 39 y 40)

Gadner parte del concepto de la escuela centrada en el individuo, consistente en diseñar diferentes procedimientos para identificar las capacidades, los conocimientos, los hábitos de trabajo, las actitudes, los intereses y las necesidades de los alumnos. Estos procedimientos permiten considerar las diferencias individuales de los alumnos... utilizar el debate y el conflicto cognitivo.

(Prieto y Ballester, 2003, p.49)

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA, METODOLOGÍA Y ANTECEDENTES

El programa PERSEO, además de fomentar una alimentación saludable, otorga especial importancia a la práctica del ejercicio físico en la infancia y adolescencia, recomendándose su práctica, con una intensidad moderada a vigorosa, durante, al menos, una hora al día. Obviamente, en la infancia la forma más natural y placentera de practicar ejercicio físico es el juego, sin menoscabo de otras actividades cotidianas como desplazarse a pie en vez de en coche, subir las escaleras desechando el hábito de utilizar el ascensor sistemáticamente, etc.

Por su parte, SEEDO (Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad), informa sobre la gravedad del creciente problema socio-sanitario de la obesidad infantil y da algunas pautas para su prevención y tratamiento:

La obesidad, además de asociarse a un aumento de la prevalencia de diferentes enfermedades como las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares o la dislipemia, es un factor de riesgo independiente, que se asocia a un aumento de mortalidad... el riesgo de diabetes aumenta paralelamente al incremento del IMC (índice de masa corporal).

En el niño en edad de crecimiento la obesidad puede producir deformidades sobre los huesos.

La obesidad infantil es un creciente problema de salud en países occidentales. En un estudio realizado en los EEUU entre los años 1973 y 1994 se ha demostrado un aumento progresivo de la obesidad entre los 5 a 14 años, en un porcentaje que ha pasado de un 15% de obesos en 1973 a más de un 30% en 1994.

Partiendo de la base de que muchos obesos adultos inician su enfermedad en la infancia-adolescencia, los grandes esfuerzos dedicados a la prevención deben centrarse en esta etapa.

En general, se considera obesidad infantil la que se inicia a partir de los 3 años de edad, ya que los excesos de peso antes de esa edad no se consideran un factor de riesgo para la obesidad en el adulto. La mayoría de autores coinciden en que

el tratamiento en edades tempranas debe tener como objetivo principal evitar que el niño en el futuro sea un adulto obeso y el propósito se debe conseguir con una alimentación adecuada, ejercicio físico y terapia conductual con el fin de cambiar los hábitos alimentarios para conseguir una alimentación adecuada.

El agente más importante en el tratamiento de la obesidad infantil son los padres... Los tratamientos que se deben aplicar a los niños se reducen a preparar una dieta global para toda la familia en las comidas que se hagan conjuntamente, planificar las comidas regulares que se hacen individualmente, como son la de media mañana y la merienda y aconsejar el aumento de ejercicio físico...

...El objetivo que se pretende es doble: por un lado, mantener el tono muscular y, por otro, aumentar el gasto energético... Hay que procurar que la práctica del deporte se haga en compañía, para evitar el aburrimiento y con ello el cese de su práctica. El ejercicio físico cotidiano (subir escaleras, caminar, hacer la compra, etc.) ha demostrado ser el más eficaz para disminuir y mantener el peso.

<http://www.seedo.es/Obesidadysalud/Consejosdenutricion/tabid/135/Default.aspx> (Consulta: 16 de julio de 2012)

Aunque en el origen de la obesidad intervienen múltiples factores, ésta se considera una enfermedad de etiología compleja cuyo sustrato último es un desequilibrio entre la energía obtenida de los alimentos y la energía consumida. Sin embargo, no hay datos que avalen que la cantidad media de calorías ingeridas en la actualidad sea mayor que la ingerida hace tres décadas. Por el contrario, algunos estudios que han investigado esta cuestión muestran una disminución de las calorías consumidas, por lo que la reducción de la actividad física como consecuencia del cambio en el estilo de vida se vislumbra como un factor crítico en el incremento del sobrepeso en la población.

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/guias/guia_profesorado_af_1.pdf (Consulta: 25 de junio de 2012)

El espíritu del programa PERSEO está muy presente en este trabajo. Algunos de los objetivos y recomendaciones de dicho programa son los siguientes:

Objetivos del programa PERSEO

Objetivo general:

Promover la adquisición de hábitos alimentarios saludables y estimular la práctica de actividad física regular...para prevenir la aparición de la obesidad y otras enfermedades.

Objetivos específicos:

Aumentar el consumo diario de frutas y verduras.

Promover la práctica habitual de actividad física.

Reducir el tiempo dedicado a la televisión, videojuegos u ordenadores.

Recomendaciones del programa PERSEO

Niños y niñas deberían ser activos desde una hora hasta varias horas al día, todos o la mayoría de los días de la semana.

Niños y niñas no deberían emplear más de dos horas al día en actividades de ocio sedentarias (tales como ver la TV, jugar con juegos de ordenador, videojuegos, etc.)

http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/guias/guia_profesorado_af_2.pdf (Consulta: 25 de junio de 2012)

Debemos tener en cuenta, además, que “la actividad física es una parte importante del desarrollo normal de todos los niños. Éstos usan su cuerpo para expresar emociones e ideas, explorar el mundo que les rodea y adquirir habilidades referidas a la coordinación corporal” (Prieto y Ballester, 2003, p.147)

Otra fuente de inspiración para mi propuesta didáctica es el método de trabajo por proyectos que, en cierta ocasión, Inmaculada Martín Rodrigo, maestra de Educación Infantil en el colegio Santo Ángel de Palencia, vino a exponernos a la Universidad invitada por la profesora Carmen García Colmenares. La segunda propuesta didáctica, “Macedonia de frutas” consiste, como ya he explicado anteriormente, en la aplicación de este método didáctico para, entre otros objetivos, fomentar el consumo de frutas (objetivo presente, como hemos visto, en el programa PERSEO)

Los proyectos tienen su momento de arranque en la asamblea: toda la clase reunida decide el tema sobre el que trabajar tras un diálogo de lo que ya saben acerca del mismo y de lo que quieren saber.

Es importante iniciar la actividad... con un pequeño debate para valorar los conocimientos previos de los niños y aquellas ideas preconcebidas con las que asisten a la escuela. Este debate inicial ayuda a los niños a reflexionar y proponer ideas nuevas para realizar la actividad.

(Prieto y Ballester, 2003, p. 49)

Las asambleas, además, suelen realizarse a primera hora de la mañana y en ellas se organiza las tareas que se va a llevar a cabo durante el resto del día. Las fases de un proyecto, se suceden de la siguiente manera:

1º) Propuesta (en este caso, hacer una macedonia de frutas)

La propuesta globalizadora... resulta limitada... si es el enseñante el que decide lo que se ha de aprender y qué fuentes de información se han de estudiar y no afronta la situación de cada grupo y de cada individuo dentro de la clase, desde su propia evolución. (Hernández y Ventura, 1995, p. 48)

“...la definición sobre el sentido de la globalización se plantea como una cuestión que va más allá de la escuela... centrándose en la forma de relacionar los diferentes saberes, en lugar de preocuparse por cómo llevar a cabo su acumulación”. (Hernández y Ventura, 1995, p. 44)

“Es, por lo tanto, el tema o el problema el que reclama la convergencia de conocimientos. Su función articuladora es la de establecer relaciones comprensivas, que posibiliten nuevas convergencias generadoras”. (Hernández y Ventura, 1995, p. 45)

2º) ¿Qué sabemos y qué queremos saber o hacer?

...partir de la incorporación del diagnóstico inicial del conocimiento que tiene el alumnado sobre la información que ha de trabajar o el problema que ha de resolver en clase... es la forma habitual de iniciar el proceso de aprendizaje y de establecer la posterior orientación y secuenciación. Al mismo tiempo, incorpora una actitud de evaluación formativa basada en la interacción que permita ir

reubicando, según la evolución del grupo, el valor de significatividad de la información trabajada. (Hernández y Ventura, 1995, p. 31)

3º) Los niños y niñas llevan a casa una nota escrita (en algunos casos la maestra tiene que escribir con su letra lo que no ha quedado muy legible) para que sus familias sepan el tema que van a trabajar en clase y para que les ayuden a buscar información o recursos sobre el mismo. Posteriormente llevan a clase la información o recursos obtenidos.

“El alumno aprende (mejor) cuando hace significativa la información o los conocimientos que se presentan en la clase”. (Hernández y Ventura, 1995, p. 31)

4º) Programación: la maestra organiza el trabajo mediante la especificación de los objetivos que se quiere conseguir con la realización del proyecto, los tiempos y espacios en que se van a desarrollar las actividades, qué actividades se van a llevar a cabo, con qué recursos, cómo va a ser la participación familiar, pautas de observación, etc.

