

Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**LA DIMENSIÓN CORPORAL DEL DOCENTE A TRAVÉS DEL
DIARIO CORPORAL PARA UNA MEJORA DE NUESTRO
CONOCIMIENTO Y FORMACIÓN**

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTORA: Andrea González Pérez

TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ

PALENCIA, 2017-2018



Trabajo Fin de Grado en Educación Primaria

0. ASPECTOS PRELIMINARES

- **TÍTULO:** Dimensión corporal del docente a través del Diario Corporal para una mejora de nuestro conocimiento y formación.
- **AUTOR:** Andrea González Pérez.
- **TUTOR ACADÉMICO:** Lucio Martínez Álvarez.

RESUMEN:

Centraré este TFG en las vivencias que el docente puede experimentar exponiendo su propio cuerpo. Para poder trabajar en este ámbito, daré a conocer la principal herramienta que ha apoyado mis elaboraciones, ayudándome a mejorar, perfeccionar y conocerme: el Diario Corporal Docente. Este proceso de investigación cualitativa se soporta bajo esta herramienta, a través de las vivencias docentes obtenidas durante una de las fases de formación del profesorado: Practicum II. Considero que el ámbito de lo corporal no se aborda con suficiente profundidad en la carrera. Por ello, el enfoque biográfico-reflexivo que voy a llevar a cabo, me ayudara a contestar a ciertas cuestiones: ¿El D.C.D aporta ayuda inicial para el profesorado? ¿Cómo podemos ir progresando gracias a esta herramienta? ¿Nos ofrece ciertas dificultades?

ABSTRACT:

I will focus this TFG on the experiences that the teacher can experience exposing his own body. To be able to work in this area, I will make known the main tool that has supported my elaborations, helping me to improve, improve and know myself: The Teacher Body Diary. This qualitative research process is supported under this tool, through the teaching experiences obtained during one of the teachers' training phase: Practicum II. I believe that

the field of the corporal is not addressed with sufficient depth in the race. Therefore, the biographical-reflexive approach that I am going to carry out will help me answer certain questions: Does the D.C.D provide initial help for the teaching staff? How can we make progress thanks to this tool? Does it offer us certain difficulties?

PALABRAS CLAVE: Diario Corporal Docente, Cuerpo, Corporeidad, Identidad corporal, Educación docente, Investigación cualitativa.

KEYWORDS: Teaching body diary, Body, Corporeality, Body identity, Teacher education, Qualitative research.

ÍNDICE

0. ASPECTOS PRELIMINARES	1
1. INTRODUCCIÓN	4
2. OBJETIVOS	7
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	8
3.1 OBJETO DE ESTUDIO: DIMENSIÓN CORPORAL DE LA DOCENCIA.	8
3.2 TEMAS DE ESTUDIO.....	8
1.Contacto con los conceptos de “Cuerpo” y “Corporeidad”	8
2. La formación de la identidad profesional a través del cuerpo del docente	13
3. La dimensión corporal de la profesión docente	16
4. METODOLOGÍA	24
5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE FORMACIÓN	27
SALUD CORPORAL	28
COMUNICACIÓN CORPORAL.....	32
EMOCIONES	36
IMAGEN CORPORAL	39
6. CONCLUSIONES	44
7. BIBLIOGRAFÍA	47

1. INTRODUCCIÓN

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

Contemplo el TFG como una oportunidad para meditar y reflexionar sobre la profesión que en mi futuro quiero llevar a cabo, la de docente. Para ello necesito poder conocer los saberes que me aporten mayor atención para el alumnado. Entiendo esta reflexión como un primer paso para mi formación inicial de docente. El tema que voy a tratar es “*La dimensión corporal del cuerpo docente a través del Diario Corporal para una mejora de nuestro conocimiento y formación*”, un tema que pienso que engloba un amplio recorrido sobre la importancia de la docencia.

Dentro de la formación adquirida como maestra en Educación Física el principal eje que considero fundamental dentro de la importancia de lo corporal en la educación de los escolares es el conocimiento sobre el cuerpo y el movimiento. Este engranaje une la relación con los diversos aspectos a tratar, tanto biológicos como funcionales.

Haciendo referencia a la importancia del cuerpo, gracias a la formación como especialista en Educación Física, puedo saber que el cuerpo no solo tiene valor en el área de dicha especialidad, sino que está presente en todas las áreas. Un alumno y una alumna siempre van a tener cuerpo y van a trabajar con él, no dependerá de la asignatura que estén realizando. El conjunto de la escuela se rige por la naturaleza corporal humana, así lo afirma Marcelino Vaca (2006, p 26-28): “Cada una de las situaciones educativas que tienen lugar en el transcurrir de la jornada supone una presencia corporal”.