“Esta actividad de integración de los conocimientos resulta difícil de organizar didácticamente y exige una actitud investigadora y flexible por parte del profesorado para detectar si es comprendida por el alumnado en la compleja cotidianidad de la clase”. (Hernández y Ventura, 1995, p. 48)

5º) Realización de actividades “...que tienden a favorecer la creación de contextos de enseñanza que, partiendo de los niveles de desarrollo del alumnado, les presente situaciones de aprendizaje caracterizadas por su significatividad y funcionalidad...” (Hernández y Ventura, 1995, p. 47)

6º) Síntesis de lo realizado: elaboración del dossier (libro común al aula donde se recoge, mediante escritos, dibujos, fotografías, etc., las experiencias llevadas a cabo)

7º) Evaluación (principalmente de la maestra y los niños)

“...el camino del conocimiento supone la búsqueda y profundización de las relaciones que es posible establecer en torno a un tema... y saber que todo punto de llegada constituye en sí mismo un nuevo punto de partida.” (Hernández y Ventura, 1995, p. 45 y 46)

8º) Comunicación a los demás: unas veces mediante exposiciones de cuadros, murales, objetos contruidos..., otras, mediante el dossier (que va pasando por todas las casas de los niños), también puede representarse una función teatral, etc.

Los cuentos, al igual que el juego, son medios de aprendizaje recogidos en la actual legislación sobre Educación Infantil, siendo el principio del aprendizaje lúdico un fundamento de la misma.

Según la Orden ECI/3960/2007, de 19 de diciembre, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la educación infantil, en su Artículo 2, Principios generales, punto 4: “Los métodos de trabajo en ambos ciclos se basarán en las experiencias, en la actividad infantil y en el juego...” Más adelante, cuando aborda el Área de “Lenguajes: comunicación y representación”, en el “Bloque 1. Lenguaje verbal”, podemos encontrar, bajo el epígrafe “Acercamiento a la literatura”, el siguiente contenido: “Escucha y comprensión de cuentos...”. Dicho contenido volvemos a encontrarlos en el R. D. 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de segundo ciclo de Educación Infantil, y en el Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León, en cuyo Anexo, bajo el epígrafe “Principios metodológicos generales”, en el noveno párrafo, encontramos:

El juego es uno de los principales recursos educativos para estas edades. Proporciona un auténtico medio de aprendizaje y disfrute; favorece la imaginación y la creatividad; posibilita interactuar con otros compañeros y permite al adulto tener un conocimiento del niño, de lo que sabe hacer por sí mismo, de las ayudas que requiere, de sus necesidades e intereses. Por lo tanto el juego y las actividades lúdicas no pueden quedar en un segundo plano para que el niño acceda a ello cuando han terminado “el trabajo”. El juego forma parte de la tarea escolar... Además, reconocerlo como recurso pedagógico para la observación permite ofrecer informaciones muy ricas para evaluar conocimientos, actitudes y valores.

“Los niños crecen con el juego y el lenguaje. A través de ellos se sitúan en un espacio intermedio entre su individualidad y el mundo creando un efecto de distancia que les permite pensar sobre la realidad y asimilarla” (Abril Villalba, 2005, p. 27)

Los cuentos, entre otras, tienen una función socializadora que permite ver la realidad desde otras perspectivas y asumir como propios los valores que transmiten:

Una función ejercida por la literatura infantil es la de ampliar el diálogo entre la colectividad y los pequeños para darles a conocer cómo es o cómo se desearía que fuese el mundo. Al identificar las imágenes o las acciones de los personajes, los niños no aprenden únicamente a identificar lo que aparece representado, sino los valores que se atribuyen a todas esas cosas... (Abril Villalba, 2005, p. 31)

Resumiendo, pues, lo que atañe al aspecto metodológico: encuentro en los cuentos, los juegos y el método de trabajo por proyectos, unos recursos de inestimable valor para el trabajo con niños de Educación Infantil. Son éstos los recursos en los que me he apoyado para diseñar las propuestas didácticas que siguen a estos párrafos.

PROPUESTAS DIDÁCTICAS

LAS ZAPATILLAS DE LAURA. INTRODUCCIÓN.

La propuesta que presento a continuación se enmarca en el bloque 2 “Juego y movimiento” del área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal” del Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. Está estructurada según los objetivos señalados para esta área, entre otros más específicos que incluiré en cada propuesta de juego o actividad, y según los contenidos del mencionado bloque 2.

Otros criterios para la estructuración de esta propuesta son: **aspectos psicomotrices** que aborda, nivel de dificultad, y tipo de juego según el espacio donde se realiza. En cada juego analizo, además: sensaciones y sentimientos que pueden darse en el mismo y que ayudan a la comprensión de determinados conceptos, y señalo, aproximadamente, la edad y número de participantes, duración del juego, recursos materiales, espaciales y humanos necesarios para su realización, desarrollo del mismo, posibles variantes, evaluación y observaciones.

La propuesta de juegos y actividades que sigue a estos párrafos es para niños de Educación Infantil (segundo ciclo), incluso se puede adaptar para Primaria. Puede utilizarse en un contexto escolar, pero también en el ámbito del ocio y tiempo libre (actividades extraescolares desarrolladas por asociaciones o por la propia familia). En ocasiones lleva implícita la realización de excursiones a espacios naturales, que por sí mismas favorecen el ejercicio físico y el conocimiento del medio natural, su valoración y actitud de respeto hacia el mismo, aspectos educables y de suma importancia en estos tiempos de crisis ecológica que, lamentablemente, nos está tocando vivir.

El orden de presentación de los juegos propuestos responde, como ya he mencionado anteriormente, al nivel de dificultad, atendiendo a los factores perceptivo-motrices, físico-motrices, emocionales y cognitivos que están implicados en cada uno de ellos. Partiendo de factores perceptivo-motrices asequibles para todas las edades, como es la estimulación de los sentidos, se avanza hacia habilidades cada vez más complicadas como correr y parar repentinamente, en “Tulipán”, o mantener el equilibrio en una posición más o menos complicada, en el “Escondite inglés”.

En los dos primeros juegos que presento hay una progresión de dificultad creciente en factores perceptivo-motrices y también emocionales. Por una parte, en el juego de las hojas, se da protagonismo al tacto, sobre todo si se opta por llevar a cabo la actividad con los ojos vendados, lo cual implica el factor perceptivo-motriz que supone la estimulación de los sentidos y el abordaje del factor emocional que representa el miedo a la oscuridad. Ya en “la gallinita ciega”, aunque el tacto sigue teniendo un importante papel, entran en juego otros factores perceptivo-motrices como son la orientación o el equilibrio (aspectos muy relacionados), pues el juego requiere desplazamiento del niño en la oscuridad. A la vez, el tiempo que éste va a pasar a oscuras combinado con el desplazamiento, aumenta el miedo que posiblemente experimente el niño, miedo a peligros irreales y reales, como caerse o golpearse. De ahí la importancia de planificar y supervisar adecuadamente el lugar y la forma en que va a desarrollarse este juego.

“Memory” supone un avance en el nivel de orientación y en la capacidad de memorizar. La orientación va a ser menos vivencial que en el juego de “la gallinita ciega”, pues no supone desplazamiento del niño en el espacio, lo cual le da a la actividad un mayor grado de abstracción, unido al mayor número de datos que ha de memorizar, en comparación con el juego de las hojas, por ejemplo (siempre dependiendo del número de tarjetas que pongamos en juego). Supone, pues, un avance en la capacidad de abstracción (factor cognitivo): los objetos con los que el niño juega son más y van a estar parcialmente invisibles.

Ya que el movimiento y desarrollo de la motricidad gruesa es fundamental en Educación Infantil, el juego del “Escondite inglés” sirve de nexo hacia la última parte de esta propuesta, pues sigue implicando el sentido de la vista (o, más bien, su ausencia), pero van adquiriendo más protagonismo otros factores perceptivo-motrices y físico-motrices como el equilibrio estático (manteniendo la postura sin moverse), o la fuerza explosiva de la carrera (en la parte final del juego). Respecto a factores cognitivos y emocionales, el acatamiento de las normas del juego también va adquiriendo mayor grado de dificultad. Lo mismo ocurre en “Tulipán”, juego que combina factores físico-motrices presentes en el “Escondite inglés”, como la fuerza explosiva de la carrera, con otros como la velocidad de desplazamiento, fuerza resistencia (sobre todo, en el perseguidor), el equilibrio dinámico (al correr zigzagueando, por ejemplo, y, sobre todo, en las frenadas bruscas), o la coordinación

dinámico-general de locomoción, cuyo momento más complicado es el de combinar la carrera con el acto de agacharse y pasar bajo los brazos de los compañeros, viéndose aquí implicada, también, la flexibilidad. La ayuda mutua es un aspecto actitudinal importante en este juego, y su asimilación suele depender de la edad y experiencias previas, del abandono del egocentrismo y del desarrollo de la empatía, que, para algunos autores es bastante temprano. A este respecto, me parece oportuno citar algunas frases y párrafos de Itziar Etxebarria en “Desarrollo afectivo y social” (1999) Madrid, Pirámide:

“(Según Piaget)...para los siete años se había superado el egocentrismo intelectual y habían comenzado a darse las relaciones de cooperación...” (P. 187)

Sin embargo, ciertos estudios empíricos ponen en cuestión algunas ideas piagetianas... Piaget atribuía a los padres un papel poco relevante –incluso, más bien negativo- en el desarrollo moral del niño... pues las relaciones que establecen con él juegan en contra de dicha autonomía (autonomía moral) y, en cualquier caso, ésta exige un cierto desarrollo cognitivo. Hoy en día, esta idea ha sido cuestionada. (P. 188)

Hasta hace poco se consideraba que los niños eran básicamente egocéntricos, por lo que difícilmente podían mostrar conductas altruistas. Sin embargo, diversos estudios muestran que éstos, mucho antes de recibir cualquier tipo de educación moral o religiosa, presentan algunas conductas prosociales similares a las adultas. (P. 215)

“...son numerosos los estudios que muestran conductas de carácter prosocial, como compartir objetos o ayudar en tareas simples, en niños de uno y dos años (Eisenberg y Mussen, 1989).” (P. 216)

Muchos niños de 2-3 años muestran empatía y reacciones de compasión y preocupación por los demás (Radke-Yarrow et al., 1983; Zahn-Waxler et al., 1992). Sin embargo, en algunos niños rara vez se observa este tipo de reacciones. Estas diferencias individuales se deben, en parte, a un diferente desarrollo cognitivo... Las diferencias individuales en niños de esta edad se hallan relacionadas también con las prácticas de socialización parentales. (P. 216)

...en un estudio en el que se analizaron las respuestas (altruistas) de niños y niñas ante compañeros que experimentaban algún tipo de malestar, encontraron que dos tercios de los niños presentaban a los siete años el mismo estilo de respuesta que a los dos. (P. 218)

El hecho de que los niños de dos años tengan cierto conocimiento de normas sencillas... y que en niños de tres años se observe una sensibilidad diferente ante las transgresiones morales y convencionales, sugiere la existencia de un sentido moral precoz. (P. 253)

“...entre el segundo y el tercer año la reacción empática ante el sufrimiento de la víctima genera las primitivas, aunque escasas, conductas prosociales...” (P. 253)

He dado a esta propuesta didáctica forma de *cuento infantil* (en el que voy insertando actividades y juegos) para hacerla más atractiva a los niños y, al mismo tiempo, abordar los objetivos generales menos tratados en dicha propuesta, referentes a la identificación de sentimientos y emociones, a la autonomía en tareas cotidianas y necesidades básicas, así como a hábitos y actitudes relacionados con higiene personal, alimentación, descanso, etc.

El cuento, a su vez, permite añadir otras actividades de las áreas “Conocimiento del entorno” y “Lenguajes: Comunicación y representación”. De esta forma, la propuesta de actividades y juegos, que desarrolla principalmente los objetivos del área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal” y los contenidos del bloque “Juego y movimiento”, puede ampliarse hasta convertirse en una propuesta global que cubra todos los objetivos y contenidos de las tres áreas recogidas en el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, a partir de distintos capítulos o cuentos basados en unos mismos personajes, en este caso, una niña y su entorno escolar, familiar, natural y social.

El *cuento*, dividido en cuatro partes relacionadas con algunos aspectos perceptivo-motrices y físico-motrices a los que he aludido anteriormente, comienza así:

LAS ZAPATILLAS DE LAURA (CUENTO)

1ª parte: con los ojos abiertos o cerrados

Laura está hoy muy contenta porque va a estrenar zapatillas. Mientras se las pone piensa en un nombre para cada una:

-Tú, Coloradilla –le dice a la zapatilla izquierda.

-Y tú, Cordilarga –le dice a la zapatilla derecha.

Y es que las zapatillas son rojas, con largos cordones, que Laura ya sabe atarse sola, y muy cómodas. Esta tarde las llevará de paseo al bosque porque Laura se va de excursión con sus amigos del cole.

Es otoño y el suelo está cubierto de hojas. Coloradilla y Cordilarga tiemblan de miedo porque creen que están en una enorme boca que mastica patatas fritas:

-No tengáis miedo –les dice Laura- son hojas.

Laura se agacha y coge algunas. De pronto, se le ocurre un juego y corre a explicárselo a sus amigos.



TIPO DE JUEGO: JUEGOS EN LA NATURALEZA	ASPECTO PSICOMOTRIZ QUE ABORDA: ESTIMULACIÓN DE LOS SENTIDOS
Nombre	Las hojas
<p>Objetivos generales (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”)</p> <p>De estos objetivos pongo en negrita los aspectos implicados en el desarrollo de esta actividad y, además, subrayo los objetivos u objetivo fundamental o de más peso en la misma.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la <u>interacción con los otros</u> y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. 2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. 4. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas. 5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando <u>actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración</u>, evitando comportamientos de sumisión o dominio. 6. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de

	<p>las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.</p>
<p>Objetivos específicos (correspondientes a la actividad propuesta)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Poner en contacto a los participantes con el entorno natural y concienciarles de la necesidad de respetarlo. - Orientarles hacia el disfrute de un ocio sano y constructivo que, además, les divierta. - Prevenir el sedentarismo y consumismo habitual en otros momentos de ocio individual de los niños. - Favorecer la cooperación y las relaciones sociales. - <u>Estimular los sentidos y la capacidad de atención.</u> - Iniciar el abordaje de un tema determinado.
<p>Contenidos (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, Bloque 2 “Juego y movimiento”. En negrita, los más relevantes en el desarrollo de esta actividad, además, subrayo los contenidos o contenido fundamental o de más peso en la misma.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. <u>Gusto por el juego.</u> - Control postural: El cuerpo y el movimiento. Progresivo control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal. - <u>Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas</u>, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas. - Nociones básicas de orientación y coordinación de movimientos. - Adaptación del tono y la postura a las características del objeto, del otro, de la acción y de la situación. - <u>Comprensión y aceptación de las reglas para jugar,</u> participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del <u>papel del juego como medio de disfrute</u>

	<u>y de relación con los demás.</u>
Sensaciones	<p><u>-Táctiles:</u> tocar las hojas y otros elementos de la naturaleza.</p> <p><u>-Visuales:</u> mirar las hojas y otros elementos de la naturaleza.</p> <p><u>-Olfativas:</u> respirar los aromas del bosque, oler las hojas con las que se realiza la actividad.</p> <p><u>-Auditivas:</u> escuchar los sonidos del bosque, por ejemplo, el de las hojas al romperlas, los de los insectos, pájaros...</p>
Sentimientos	<p>-De pertenencia a un grupo.</p> <p>-De autoestima y autonomía personal.</p>
Conceptos	<p>Relacionados con las sensaciones táctiles: liso-rugoso; suave-áspero; frío-caliente...</p> <p>Relacionados con las sensaciones visuales: claro-oscuro; opaco-translúcido; brillante-mate...</p> <p>Relacionados con las sensaciones olfativas: intenso-suave; agradable-desagradable; identificación de olores concretos.</p> <p>Relacionados con las sensaciones auditivas: grave-agudo; fuerte-débil...</p> <p>Relacionados con aspectos espaciales: contorno, borde, extremo; arriba-abajo; cerca-lejos; grande-pequeño; grueso-fino; a un lado o a otro (dcha. e izda., según nivel).</p> <p>Relacionados con aspectos actitudinales: colaboración, relajación, respeto, cuidado de la naturaleza...</p> <p>Relacionados con aspectos matemáticos o numéricos:</p>

	muchas, pocas, algunas, simetría, formas geométricas, números naturales...	
Participantes	Número	De 6 a 12, o bien de 4 a 5 si juegan niños de 3 años.
	Edad	A partir de 3 años.
Duración	20 ó 30 minutos, según la edad (para los niños de 3 años, 20 minutos).	
Recursos	Materiales	Hojas de diferentes especies.
	Espaciales	Espacio natural con variedad de árboles.
	Humanos	Educador y participantes.
Desarrollo	<p>Cada niño trae una hoja diferente (intentar que no se repitan especies o, en caso de ocurrir, que se diferencien unas de otras).</p> <p>Después, sentados en círculo, cada uno observa la suya, puede verla contra el sol, fijarse en sus nervios, en su forma, sentir su olor, tacto, imperfecciones... Una vez hecho esto, se pasa la hoja al compañero de al lado, repitiéndose las acciones con la hoja siguiente, y así sucesivamente.</p> <p>Al final se juntan todas y se van mostrando de una en una. Cada participante tiene que reconocer cuál era la suya.</p>	
Evaluación	Se valorará, sobre todo, la implicación y diversión de los niños, así como el cumplimiento de los demás objetivos.	
Variantes	<p>Las hojas pueden reconocerse al final con los ojos vendados, pasándolas de uno a otro hasta que cada uno reconozca la suya.</p> <p>En vez de hojas pueden utilizarse piedras o conchas, por</p>	

	ejemplo, y en vez del bosque, el escenario puede ser una playa.
Observaciones	Finalizada la actividad se puede hablar sobre la función que tienen las hojas en las plantas, por qué varían sus formas, etc.