A partir de esta información, quiero considerar igual de importante el cuerpo en todas sus dimensiones, para ello el profesorado debe saber realizar una escucha corporal. No podemos abordar el cuerpo de los niños y adquirir conocimientos si no conocemos el nuestro. Dicho análisis surge debido a que el principal eje que interfiere en el desarrollo educativo de un niño

es el docente. Por tanto, debe saber interpretar los diferentes momentos que engloban la jornada educativa y valorar con ello su cuerpo: cómo interactúa, cómo se comunica, cómo se emociona, tomando así conciencia de su propia corporeidad.

Busco un análisis introspectivo que nos ayude a conocernos mejor a nosotros mismos como docentes, observando nuestros defectos y virtudes, incluso nuestras manías gestuales, todo lo adquirido de situaciones, de las cuales no somos conscientes hasta que no reparamos expresamente en ellas. Esta observación orientada con el criterio de la indagación para la mejora, favorecerá el enriquecimiento personal y laboral, fluyendo con más naturalidad, mejorando con ello las intervenciones y logrando aumentar el desarrollo de los escolares.

Las dimensiones de lo corporal en los docentes son muy importantes, por lo cual van a ser el principal pilar de mi TFG. Centraré mi mirada en diversos objetivos que me hagan indagar, analizar y reflexionar sobre mis intervenciones llevadas a cabo en el Practicum II.

Dentro de este trabajo puedo reflexionar, conocer e investigar una perspectiva del docente de una manera más personal y por tanto sacar a relucir todas las competencias y habilidades adquiridas durante mi formación y con la información adquirida de diversos artículos y discursos educativos. Dichos artículos inciden en reafirmar que las personas somos seres globales, afianzando con ello la importancia de la dimensión corporal como eje de desarrollo integral de las personas.

Una de las asignaturas que posee un carácter trascendental dentro de mi formación y en la cual he conocido la importancia de lo corporal dentro del ámbito educativo es "Potencial Educativo de lo Corporal", donde el cuerpo del docente presentaba un papel muy primordial.

Para acabar mi introducción, haré una pequeña estructuración de mi TFG, donde la reflexión se centrará en la incidencia del propio cuerpo en la labor educativa a partir de mi experiencia adquirida en mi Practicum II. Para lograr una unión con mi reflexión llevaré a cabo en la fundamentación teórica un acercamiento a los conceptos "corporal y corporeidad". Seguiré indagando en los apartados siguientes sobre las dimensiones del cuerpo docente donde encontramos reflejada dicha corporeidad: "la salud del docente", "comunicación corporal", "las emociones" y "la imagen corporal", observando, a través de lecturas, análisis de documentos y

diversos estudios, del tema a tratar. A continuación, encontraremos el apartado relacionado con la metodología y el enfoque autobiográfico y narrativo-reflexivo que he llevado a cabo. Un punto destacable de este trabajo son las reflexiones a partir de mis propios relatos. Donde vuelvo a mi diario Personal y posteriormente lo analizo para una clara mejora. Por último se encuentran las conclusiones enfocadas desde distintas perspectivas para analizar dicho trabajo, la bibliografía y anexos correspondientes.

La implicación a la hora de llevar a cabo el trabajo, me ha ayudado a darme cuenta en ciertos momentos ajenos al contexto escolar, de la importancia que requiere el conocimiento de nuestro cuerpo. Provocándome situaciones de observación interna.

2. OBJETIVOS

Con la elaboración de este TFG pretendo desarrollar y alcanzar nuevos aprendizajes y conocimientos que traten la dimensión corporal del cuerpo del docente, potenciando con ello una interiorización de dichos conocimientos y mejorando la capacidad para la atención educativa que requiere el alumnado en Educación Primaria.

Tengo dos objetivos, cada uno de los cuales contiene otros a tratar.

1. Detallar y analizar la dimensión corporal del trabajo docente en prácticas:

- Especificar y precisar qué entiendo por "cuerpo/ corporeidad"
- Dar a conocer los diferentes aspectos condicionados por las dimensiones corporales que interactúan en la propia labor docente.

2. Deliberar y reflexionar sobre mi propia construcción corporal a través de mi diario personal, llevado a cabo en el Practicum II y por tanto convertirlo en un proceso de formación permanente:

- Analizar mi evolución en la puesta en práctica de mi Diario Corporal y tomar conciencia de las dificultades encontradas durante dicho proceso.
- Seleccionar diversas escenas significativas experimentadas en el Practicum II.
- Unir mis conocimientos adquiridos con la experiencia interiorizada para ayudarme a evolucionar como docente.

En el primer objetivo quiero resaltar su puesta en práctica para así ampliar el conocimiento sobre el tema a tratar y mejorar mi formación.

En relación al segundo objetivo, hago referencia a mi experiencia personal, vinculada a esta formación.

Estos dos objetivos tienen nexos de unión que a continuación describiré en el marco teórico.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1 OBJETO DE ESTUDIO: DIMENSIÓN CORPORAL DE LA DOCENCIA.