2ª parte: con los ojos cerrados

Mientras jugaban con las hojas, con los ojos vendados, Daniel, que es un bromista, le quita las zapatillas a Laura, ata un cascabel en el cordel de Cordilarga y dice a Laura:

- Gallinita, gallinita, qué se te ha perdido.

Todos se ríen y empiezan a jugar a la gallinita ciega. Laura escucha y va siguiendo el sonido del cascabel. ¿A quién encontrará?



TIPO DE JUEGO: JUEGOS DE ESPACIO ABIERTO O CERRADO INDISTINTAMENTE	ASPECTO PSICOMOTRIZ QUE ABORDA: ESTIMULACIÓN DE LOS SENTIDOS
Nombre	La gallinita ciega
<p>Objetivos generales (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”)</p> <p>De estos objetivos pongo en negrita los aspectos implicados en el desarrollo de esta actividad y, además, subrayo los objetivos u objetivo fundamental o de más peso en la misma.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la <u>interacción con los otros</u> y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. 2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. 4. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas. 5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando <u>actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración</u>, evitando comportamientos de sumisión o dominio. 6. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de

	<p>las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.</p>
<p>Objetivos específicos (correspondientes a la actividad propuesta)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prevenir el sedentarismo y consumismo habitual en otros momentos de ocio individual de los niños. - Favorecer la cooperación y las relaciones sociales. - <u>Estimular los sentidos y la capacidad de atención.</u> - <u>Conocer las partes de su cuerpo.</u> -Ser capaz de moverse y orientarse en la oscuridad, perderle el miedo. -Aprender pequeñas cancioncillas o retahílas.
<p>Contenidos (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, Bloque 2 “Juego y movimiento”. En negrita, los más relevantes en el desarrollo de esta actividad, además, subrayo los contenidos o contenido fundamental o de más peso en la misma.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. <u>Gusto por el juego.</u> - Control postural: El cuerpo y el movimiento. Progresivo control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal. - <u>Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas,</u> motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas. - Nociones básicas de orientación y coordinación de movimientos. - Adaptación del tono y la postura a las características del objeto, del otro, de la acción y de la situación. - <u>Comprensión y aceptación de las reglas para jugar,</u> participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del <u>papel del juego como medio de disfrute</u>

	<u>y de relación con los demás.</u>
Sensaciones	<p><u>-Táctiles</u>: tocar a los compañeros de juego, la pared...</p> <p><u>-Olfativas</u>: en menor medida, pero también pueden ayudar a reconocer a la persona que se intenta identificar sin verla.</p> <p><u>-Auditivas</u>: escuchar los ruidos que hacen al moverse, a propósito, o incluso si hablan, puede ayudar a atrapar e identificar a algún compañero. Que una persona adulta le dé instrucciones, por ejemplo: delante de ti, a tu espalda, (según nivel, dcha., izda.), etc., es importante para lograr su objetivo.</p> <p><u>-Desorientación</u> al no poder ver.</p>
Sentimientos	<p>-De pertenencia a un grupo.</p> <p>-De autoestima y autonomía personal.</p> <p>- Regocijo o agobio, incluso miedo en algún caso.</p>
Conceptos	<p>Relacionados con las sensaciones táctiles: liso-rugoso; suave-áspero; frío-caliente...</p> <p>Relacionados con aspectos espaciales: arriba-abajo; cerca-lejos; grande-pequeño; grueso-fino; a un lado o a otro (dcha. e izda., según nivel).</p> <p>Relacionados con aspectos actitudinales: colaboración, relajación, respeto...</p> <p>-Lingüísticos y matemáticos: conocimiento ordinal de los números cuando se rifa al principio del juego y cardinal, cuando se gira tres veces. Aprendizaje de la retahíla: “gallinita, gallinita, qué se te ha perdido...”</p>

Participantes	Número	De 5 ó 6 a 10 ó 12
	Edad	De 4 años en adelante.
Duración	20 ó 30 minutos	
Recursos	Materiales	Pañuelo
	Espaciales	Lugar abierto o cerrado pero sin obstáculos.
	Humanos	Educador y participantes.
Desarrollo	<p>Se rifa para determinar a qué participante se le vendan los ojos. Una vez con los ojos vendados, otro participante, o el educador, le dirá: “Gallinita, gallinita, qué se te ha perdido”, a lo que responderá: “Una aguja y un dedal”, entonces el otro le dice: “Pues date tres vueltecitas y lo encontrarás”. El niño que tiene los ojos vendados girará tres veces (o será girado tres veces) y a partir de ese momento deberá coger a alguno de sus compañeros y reconocerlo sin quitarse la venda de los ojos. Si lo logra, éste ocupará su lugar y vuelve a empezar el juego.</p>	
Evaluación	Se valorará, sobre todo, la implicación y diversión de los niños, así como el cumplimiento de los demás objetivos.	
Variantes	<p>Puede jugarse en un espacio cerrado, pero libre de obstáculos, en el que los participantes podrán moverse libremente o, si este espacio fuera muy grande, en círculo, cogidos de la mano, alrededor del que tiene los ojos vendados. Si se trata de un espacio abierto, los demás harán un corro a su alrededor.</p> <p>Pueden utilizarse o no claves sonoras para orientar a la “gallinita ciega”, por ejemplo, haciendo el eco de las palabras o sonidos que ésta emita.</p>	

Observaciones	Debe evitarse vendar los ojos a los niños que muestren desagrado por esta situación, así como los empujones o contactos físicos desagradables a la “gallinita ciega”.
----------------------	---

Otras actividades que pueden realizarse con los ojos vendados y con la finalidad de estimular los sentidos pueden ser las siguientes:

- Reconocer objetos vistos anteriormente: juguetes, frutas, formas geométricas...
- Probar y oler frutas u otros alimentos u objetos conocidos y nombrarlos.

En las mismas circunstancias y con la finalidad de trabajar la orientación (arriba/abajo, a un lado o al otro...) y el conocimiento de algunas partes del cuerpo, así como la estimulación del sentido del gusto:

- Por parejas (y con grandes baberos o con la ropa protegida por bolsas de plástico agujereadas) darse mutuamente la merienda, por ejemplo: chocolate con churros.



Después de la excursión, cansados y hambrientos, van a merendar a casa de Laura y cuentan a su mamá cómo se han divertido en el bosque. Se lavan las manos y ayudan a preparar la merienda.

-Tengo una idea –dijo la mamá de Laura.

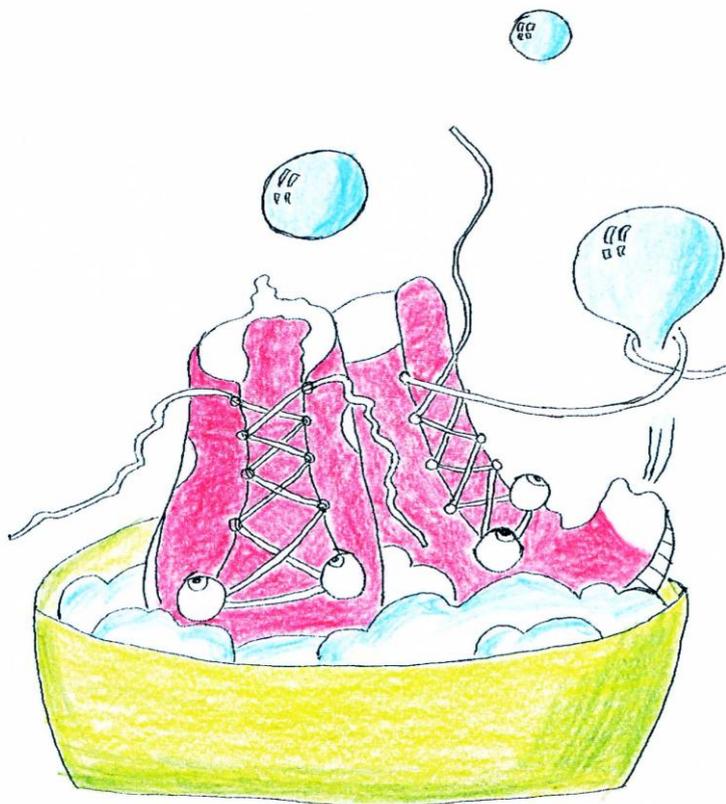
¡Y les dio la merienda con los ojos vendados! El plátano huele más a plátano con los ojos vendados, y la manzana sabe más a manzana. Pero el chocolate con churros sólo sabe a chocolate si lo comes con la boca:

-Más abajo –escuchaba decir Laura a su papá mientras aplastaba un churro en la frente de Manolo.