El objetivo principal para la puesta en práctica de este TFG es la presencia del cuerpo en las escuelas. En gran parte de las situaciones, esta presencia es ignorada u olvidada, dándonos a conocer el cuerpo silenciado. Según Sparkes (1996:101):

El cuerpo, en cuanto parte del yo, está en todas partes. Su género, edad, clase social, capacidad física, identidad sexual, raza, etnicidad, cansancio, estrés y reacciones emocionales se muestran en los distintos episodios escolares, sucesos críticos o momentos de desmoralización.

Si nuestra meta es fomentar una mayor escucha corporal, el abanico de posibilidades es más amplio. ¿Podríamos mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje gracias a esta escucha?

3.2 TEMAS DE ESTUDIO

En el apartado siguiente se tratan las vivencias de nuestro cuerpo docente, la formación de nuestra propia identidad profesional y con ello los diversos matices que analizamos a través de las diferentes dimensiones corporales.

1.Contacto con los conceptos de “Cuerpo” y “Corporeidad”

Los aspectos que engloban estos dos conceptos relacionados tanto con el movimiento como con el propio cuerpo, se orientan a través de una perspectiva dualista. Existe una contraposición sobre el concepto que se tiene de cuerpo frente al concepto de corporeidad, el cual, ofrece una concepción más concreta sobre lo corporal e integral dentro del ser humano.

Según Pastor Pradillo en La presencia del cuerpo en la escuela, su contextualización histórica en España a través de la Educación Física dice que: *“Siendo lo corporal una dimensión fundamental e inevitable, tanto de la naturaleza humana como de su comprensión, no cabe duda de que su presencia en la institución escolar nunca pudo ser considerada accesoria o*

irrelevante” (Pastor Pradillo, 2002, p27).

Podemos dar a conocer diferentes puntos de vista y de interés dependiendo del estudio concreto del cuerpo y de su amplio bagaje: la medicina, la biología, la filosofía, la religión... Como bien nos da a conocer Grasso, A (2008:4):

“Lo corporal queda encerrado habitualmente en el cuerpo y su movimiento, en lo tangible, lo visible, en funcionamientos de sistemas y órganos, en movimientos de aparatos y palanca, constituyéndose en tema de medicina, biología, anatomía, fisiología, mecánica y otros campos relacionados con la salud, el deporte, la expresión artística... Así emergen infinidad de ámbitos que estudian el cuerpo, tantos como posturas ideológicas que existen. ”

El cuerpo puede ser un tema de indagación que abarca muchas disciplinas estudiadas desde una perspectiva objetiva, donde todas sus partes dan lugar a un todo. Concretamente cada persona tiene un cuerpo y a través de él nos damos a conocer y nos incorporamos en el mundo social y cultural. *“El cuerpo es mucho más que un simple envoltorio o una mera montura sobre la que cabalgar la mente. El cuerpo es expresión de mi identidad. No tengo cuerpo...soy cuerpo.”* (Toro, 2005, p 118).

Según Myrtha Chokler (2009), *“entonces partimos de que toda actividad humana es esencialmente psicomotriz y para su puesta en marcha se articulan diferentes sistemas anatómo fisiológicos, psicológicos y sociales de gran complejidad que determina una particular manera de ser y estar en el mundo, de relacionarse con la realidad y los otros, para satisfacer las necesidades biológicas, culturales, espirituales y sociales”*.

Con la idea que nos refleja aquí Myrtha Chokler nos incita a reflexionar sobre los diversos momentos que transcurren a lo largo de nuestra vida y con ello a observar la presencia de nuestro cuerpo en cada uno de ellos gracias al contacto con diferentes personas que se encuentran a nuestro alrededor.

Según Barbero González, *“vivimos en una época en la que el cuerpo ha pasado a ocupar un lugar central en la vida de las personas. El cuerpo es hoy y puede analizarse como un medio de cultura, como una metáfora de la cultura, como un texto de cultura, y como un foco o lugar*

de control social, práctico y directo. Dicha cultura corporal es creada y reforzada por distintos agentes sociales entre los que se encuentra, la Educación Física, la materia del currículum escolar obligatorio cuyo objeto específico es la transmisión de la cultura corporal”: (Barbero González, 2006).

Una vez tratado el concepto de cuerpo y su relevancia en los ámbitos que engloban toda su presencia, seguiré enfocando mi apartado a lo relacionado con lo corporal y el concepto propio de la corporeidad, ambos relacionados. El término “lo corporal” está unido al concepto de Fenomenología: corriente del pensamiento que concreta su estudio en el análisis de los fenómenos observables y da una explicación del ser y de la consciencia. Uno de los primeros autores que expresa y da a conocer las diferentes experiencias personales que engloban las dimensiones emocionales, sociales y simbólicas y que a partir de ello habla sobre el concepto de corporeidad es Merleau-Ponty (en González Correo, 2010). El cual concibe el concepto de corporeidad como un engranaje que se va creando a través de la presencia del cuerpo mediante experiencias propias y con los demás.

Otro autor referente dentro del campo de la Fenomenología y que enlaza “la corporeidad” o “cuerpo vivido” es Max Van Manen, dándolo a conocer de la siguiente manera:

“El cuerpo vivido” o “corporeidad” se refiere al hecho fenomenológico de que siempre estamos de una forma corpórea en el mundo. Cuando conocemos a otra persona en su entorno o en su mundo, conocemos a esa persona, en primer lugar, a través de su cuerpo. En nuestra presencia física o corporal desvelamos algo sobre nosotros mismos, pero también ocultamos algo, no necesariamente de un modo consciente o deliberado, sino más bien a pesar de nosotros mismos. (Van Manen, 2003).

Siguiendo la búsqueda de lo que puede englobar la palabra “corporeidad”, cabe destacar un artículo: “la palabra corporeidad en el diccionario de educación física”, publicado por Alicia Ester Grasso, donde nos muestra la corporeidad como:

“La corporeidad es la integración permanente de múltiples factores que constituyen una única entidad. Factores psíquicos, físicos, espiritual, motriz, afectivo, social e intelectual constituyentes de la entidad original, única, sorprendente y exclusiva que es el ser humano:

Soy yo y todo aquello en lo que me corporizo, todo lo que me identifica. Nuestra corporeidad está presente aun cuando nosotros no lo estamos físicamente: un elemento de nuestra corporeidad como una carta escrita con nuestra letra, un reloj pulsera usado cotidianamente, el gesto de arquear una ceja que heredó un hijo, la frase de cariño que nos distingue, una foto o película con nuestra imagen, nos corporizan en el otro aun después de muertos.” (Grasso, 2008).

En referencia a lo que esta autora nos quiere transmitir con el concepto de corporeidad, es puramente entendible que la corporeidad no solo se centra en el factor biológico, sino que abarca muchos factores. La corporeidad, al igual que el cuerpo, va transformándose a lo largo de nuestro camino en la vida. Estos cambios vienen reflejados a través de las diversas experiencias e interacciones que vamos sufriendo. Desde mi punto de vista y como claro ejemplo en el cambio de dichos conceptos, lo he podido observar en las prácticas cursadas estos dos últimos años en el grado. Mi cuerpo actuaba como alumna en prácticas y como docente de forma paralela al aprendizaje.

Jesús Paredes Ortiz habla de esta forma sobre la corporeidad:

“Nacemos con un cuerpo que, desde el momento de nacimiento, a través de la acción, del movimiento se adapta, transforma y conforma como corporeidad. Esta conformación viene dada por el movimiento, por la acción y por la percepción sensorial (vista, oído, tacto, gusto, olfato y percepción cinestésica). Ya en el vientre de nuestra madre necesitamos movernos. Todo este proceso se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, de manera que vamos cambiando y conociéndonos dependiendo de la imagen corporal que tenemos de nosotros mismos y de la imagen que nos hacemos al interpretar el mundo exterior a lo largo del día y de nuestra vida. Este proceso acaba con la muerte: es entonces cuando dejamos nuestra corporeidad, para acabar siendo un cuerpo.” (Paredes, 2003:6)

Paredes hace referencia a la corporeidad como una unión con la transformación que recibe el cuerpo a lo largo de la vida, los cambios en los que se encuentra sumergido engloban la corporeidad de cada persona. Dichos cambios que propician esta formación según Paredes (2003;6), se van a producir por el movimiento, la acción y la percepción espacial. Esta

corporeidad forma parte de la identidad tanto social como personal de cada individuo. A través de ella podemos conocer nuestra propia imagen. Como nos indica Gurméndez (1981) *“cuando la persona reconoce, asume y aprueba su cuerpo es cuando tiene conocimiento de él, toma conciencia de su corporeidad y es capaz de comunicarse a través de él.”* Nos adentra en la idea de conocer el cuerpo como un ente global donde no existe separación tajante entre el mismo y el mundo.

El cuerpo es el sentimiento de la realidad y tener cuerpo es tener mundo. Dicho cuerpo se convierte en corporeidad al llenarse de pensamientos y emotividad. Tener corporeidad es referirse al cuerpo del ser humano, lleno de expresión de vida: física, psíquica y espiritual.

El cuerpo alcanza la corporeidad a través de su energía. Expresa su capacidad de movimiento humano para poder alcanzar la creatividad y generar así la expresión y comunicación a través de la motricidad.

Como futuros docentes tenemos que saber que este ciclo de evolución de nuestro cuerpo y por tanto de nuestra corporeidad está en continua transformación. Por tanto, la identidad corporal no se forma en el momento que decidimos ampliar nuestros conocimientos con estudios concretos de maestros, sino desde nuestra propia niñez.