Coloradilla y Cordilarga ya no eran rojas, sino marrones, pero se relamían y no protestaban. El papá de Laura las metió en un balde con jabón.

-¡Qué frío! –decía Coloradilla.

-¡Qué divertido! –decía Cordilarga, jugando con las pompas de jabón.



3ª parte: con los ojos abiertos pero sin ver

Mientras las zapatillas de Laura jugaban con las pompas de jabón, Laura y sus amigos se lavaban las manos y la cara. Luego iban a jugar con un juego de tarjetas para hacer parejas: Laura consiguió hacer una pareja de tomates que se parecían a Coloradilla y Cordilarga.

TIPO DE JUEGO: JUEGOS DE MESA	ASPECTO PSICOMOTRIZ QUE ABORDA: ESTIMULACIÓN DE LOS SENTIDOS, ATENCIÓN, CONCENTRACIÓN Y MEMORIA VISUAL.
Nombre	Memory
Objetivos generales (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”) De estos objetivos pongo en negrita los aspectos implicados en el desarrollo de esta actividad y, además, subrayo los objetivos u objetivo fundamental o de más peso en la misma.	<ol style="list-style-type: none">1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la <u>interacción con los otros</u> y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.2. Conocer y representar <u>su cuerpo</u>, sus elementos y <u>algunas de sus funciones</u>, descubriendo las posibilidades de acción y expresión, y coordinando y <u>controlando cada vez con mayor precisión</u> gestos y <u>movimientos</u>.3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.4. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el

	<p>sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.</p> <p>5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando <u>actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración</u>, evitando comportamientos de sumisión o dominio.</p> <p>6. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.</p>
<p>Objetivos específicos (correspondientes a la actividad propuesta)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercitar el cumplimiento de las normas del juego y el respeto por los turnos de intervención en el mismo. - Fomentar los juegos grupales. - Ofrecer momentos de diversión. - <u>Estimular los sentidos y la capacidad de atención</u> - <u>Desarrollar la concentración y memoria visual.</u>
<p>Contenidos (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, Bloque 2 “Juego y movimiento”. En negrita, los más relevantes en el desarrollo de esta actividad, además, subrayo los contenidos o contenido</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. <u>Gusto por el juego.</u> - Control postural: El cuerpo y el movimiento. Progresivo control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal. - <u>Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas</u>, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades

<p>fundamental o de más peso en la misma.)</p>	<p>nuevas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nociones básicas de orientación y coordinación de movimientos. - Adaptación del tono y la postura a las características del objeto, del otro, de la acción y de la situación. - <u>Comprensión y aceptación de las reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.</u>
<p>Sensaciones</p>	<p>-Visuales: percepción de distintos colores, formas...</p> <p>-Táctiles: percepción de las formas, tamaño, grosor y textura de la fichas.</p>
<p>Sentimientos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -De pertenencia a un grupo. -De autoestima y autonomía personal. -De alegría o sorpresa según el resultado de su elección. -Decepción, incluso enfado o rabia al errar en la elección.
<p>Conceptos</p>	<p>Relacionados con aspectos espaciales: arriba-abajo; cerca-lejos; grande-pequeño; grueso-fino; a un lado o a otro (dcha. e izda., según nivel).</p> <p>Relacionados con aspectos actitudinales: colaboración, relajación, respeto, atención, etc.</p> <p>Relacionados con aspectos matemáticos o numéricos: muchas, pocas, algunas, simetría, formas geométricas, números naturales...</p> <p>Relacionados con el tema que representen las imágenes. Por ejemplo: si queremos trabajar el conocimiento de las partes del cuerpo, podemos elaborar un juego en el que</p>

	<p>se representen manos, pies, ojos, narices, cejas, etc. A la vez este juego puede convertirse en otro: un puzzle.</p> <p>Para abordar el tema de la alimentación saludable, las imágenes del juego pueden representar frutas y/o otros alimentos relevantes en la dieta mediterránea.</p>	
Participantes	Número	De dos en adelante.
	Edad	Desde los 4 años.
Duración	Según la edad, capacidad o motivación, de 5 minutos a 30, aproximadamente.	
Recursos	Materiales	Tarjetas con imágenes o dibujos.
	Espaciales	Los juegos de mesa pueden realizarse casi en cualquier espacio, incluso durante un viaje, por ejemplo.
	Humanos	Participantes.
Desarrollo	<p>Se colocan, desordenadas y boca abajo, las tarjetas sobre una mesa. Los participantes, por turnos, darán la vuelta a dos de ellas y, si son iguales, se las quedan y vuelven a levantar otras dos. Cuando no son iguales se dejan de nuevo boca abajo en la misma posición y llega el turno del siguiente jugador. Las tarjetas, una vez extendidas en la mesa no podrán descolocarse, ya que el juego consiste en memorizar la posición de las imágenes para poder hacer una pareja en el siguiente turno. El juego consiste en apropiarse de tantas parejas como uno sea capaz de encontrar.</p>	

Evaluación	Se valorará, sobre todo, la implicación y diversión de los niños, así como el cumplimiento de los demás objetivos.
Variantes	Con los dibujos o imágenes de las tarjetas pueden abordarse temas o iniciarse otras actividades distintas. Por ejemplo, puede hablarse sobre los animales, los medios de transporte o cualquier tema que nos interese tratar con los niños. Otras actividades pueden ser: contar historias con dos o tres dibujos que obtengamos al azar; calcar un dibujo que nos guste con papel cebolla, construir figuras geométricas planas o tridimensionales con las tarjetas, etc. También podemos convertir este juego en un puzzle, como se describe en el apartado “conceptos” más arriba de esta tabla.
Observaciones	Este juego puede (y debe) adaptarse a la edad de los jugadores, tanto en el contenido de los dibujos o imágenes, como en el tamaño y número de las tarjetas. Es frecuente encontrarlo en Internet.

Daniel, que es un bromista, había cogido una tarjeta a Ana y, como el dibujo de la tarjeta representaba unas cerezas rojas como las zapatillas de Laura, pensó que Coloradilla y Cordilarga se las querrían comer y las metió dentro de Cordilarga. Las zapatillas de Laura se estaban secando cerca de un radiador.

-¡Oh, qué calorcito hace aquí!, ¡qué gusto! –decía Coloradilla antes de quedarse dormida.

Mientras Ana buscaba la tarjeta de las cerezas, Daniel decía “frío, frío” si estaba lejos de Cordilarga, o “caliente, caliente”, si estaba cerca. Cordilarga se reía y no decía nada.

Cuando encontró su tarjeta Ana la guardó en la caja y propuso:

-Ahora podíamos escondernos nosotros, ¿jugamos al escondite?

-Pero somos muchos y aquí hay pocos sitios para esconderse –dijo Manolo.

-Además os podríais hacer daño al correr entre los muebles –dijo el papá de Laura.

- Pues vamos a la plaza y jugamos al escondite inglés –resolvió Marisa.

TIPO DE JUEGO: JUEGOS DE EXTERIOR	ASPECTO PSICOMOTRIZ QUE ABORDA: EQUILIBRIO DINÁMICO (en las frenadas bruscas), COORDINACIÓN DINÁMICO-GENERAL DE LOCOMOCIÓN, ESTÁTICO-CLÓNICA (mantener la postura)
Nombre	El escondite inglés
Objetivos generales (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”) De estos objetivos pongo en negrita los aspectos implicados en el desarrollo de esta actividad y, además, subrayo los objetivos u objetivo fundamental o de más peso en la misma.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. 2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. 4. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades

	<p>habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.</p> <p>5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando <u>actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración</u>, evitando comportamientos de sumisión o dominio.</p> <p>6. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.</p>
<p>Objetivos específicos (correspondientes a la actividad propuesta)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercitar el cumplimiento de las normas del juego. - Fomentar los juegos grupales y el ejercicio físico. - Desarrollar el equilibrio dinámico, la coordinación dinámico-general de locomoción y la estático-clónica. - Conocer partes del cuerpo, trabajar la lateralidad, etc. - Ofrecer momentos de diversión y posterior relajación, satisfaciendo la necesidad de movimiento de los niños a estas edades. - Prevenir el sedentarismo y consumismo habitual en otros momentos de ocio individual de los niños.
<p>Contenidos (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. <u>Gusto por el juego.</u> - <u>Control postural: El cuerpo y el movimiento.</u> <u>Progresivo</u>

<p>personal”, Bloque 2 “Juego y movimiento”. En negrita, los más relevantes en el desarrollo de esta actividad, además, subrayo los contenidos o contenido fundamental o de más peso en la misma.)</p>	<p><u>control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas. - Nociones básicas de orientación y <u>coordinación de movimientos.</u> - <u>Adaptación del tono y la postura a las características del objeto, del otro, de la acción y de la situación.</u> - <u>Comprensión y aceptación de las reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.</u>
<p>Sensaciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> -De velocidad, al correr. -De alerta, al esperar el momento en que el compañero que cuenta se dé la vuelta, y éste comprobando que nadie se mueve. -Anticipación, para quedarse inmóvil a tiempo. -Estabilidad/inestabilidad, al mantener la postura en la que han de permanecer hasta que el compañero que cuenta vuelva a hacerlo dándose la vuelta.
<p>Sentimientos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -De pertenencia a un grupo. -De autoestima y autonomía personal. -Alegría/enfado.
<p>Conceptos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Espaciales: cerca- lejos, delante- detrás, a un lado u otro (izda. y dcha., según niveles)... -Temporales: antes, después, durante...