Desde la observación clara de la visión de un maestro, la importancia de la corporeidad juega un papel muy importante. La manera en la que un maestro de Educación Física da a conocer su cuerpo, forma parte de un mensaje pedagógico en la enseñanza. El trabajar día a día con alumnos nos convierte en modelos de su propio aprendizaje.

Para concluir con la explicación de este apartado, quiero establecer una reseña sobre la extensa información que tenemos de estos temas y por ello clarificar de una manera más concisa los conceptos tanto de cuerpo como de corporeidad y la relevancia que no debe ser perdida en los docentes y a lo largo de nuestras vidas. El aspecto común que encontramos entre ambos conceptos es la presencia de ellos desde nuestra niñez, como bien he mencionado antes.

Para continuar dentro de este apartado y sin perder el nexo de unión con la dimensión corporal del docente, se hará referencia a la conexión que surge entre la identidad profesional

de un docente y su cuerpo.

2. La formación de la identidad profesional a través del cuerpo del docente

A la hora de realizar la modificación didáctica de los contenidos, el cuerpo del docente es una herramienta fundamental de la cual disponemos.

Como ya he citado en mi introducción, en los conocimientos que engloban la atención a lo corporal y la corporeidad en los docentes, como su posterior desarrollo para el ámbito profesional, no fue muy amplia. En la labor de docente debemos concienciarnos de que a la hora de ejercer nuestra profesión debemos saber emplear nuestro cuerpo. Para ello debemos conocerlo y experimentar así diferentes sensaciones de su corporeidad. No solo basta con incidir en los comportamientos corporales de los escolares sino también en los nuestros. Las dimensiones de la corporeidad de un docente deben ser conocidas y establecidas, incidiendo en las formas de interactuar y presentarse con los alumnos y demás profesorado, por lo tanto, dejando a un lado prejuicios corporales que puedan condicionar la labor educativa.

“ La corporeidad como base del aprendizaje en Educación Física: La corporeidad es parte constitutiva de la personalidad. Por ello es necesario considerar al alumno en formación y al futuro profesor, no sólo como un grupo de músculos a los que hay que adiestrar para que tengan fuerza y precisión en aras de realizar una acción específica, por el contrario, se requiere considerar la infinita posibilidad de movimientos intencionados, creativos, e inteligentes que caracterizan al ser humano. El docente en formación debe construir y experimentar el concepto de corporeidad para aprender y comprender que el alumno necesita participar e involucrarse en actividades en las que intervengan todos los aspectos de su personalidad. ” (Plan de estudios de la Licenciatura de Educación Física. México, 2012).

Dentro de la educación se han oprimido de manera parcial el tratamiento de los cuerpos y el aprovechamiento de su formación y educación. Marcelino Vaca nos muestra que “cada una de las situaciones educativas que tiene lugar en el transcurrir de la jornada supone una presencia de lo corporal” (Vid. Vaca y Varela, 2006). Los momentos de aprendizaje que ocurren dentro

de las aulas traen consigo diferentes representaciones corporales creadas a lo largo de la jornada escolar. A pesar de encontrarse dichos cuerpos sumergidos en las aulas tanto de los docentes como de los alumnos, se crean seres incorpóreos debido a que no se contemplan reflexiones pedagógicas de ellos.

Dentro de las aulas, lo corporal forma parte del día a día, el cuerpo está presente en todos los momentos de la jornada escolar. En relación a esta presencia o ausencia en ciertos momentos del cuerpo de los niños en las escuelas, observamos dos direcciones que pueden parecer contradictorios: En primer lugar, Peter McLaren afirma que “la institución educativa ha tenido un clamoroso éxito en ignorar el cuerpo tanto en la teorización de la práctica educativa como en la práctica de las teorías educativas”, esta ausencia de lo corporal en el ámbito educativo es reforzada por Pablo Scharagrodsky, quien además de estar de acuerdo con lo expuesto anteriormente, incide en que la configuración del currículum escolar como un mecanismo incorpóreo ha contribuido en algunos casos al menosprecio de lo corporal. Como eje educativo que defiende lo corporal dentro de la escuela y por tanto se encuentra en contra de lo exteriorizado por los anteriores autores, hablamos de Kirk (2007): protege la función principal que engloba a escuela para la formación de una corporeidad. Resalta los esfuerzos realizados por parte de la escuela desde la década de 1880 hasta el día de hoy teniendo que ver con la normalización del cuerpo. Los escritos llevados a cabo por Kant también recalcan la idea de que la escuela enfoque su educación a partir de lo corporal:

“La disciplina somete al hombre a las leyes de la humanidad y comienza a hacerle sentir su coacción. Pero esto ha de realizarse temprano. Así, por ejemplo, se envían al principio los niños a la escuela, no ya con la intención de que aprendan algo, sino con la de habituarles a permanecer tranquilos y a observar puntualmente lo que se les ordena, para que más adelante no se dejen dominar por sus caprichos momentáneos” (Kant, 2003;2).