	<p>-Espacio-temporales: rápido/lento, a intervalos...</p> <p>-Lingüísticos y matemáticos: conocimiento ordinal de los números cuando se rifa al principio del juego.</p> <p>-Actitudinales: respeto por las normas del juego, aceptación de sus resultados...</p>	
Participantes	Número	De 6 a 12
	Edad	A partir de 4 ò 5 años.
Duración	15 minutos	
Recursos	Materiales	Calzado y ropa cómoda para correr.
	Espaciales	Espacio abierto que cuente, al menos, con una pared, árbol o similar, o gimnasio o sala muy espaciosa.
	Humanos	Participantes.
Desarrollo	<p>Se decide quién se quedará, de espaldas al resto del grupo, en la pared, o árbol, o similar. Éste permanecerá así diciendo: “Un, dos, tres, el escondite inglés, sin mover las manos ni los pies”.</p> <p>Mientras, los demás, desde una línea de salida, avanzarán hacia él lo más deprisa posible, con la precaución de quedarse completamente inmóviles cuando, tras pronunciar esas palabras, el niño que estaba de espaldas a ellos se dé la vuelta de repente. Si éste ve a alguno en movimiento o que pierde el equilibrio en su posición inmóvil, le mandará que vuelva a la línea de salida.</p>	

	El primero que llegue a la pared, árbol o similar avanzando de la forma descrita, deberá tocarlo y echar a correr hasta la línea de salida. Lo mismo harán los demás desde donde se encuentren en ese momento. El niño que pronunciaba las palabras de espaldas a los demás debe atrapar a alguno de ellos, éste pasará a ocupar su puesto en la pared, árbol o similar.
Evaluación	Se valorará, sobre todo, la implicación y diversión de los niños, así como el cumplimiento de los demás objetivos
Variantes	Puede pedirse a los niños que avancen a saltos, con los pies juntos, o que uno de los pies siempre debe quedar delante cuando se paren, o que deben pararse mirando hacia un lado o hacia otro, o con los brazos levantados o pegados al tronco, etc., según quieran tratarse temas de lateralidad, equilibrio dinámico, conocimiento de las partes del cuerpo...
Observaciones	Si el niño que debe atrapar a alguno de sus compañeros al final del juego no lo consiguiera, se puede volver a rifar para que éste pueda participar en el juego desempeñando otro papel en el mismo y dando la oportunidad a otro de desempeñar el suyo. Las variantes de este juego deben adaptarse a las capacidades de los jugadores y la intención educativa con que se proponga.

Otros juegos y actividades que pueden incluirse en esta parte “con los ojos abiertos pero sin ver” pueden ser:

- El escondite
- Esconder un objeto y orientar al que le busca mediante las verbalizaciones “frío” o “caliente”.
- El “veo, veo”, con menor implicación motórica, a menos que se la añada la variante de tocar el objeto de que se trate

Después de cenar, Laura ayuda a recoger la mesa, se lava los dientes, se pone el pijama y lleva a Coloradilla y a Cordilarga junto al radiador de su habitación. Están cogiditas de los cordones porque les da miedo la oscuridad.

-No tengáis miedo –dice Laura- yo también tengo los ojos abiertos y, aunque no veo nada no tengo miedo, como cuando jugábamos a la gallinita ciega o cuando merendábamos, ¡qué risa! Mañana, cuando estéis secas, os enseñaré muchos juegos más.

Las zapatillas se durmieron pensando en todas las cosas bonitas que habían pasado esa tarde. Y Laura, también.



4ª parte: con los ojos abiertos y los pies veloces

Al día siguiente, después de desayunar, Laura se puso sus zapatillas para ir al colegio. A Coloradilla y Cordilarga les gusta mucho andar, correr, saltar... En el patio del colegio llevan a Laura a toda velocidad, huyendo de Manolo, que ha dicho que es un lobo y los demás son las ovejas. Pero Laura se ha parado de repente, abriendo los brazos y gritando: "Tulipán". Las zapatillas de Laura ahora están quietas, muy juntitas:

-Ahora Laura es una flor, y los lobos no comen flores –explica Coloradilla a Cordilarga.

Y es que las zapatillas de Laura han aprendido muchas cosas yendo con ella al colegio y jugando con sus amigos.

Y tus zapatillas ¿a qué saben jugar?



TIPO DE JUEGO: JUEGOS COOPERATIVOS	ASPECTO PSICOMOTRIZ QUE ABORDA: VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO (fuerza resistencia, en el perseguidor, y fuerza explosiva, en los perseguidos), EQUILIBRIO DINÁMICO (en las frenadas bruscas), COORDINACIÓN DINÁMICO-GENERAL DE LOCOMOCIÓN, ESTÁTICO-CLÓNICA (mantener la postura) Y FLEXIBILIDAD.
Nombre	Tulipán
<p>Objetivos generales (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”)</p> <p>De estos objetivos pongo en negrita los aspectos implicados en el desarrollo de esta actividad y, además, subrayo los objetivos u objetivo fundamental o de más peso en la misma.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal. 2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos. 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros. 4. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus

	<p>necesidades básicas.</p> <p>5. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando <u>actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración</u>, evitando comportamientos de sumisión o dominio.</p> <p>6. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.</p>
<p>Objetivos específicos (correspondientes a la actividad propuesta)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la cooperación, las relaciones sociales, la empatía... - Ejercitar el cumplimiento de las normas del juego. - Fomentar los juegos grupales y el ejercicio físico. - Ofrecer momentos de diversión y posterior relajación, satisfaciendo la necesidad de movimiento de los niños a estas edades. - Prevenir el sedentarismo y consumismo habitual en otros momentos de ocio individual de los niños. - Desarrollar los aspectos psicomotrices relacionados con la velocidad, equilibrio, coordinación y flexibilidad descritos en el encabezamiento del juego.
<p>Contenidos (correspondientes al área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, Bloque 2 “Juego y movimiento”. En negrita, los más relevantes)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. <u>Gusto por el juego.</u> - Control postural: El cuerpo y el movimiento. Progresivo control del tono, equilibrio y respiración. Satisfacción por el creciente dominio corporal.

<p>en el desarrollo de esta actividad, además, subrayo los contenidos o contenido fundamental o de más peso en la misma.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas</u>, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas. - Nociones básicas de orientación y <u>coordinación de movimientos</u>. - <u>Adaptación del tono y la postura a las características del objeto, del otro, de la acción y de la situación</u>. - <u>Comprensión y aceptación de las reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás</u>.
<p>Sensaciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> -De velocidad, al correr. -De alerta, para no ser atrapado y para atrapar. -Anticipación, para intuir las intenciones de los demás y obrar en consecuencia, sobre todo, el perseguidor. -Estabilidad/inestabilidad, sobre todo, en las frenadas bruscas o giros al correr y, en menor medida, para mantener la postura estática después de decir “tulipán”.
<p>Sentimientos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -De pertenencia a un grupo. -De autoestima y autonomía personal. -Alegría/enfado.
<p>Conceptos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Espaciales: cerca-lejos, delante-detrás, arriba- abajo -Espacio-temporales: rápido-lento. -Lingüísticos y matemáticos: muchos, pocos, algunos..., conocimiento ordinal de los números cuando se rifa al

	<p>principio del juego.</p> <p>-Actitudinales: respeto por las normas del juego, aceptación de sus resultados, ayuda mutua, trabajo en equipo...</p>	
Participantes	Número	De 6 a 12.
	Edad	A partir de 4 ó 5 años.
Duración	15 a 30 minutos, según número de participantes, edad y motivación de los mismos.	
Recursos	Materiales	Calzado y ropa cómoda para correr.
	Espaciales	Espacio abierto, gimnasio o sala muy espaciosa.
	Humanos	Participantes.
Desarrollo	<p>Tras una rifa, se decide quién persigue a los demás. El resto del grupo debe evitar ser atrapado, pero si se ven cerca de esta situación pueden pararse en seco abriendo los brazos y gritando: “tulipán”. Deben quedarse así, quietos, hasta que otro compañero se pare a su lado y, abriendo los brazos de forma que unan sus manos, quede también inmóvil tras gritar “tulipán”. Ambos podrán volver a moverse y correr cuando un tercer compañero pase por debajo de sus manos unidas.</p> <p>El perseguidor debe atrapar a otro niño antes de que éste pueda evitarlo de la manera descrita más arriba y entonces cambiarán sus papeles, pasando el perseguido a ser perseguidor.</p>	
Evaluación	Se valorará, sobre todo, la implicación y diversión de los niños, así como el cumplimiento de los demás objetivos.	