Como conclusión a lo descrito por estos dos autores, podemos entender estos conocimientos como una reflexión pedagógica dentro de la educación, donde Scharagrodsky especifica el empleo de lo corporal en un segundo plano dentro de la escuela. En cambio, Kirk defiende la idea y concepto de la importancia de lo corporal dentro de la escuela ayudando con ello a la regulación de la misma.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje han generado la permanencia de los conocimientos tradicionales con una concepción dualista del ser humano, fomentando con ello, la idea de una escuela donde se encuentra la paralización del cuerpo y el silencio del mismo. (Barbero González 1996).

Existe una clara diferencia en el empleo del cuerpo dependiendo del área que lleve a cabo un maestro. En relación a esta diferenciación, muchos maestros que no son de Educación Física no presentan o consideran relevantes la figura de su cuerpo, debido a que tienen la idea de que el que debe tener dicho concepto sea el maestro de Educación Física. Es aquí donde tenemos que hacer especial hincapié en que la corporeidad se encuentra plasmada y reflejada en todos los docentes. Estos aspectos diferenciadores en muchos momentos son claros. Solo con echar un vistazo a los recreos y salas de profesores podemos observar a los docentes que pertenecen al área de Educación Física, simplemente observando su vestimenta. Pero a pesar de ello no podemos hacer ver al resto de docentes el desconocimiento de su cuerpo.

Para finalizar el apartado quiero mencionar a un autor muy relevante para lograr entender cómo la identidad personal e identidad profesional se vincula a la corporeidad de los docentes de educación física. Dicho autor es Andrew Sparkes, que respalda:

“Diversas investigaciones han puesto de manifiesto la importancia del “yo” en la enseñanza, su complejidad, diferenciación y posibilidades de cambio en función del momento y circunstancias en la vida del docente. En otras palabras, el cuerpo, en cuanto parte del yo, está en todas partes. Su género, edad, clase social, capacidad física, identidad sexual, raza, etnicidad, cansancio, estrés y reacciones emocionales se muestran en los distintos episodios escolares, sucesos críticos o momentos de desmoralización. Además, subraya que, sin embargo, los cuerpos subjetivamente experimentados no están en ninguna parte como objeto directo de análisis” (Sparkes, 1996; 101).

Como bien nos hacen ver Lucio Martínez y Gustavo González, en su artículo “enseñar con el cuerpo”:

“La identidad corporal docente no es solo un tema de los inicios de la profesión. Cada fase de la misma tiene sus propias preocupaciones y sus particulares puntos de interés. Conocerse

y evolucionar como docente implica, por tanto, indagar sobre esta dimensión corporal de la docencia y de la identidad docente. ”(2016, p 269).

Esta unión engloba la identidad personal con la profesional y puedo observar desde mi propia experiencia personal que la vinculación que mi cuerpo ha obtenido como protagonista me ha originado ciertas vivencias. Es en estas vivencias, en las cuales he sido cómplice del aprendizaje de mi cuerpo a través de diversas sensaciones que han elaborado mi identidad corporal, donde he conseguido conocerme mejor e interiorizar cada uno de esos momentos. Este autoconcepto corporal se modifica en consecuencia a todas las vivencias adquiridas, por ello este se forma desde la infancia. Las experiencias que nos han influenciado de manera positiva y negativa tienen una clara unión sobre lo que somos y lo que hemos vivido.

Por todo ello, la elección en muchos aspectos para cursar una carrera relacionada con la Educación Física es la vivencia paralela que hayas tenido en el campo de la actividad física y el deporte. Desde mi punto personal me puedo sentir identificada en este aspecto, debido a que cuando tuve que decantarme por la carrera que quería estudiar, la especialidad en Educación Física fue la que más peso tuvo dentro de las demás opciones.

3. La dimensión corporal de la profesión docente

Como último punto establecido dentro de mi fundamentación teórica, centraré este apartado en la dimensión corporal del docente dentro de la escuela. Los cuatro apartados que se trabajan, establecen una importante relevancia en la formación tanto inicial como a su vez permanente en la profesión de maestros. Estos temas son los siguientes: salud corporal, comunicación corporal, emociones incorporadas e imagen corporal. Dichos temas son concretados y definidos en una asignatura planteada en el Grado de Educación Primaria: Potencial Educativo de lo Corporal. A continuación se exponen los temas citados anteriormente.

Salud corporal

Cualquier actividad humana y entre ellas la docencia se ve afectada cuando la salud está comprometida. En relación a este apartado debemos tener en cuenta diversos aspectos muy relevantes dentro la docencia. Uno de ellos y que influye en el movimiento de los alumnos es la energía empleada por el maestro. Al impartir una clase requieres de un estado de activación continua. El momento en el que te sitúas en frente de tus alumnos para impartir una clase demanda mucha energía, la cual podemos ver reflejada al concluir el día o las semanas, sobre todo si se trata de las primeras semanas. Haciendo especial referencia a la energía empleada por parte de los docentes, comprobé desde mi propia experiencia realizada en el Practicum II, que en muchas ocasiones esas exigencias físicas acaban propiciando un desgaste muy generalizado. Por tanto, tener una buena condición física es una base imprescindible para sobrellevar con mejor condición dichas alteraciones corporales. Además, gracias a mis prácticas, también pude observar en relación a este campo que la energía no es considerada tan importante y de vital necesidad para las personas que desempeñan este trabajo. Los especialistas de educación física imploran mayor cantidad de energía, determinada por la propia naturaleza de la profesión.

Según Day Elliot, Kington, 2005; Yavuz, 2009, citados en artículo " Docentes de carne y hueso" la docencia no solo implica a la salud, sino que también reclama del profesor su implicación, como señala Martínez y González (2016, p 267).

"Ser educador reclama un cierto tono, una forma de ser y estar presente, una tensión muscular fruto de las responsabilidades que se asumen con los menores al cargo que puede llegar a ser muy desgastante y que precisa una atención de descanso, alimentación o búsqueda de la eutonía sin la cual la docencia puede ser una empresa tremendamente agotadora."

Como complemento a la energía requerida por parte de los docentes, cabe destacar la importancia de la voz, considerándola como eje que engloba todas las demás vertientes debido al tiempo de uso de la misma. Todos los docentes debemos tener cierto cuidado con el tratamiento de nuestra voz. Haciendo referencia a los especialistas de educación física debemos tener en cuenta los espacios donde se trabaja (patio, gimnasio, calle...), sabiendo que el

principal problema es la acústica y la temperatura, lo cual genera un aumento progresivo de la voz acompañado de los contrastes de temperaturas y corrientes que sufre nuestro cuerpo. Estas dificultades las pude experimentar en la impartición de mis clases, donde al encontrarnos o al aire libre o en un pabellón con una peculiar sonoridad, me percaté de la importancia de dicho aspecto.

Como último elemento para tratar dentro de este apartado hablaré sobre la relación que existe entre el cuerpo/salud y el acompañamiento en ciertos momentos del estrés. Es importante establecer un equilibrio duradero entre el descanso y la actividad corporal para evitar ciertos rasgos fisiológicos poco beneficiosos, con el fin de mantener una buena salud. Estos momentos de equilibrio y de calma nos ayudarán a observar con cierto detalle cuales son nuestros límites, atendiendo a nuestro propio cuerpo.

Haciendo referencia a este bloque, es imprescindible saber que un mejor estado de salud trae consigo una progresión en la práctica y con ello la obtención de mejores resultados.

Finalizo este apartado citando a Marcos Moran (2012), quien señala:

“Los docentes, al igual que requieren de un cuidado de la imagen en su labor como profesional, necesitan también de un cuidado corporal que hay que tener presente a la hora de impartir clase. En la docencia, como en muchas otras disciplinas laborales, existen riesgos para la salud propios de la profesión a los que hay que atender” (p. Aparicio, 2009)

Comunicación corporal

Como bien sabemos, dentro del currículum oficial de Educación Primaria, encontramos un bloque destinado a las actividades artístico-expresivas. Esta comunicación corporal es el principal pilar para establecer una relación, ya que a partir de ella tenemos la facilidad de expresarnos y comunicarnos con todos los demás. A partir de este intercambio de palabras los docentes pueden transmitir su entrega, pasión y disfrute por la docencia y hacérselo ver al alumnado, de tal manera que se cree un vínculo que une al grupo y a cada estudiante. Según Pennac (2009, p.114) *“Los alumnos son muy sensibles a detectar si el adulto está con ellos y si*

los considera personas y si "está absolutamente ahí". En estos intercambios, nuestro cuerpo es el motor encargado de transmitir dichos mensajes a cada alumno. Por ello, en la profesión docente, el cuerpo estará siempre en observación y será juzgado por los miembros de la sociedad dependiendo de su correcto empleo. Lo que engloba tanto el cuerpo como la comunicación corporal es la imagen corporal que los docentes transfieren ya que esta es el centro de atención de cuantiosas reflexiones y charlas.