Variantes	<p>En vez de unirse por una mano, puede establecerse que deben unir las dos, formando sólo parejas.</p> <p>Si el grupo es muy numeroso puede haber dos perseguidores pero, en este caso, ninguno de ellos debe permanecer más de un tiempo determinado junto a los que han quedado inmóviles.</p>
Observaciones	<p>Ha de decidirse si, cuando se unen por una mano y forman una cadena, una vez que pasa otro compañero por debajo, se “salvan” todos o sólo los dos que formaban ese arco. Asimismo, antes de empezar el juego, se debe determinar quién ocuparía el rol de perseguidor en caso de que todos los perseguidos quedaran inmóviles tras gritar “tulipán”: el primero o el último en adoptar esta posición.</p>

Otros juegos parecidos al anterior (uno, o varios, atrapan a otros) que implican ejercitar la motricidad gruesa (correr principalmente) en espacios abiertos son:

- El date en vuelo: los perseguidos se ponen a salvo si evitan tener los pies en el suelo, es decir, subiéndose a algo o colgándose de algo).
- La vaca plantada: los atrapados forman una cadena contra una pared y pueden ser salvados si otro toca a alguno de ellos.
- La cadena: los atrapados forman una cadena y se convierten en perseguidores.

MACEDONIA DE FRUTAS

Fases del proyecto:

1º) Propuesta: hacer una macedonia de frutas. Durante una asamblea los niños hablan de alimentos. La conversación surge tras la intervención de uno de ellos que comenta lo que ha comido el día anterior. A raíz de esta conversación se pone de manifiesto que algunos niños y niñas no conocen el sabor de algunas frutas y no entienden qué quiere decir “agridulce” o “ácido”. Deciden hacer una macedonia de frutas para poder experimentar los diferentes sabores de algunas de ellas.

2º) Algunos niños saben lo que es la macedonia de frutas, otros no. Aportan ideas y precauciones (una niña es alérgica a las fresas) para hacer una macedonia el “día de la fruta” (la maestra ha acordado con los padres que los jueves los niños lleven como almuerzo fruta).

3º) Los niños escriben (cada uno de acuerdo con sus capacidades) una nota para sus padres en la que se les pide que lleven, para el jueves, una fruta determinada (se trata de que haya variedad) y troceada para hacer más operativa la elaboración de la macedonia, ya que no es prudente que los niños utilicen el cuchillo. La maestra colabora para hacer legibles las notas de algunos.

4º) La maestra programa la actividad:

Objetivos:

- Fomentar una alimentación sana y equilibrada, favoreciendo el consumo de frutas.
- Desarrollar y experimentar el sentido del gusto, así como la memorización de sabores asociándolos a la fruta correspondiente.
- Distinguir distintos sabores: dulce, agridulce, ácido, en esta ocasión.
- Practicar hábitos de higiene y cuidado personal lavándose las manos antes y después de la actividad.
- Ejercitar la psicomotricidad fina (giro de muñeca) al exprimir naranjas.

- Colaborar en actividades de la vida cotidiana (exprimir naranjas, tirar basuras, hacer compras)
- Mostar interés por participar en juegos grupales.
- Respetar normas del juego y turnos de intervención (degustando la fruta con los ojos tapados).
- Practicar la lecto-escritura: escribiendo notas para las familias, para ir a la frutería, para elaborar el dossier...
- Clasificar y contar frutas.
- Llevar a la práctica conocimientos adquiridos previamente respecto al reciclaje: tirar los vasos y cucharillas de plástico en un recipiente distinto al de la basura orgánica. (Se trabaja aquí un contenido “transversal” sobre educación ambiental)
- Conocer distintas tiendas del barrio, como la frutería.
- Aprender que después de comprar hay que pagar y, normalmente, recibir la vuelta.
- Otros objetivos relacionados con la actividad que se consideren convenientes: tomar fotografías de la actividad, hacer dibujos al respecto, etc. (Ver, en el epígrafe “Análisis de la dimensión tutorial y orientadora puesta en práctica en la actividad” otros objetivos relacionados con la función tutorial)

Temporalización y recursos materiales:

La macedonia se elaborará y degustará durante la media hora previa al recreo, en el aula, juntando las mesas y poniendo todas las sillas alrededor de las mismas.

La maestra llevará un exprimidor y un cuchillo (que sólo manejará ella) para hacer zumo de naranja (y de limón, para dar la oportunidad de conocer el sabor ácido a los niños que no lo conozcan). También será necesario un recipiente grande, una cacilla, para servir la macedonia, vasos de plástico, cucharitas de plástico, y servilletas de papel.

Implicación familiar:

Las familias colaborarán comprando y entregando a los niños las frutas troceadas que corresponda a cada uno. Posteriormente recibirán en su casa el dossier con fotos, dibujos y escritos de sus hijos, para poder verlo y comentarlo con ellos en casa. También podrán colaborar algunos familiares en la realización de la actividad de la elaboración y degustación de la macedonia (ayudar a juntar las mesas, luego ponerlas en su sitio, servir la macedonia, preparar los recipientes para la recogida selectiva de basura, etc.) y en la salida a la frutería.

Evaluación:

Además de las observaciones y anotaciones de la maestra, entre todos elaborarán un dossier que puede contener fotos, escritos y dibujos de los niños sobre las actividades llevadas a cabo. Dicho dossier irá pasando de casa en casa de las familias de los alumnos.

5º) Realización de actividades:

Además de la elaboración de la macedonia, en la que los niños pueden colaborar, entre otras cosas, exprimiendo naranjas, previamente habrán escrito una nota para ir a comprar las naranjas, un bote de melocotón en almíbar y otro de piña, a la frutería. La maestra habrá previsto esta actividad porque, además de un gasto, supone organizar una salida a la frutería. Durante la elaboración de la macedonia pueden realizarse actividades de clasificación y conteo de frutas; lectura de etiquetas de los botes; adivinar, con los ojos cerrados, qué fruta se está degustando, etc.

Después de la actividad, los niños pueden hacer dibujos y escritos respecto a las actividades realizadas para que formen parte del dossier anteriormente mencionado.

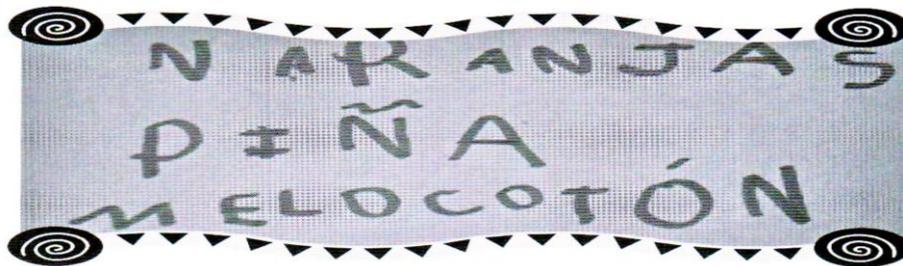
6º) Síntesis de lo realizado: elaboración del dossier (libro común al aula donde se recogen mediante escritos, dibujos, fotografías, etc.... las experiencias llevadas a cabo).

7º) Evaluación (principalmente de la maestra y los niños): incluida en el dossier.

Observaciones de la maestra tras el desarrollo de la actividad:

“La actividad fue un éxito. Se lograron los objetivos propuestos: no hizo falta traer ni trocear fruta, pues se informó a las familias de que se iba a realizar esta actividad y todos colaboraron trayendo distintas frutas troceadas. Los niños escribieron una lista de ingredientes que fuimos a comprar a la frutería: naranjas, melocotón y piña (en almíbar). Su colaboración para mover mesas y sillas, esperando su turno para participar en la actividad, y recogiendo al finalizar la misma fue ejemplar. Casi todos identificaron la fruta que olían y probaban con los ojos tapados y comieron con gusto, después, la macedonia”.

8º) Comunicación a los demás: mediante el dossier.



Nota escrita por un niño.



Salida a la frutería.



Lavándose las manos antes de manipular los alimentos.



Exprimiendo naranjas para echar el zumo en la macedonia.



Tomando la macedonia.

Análisis de la dimensión tutorial y orientadora puesta en práctica en la actividad descrita anteriormente.

Además de las precauciones de la maestra (no poner fresas en la macedonia pues una niña de la clase es alérgica), del trabajo habitual del tema “transversal” de educación para la salud a través, entre otras actividades, del “día de la fruta”, y de la implicación generalizada de todas las familias del grupo clase en esta actividad (y, ocasionalmente, en la de la macedonia de frutas), describiré a continuación las circunstancias y participación especial de algunos niños y niñas y de una madre de este grupo-clase, quienes habitualmente disfrutan de un tratamiento de apoyo, no sólo de la tutora, sino de otros profesionales, por diferentes causas:

Pedro es un niño de cuatro años que desde hace unos meses tartamudea y además es poco participativo en las asambleas, sus intervenciones son siempre muy cortas, suele evitar hablar en público, sobre todo ante los adultos, y se muestra algo tímido e inhibido en sus interacciones con otros niños. Ha estado escolarizado en otro colegio el curso anterior. Su maestra emitió una hoja de derivación tan pronto como detectó estos problemas y actualmente sale del aula durante algunas horas a la semana para ser atendido por la logopeda. Sus padres esperan ser citados para consulta con el psicólogo de la Seguridad Social.

Se ha preparado para esta actividad durante las últimas sesiones con la logopeda. Él se encargará de pedir el bote de piña en almíbar en la tienda del barrio, después de Paola, que pedirá el bote de melocotón. Su tutora ha pensado que es mejor que intervenga en segundo lugar y que no pida él todo para reducir presión.

Paola es una niña de cinco años “bastante movidita” a la que su tutora procura dar responsabilidades a menudo para que esté ocupada en algo y para reforzar su autoestima. Éste es su primer año de escolarización y la integración en el grupo le está costando un poquito, ya que, en ocasiones, tiene conductas agresivas. Además de entrevistas individualizadas con la niña, la educadora del Programa de Intervención Familiar (PIF) se entrevista semanalmente con su madre, a la que están dando pautas educativas adecuadas, entre otras, no utilizar el castigo físico con la niña.

La educadora del PIF, coordinándose con la tutora de la clase de Paola, ha colaborado para animar a la madre de la niña a que participe en esta actividad apoyando el acompañamiento del grupo hasta la tienda donde comprarán el melocotón, la piña en almíbar y las naranjas de zumo. Paola llevará la señal de STOP que mostrará en los pasos de peatones antes de que sus compañeros crucen la calle, y además se ocupará de pedir el bote de melocotón en almíbar.

Daniel es un niño chino de cuatro años. También es su primer año en el cole. Tiene muy poco dominio del idioma, apenas habla. Está participando en un programa de inmersión lingüística y, como Pedro, sale algunas horas a la semana del aula para mejorar sus competencias lingüísticas. A él se le ha entrenado específicamente durante las últimas sesiones para pedir en la tienda las naranjas de zumo.

Naturalmente, estos tres niños (y el resto del grupo clase) saben de antemano cuál va a ser su papel especialmente protagonista en esta actividad, también la madre de Paola ha recibido algunas pautas para su intervención. Todos están muy contentos con su participación en la misma.

Antes de llevar a cabo esta salida, la tutora ha dado algunas indicaciones al grupo-clase respecto a cómo realizar el desplazamiento hasta la frutería:

- Los niños deberán caminar (y no correr) cogidos de la mano, por parejas, procurando ir todos juntos sin que los primeros vayan demasiado adelantados y los últimos rezagados.
- Todos cruzarán por los pasos de peatones, cuando la maestra dé permiso, después de que Paola muestre a los vehículos que pudieran aproximarse la señal de STOP.
- Se caminará siempre por la acera, sin salirse a la calzada (salvo cuando se cruce la calle de la manera que se ha explicado).
- Se hará caso a las indicaciones de la maestra y de otros adultos que pudieran acompañarles durante la salida.

La justificación de esta actividad, en lo que respecta al ámbito del Plan de Acción Tutorial (PAT), estaría fundamentada en varios aspectos:

- Abordaje de un tema "transversal" que es la educación para la salud, y dentro de éste, los contenidos de "Alimentación saludable" y "Educación vial".
- Cumplimiento de unos planteamientos, presentes en la LOGSE (pero no recogidos en la LOE) y referentes a la orientación escolar, que son los siguientes: "La necesidad de propiciar en los niños experiencias que estimulen su desarrollo personal completo" y "La satisfacción de las necesidades educativas de cada alumno".
- La tutora, además de "satisfacer las necesidades de atención personalizada de los alumnos" y "favorecer las relaciones con la familia", ha pretendido con esta actividad desarrollar algunas de las funciones propias de su papel de tutora:
- "Facilitar la integración de los alumnos en su grupo-clase y en el conjunto de la dinámica escolar fomentando el desarrollo de actitudes de cooperación y respeto a las diferencias".
- "Contribuir a la personalización de los procesos de enseñanza-aprendizaje".
- "Efectuar un seguimiento global de los procesos educativos de los alumnos para detectar las dificultades y las necesidades especiales, articular las respuestas adecuadas y recabar los oportunos asesoramientos y apoyos".
- "Fomentar en el grupo de alumnos el desarrollo de actitudes participativas en su entorno sociocultural y natural".
- "Adecuar las programaciones a las características específicas de los alumnos, especialmente de aquellos que presentan necesidades educativas especiales."
- "Implicar a los padres en actividades de apoyo al aprendizaje y orientación de sus hijos".
- "Informarles de todos aquellos asuntos que afecten a la educación de sus hijos".

(Martínez, Quintanal y Téllez, 2002, p. 518)

Una vez terminada la actividad, la tutora elaborará una evaluación de la misma que, además de ser compartida con los niños y niñas de la clase y sus familias (por ejemplo, a través de un dossier en el que los niños puedan escribir, dibujar y pegar fotos) tendrá una parte (ya confidencial y no compartida con el grupo-clase y otras familias) que supondrá el seguimiento individual de los casos particulares de Pedro, Paola y Daniel. Recordemos que el PAT, además de la justificación, objetivos, actividades y recursos humanos y materiales (ya descritos en párrafos anteriores), comprende también una evaluación o seguimiento individualizado.

El PAT suele contener una serie de dimensiones o elementos en su planificación (al menos idealmente concebida):

1. Justificación...
2. Objetivos a alcanzar con el alumnado, el profesorado y las familias.
3. Actuaciones previstas, con sus correspondientes propuestas de actividades y tiempos asignados.
4. Previsión de los recursos materiales y humanos necesarios.
5. Seguimiento y evaluación...

(Cantena Vega, 2007, p. 169 y 170)

LISTA DE REFERENCIAS

- Abril Villalba, M. (2005). *Lectura y Literatura Infantil y Juvenil. Claves*. Málaga, Aljibe.
- Cantena Vega, L. (2007), *Orientación educativa e intervención psicopedagógica*. Madrid, Pirámide.
- Gavidia, V. (2001, noviembre-diciembre), La transversalidad y la Escuela Promotora de Salud. *Revista Española de Salud Publica*, 75: 505-516.
- Hernández F. y Ventura M. (1995), *La organización del currículum por proyectos de trabajo. El conocimiento es un calidoscopio*. Barcelona. Graó.
- López F., I. Etxebarria, M. J. Fuentes y M. J. Ortiz (coordinadores) (1999), *Desarrollo afectivo y social*. Madrid, Pirámide.
- Martínez, M^a de C., J. Quintanal y J. A. Téllez (2002), *La orientación escolar, fundamentos y desarrollo*. Madrid, Dykinson.
- Prieto Sánchez, M. D. y P. Ballester Martínez (2003), *Las inteligencias múltiples. Diferentes formas de enseñar y aprender*. Madrid. Pirámide.

PÁGINAS WEB

<http://www.aesan.msc.es> Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Gobierno de España. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (Consulta: 12 de julio de 2012)

http://www.jccm.es/contenidos/portal/ccurl/743/207/COMEDORES_ESCOLARES.pdf

Dirección General de Salud Pública y Participación. Consejería de Sanidad. Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha. (Consulta: 18 de julio de 2012)

www.perseo.aesan.msssi.gob.es/ Programa Piloto Escolar de Referencia para la Salud y el Ejercicio, contra la Obesidad. Gobierno de España. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (Consulta: 25 de junio de 2012)

<http://www.seedo.es> Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Consulta: 16 de julio de 2012)

LEGISLACIÓN

-Declaración Universal de los Derechos del Niño.

-Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE 4 de mayo de 2006)

-Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres (BOE 23 de marzo de 2007)

-Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. (BOCyL 2 de enero de 2008)

-R. D. 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de segundo ciclo de Educación Infantil (BOE 4 de enero de 2007).

-Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación infantil (BOE 29 de diciembre de 2007)

-Orden ECI/3960/2007, de 19 de diciembre, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la educación infantil. (BOE 5 de enero de 2008)