Para Tarruella y Rodríguez (2007:2): *"También hay rituales corporales comunes a alumnos y docentes: las posturas en los actos escolares, permanecer en silencio en la formación, con el cuerpo derecho orientado hacia un determinado lugar. Identificaron determinados rituales corporales específicos de su área en el aula, inherentes al ejercicio del rol docente, particularmente en el proceso de enseñanza-aprendizaje: posturas corporales, gestos, disposición del mobiliario del aula, uso y distribución del tiempo, tendientes a mantener un orden y un disciplinamiento preestablecido. La rigidez del cuerpo, la simetría en el espacio y el respeto del tiempo pautado cronológicamente de acuerdo a los lineamientos curriculares, se comportan como un reaseguro de la reproducción del saber-poder que sujeta a los alumnos en el polo que le corresponde, según su status de alumno. Los rituales escolares que se reproducen cotidianamente en el proceso de enseñanza aprendizaje: posturas y gestos precisos, tareas homogéneas, espacios controlados rigurosamente, tiempo y ritmos pautados según las exigencias institucionales, imprimen una modalidad de disciplinamiento que contribuyen a la anulación del cuerpo, tanto de docentes como de alumnos."*

A partir de esta explicación podemos entender la idea de Tarruella y Rodríguez, donde los docentes nos expresamos de diversas maneras, empleando sin darnos cuenta una serie de rituales: rostros serios, brazos cruzados para atender explicaciones no convencedoras, la forma de explicar un tema, siempre de pie, el tono de voz dependiendo lo que queramos transmitir, la presencia corporal en los recreos... Podemos observar con ello que dentro de la jornada educativa se dan situaciones donde los alumnos y los docentes pueden llegar a adoptar un cuerpo en el cual la voz quede a un lado. Como bien dice Marcelino Vaca (2007), este estado del cuerpo es considerado como cuerpo silenciado: *"Hay tareas escolares que exigen que el ámbito corporal pase desapercibido: el profesor llama la atención del alumnado para que*

escuchen, para que se centren su pensamiento sobre una determinada cuestión, lo que requiere que el cuerpo se inmovilice y silencia. A estas edades no es fácil la concentración, la inmovilización corporal ayuda a que se vaya consiguiendo de forma progresiva. El interés por la tarea que está desarrollando y la distribución espacial y material en la que se sitúa al alumnado ayudan a que lo corporal no interfiera negativamente en el ambiente de enseñanza y aprendizaje. Pero en ocasiones estas situaciones educativas se prolongan y parte del alumnado comienza a inquietarse y a manifestar deseos de moverse”.

Haciendo hincapié en los acontecimientos que he experimentado en mi Practicum II, pude darme cuenta que los gestos y la propia mirada transmiten una comunicación corporal muy amplia. No hace falta que nos deleitemos con palabras para expresar lo que sentimos en cada momento, con la mirada es suficiente. A través de esta mirada los docentes podemos conocer con mayor detenimiento a los alumnos, ya que sus miradas son capaces de expresar ciertos estados que son significativamente complejos de transmitir. Dentro de la comunicación no verbal, el empleo de la mirada en la docencia es un recurso muy importante y utilizado.

Otro aspecto anteriormente nombrado y con una muy importante consideración en la construcción corporal del docente es el empleo de los gestos. Un uso adecuado de los mismos facilita al docente establecer una mejor comunicación verbal. Ayudan a dar sentido en ciertos aspectos al aprendizaje que están realizando, inyectando ese conocimiento con una mayor agilidad. El uso de estos gestos de la manera más adecuada facilita la comunicación, pero cuando estos movimientos resultan dispersos y poco centrados, nos reflejan las inseguridades y nerviosismos que experimenta nuestro cuerpo a la hora de exponer una clase a los alumnos.

Emociones

En la actualidad sabemos que para obtener un desarrollo pleno de cualquier individuo consiguiendo con ello su integración en la sociedad, debemos de potenciar todas sus facetas y dimensiones personales, emocionales o psicológicas como cognitivas. (Martínez 2009).

Como bien menciona Martínez, el completo desarrollo de un individuo engloba diversas

dimensiones. Las emociones juegan un papel muy importante y relevante corporalmente en la atención al cuerpo del docente debido a que durante la jornada educativa el cuerpo experimenta situaciones que se transmiten a través de sensaciones. Estas experiencias son creadas a partir de las emociones, por tanto, las relaciones humanas son clave en esta profesión. El conocimiento de cada una de nuestras emociones nos ayudará a reflexionar sobre ellas y conocernos mejor. Cada emoción presenta unas respuestas diferentes dependiendo del momento de la acción en la que suceden.

Dentro de la profesión del docente debemos acentuar la importancia que recibe estos estados de ánimo dentro de nuestro cuerpo. La relación que establece Tomas Motos sobre las emociones y la relación con el cuerpo es la siguiente:

“Existe en el cuerpo una especie de musculatura afectiva que corresponde a las localizaciones físicas de los sentimientos. Se asienta en los centros de la fuerza, de la personalidad y de la expresividad” (Motos, 1983: 105).

Las emociones que pueden derivar dentro de un docente son muy amplias, siendo tanto negativas como positivas. Las positivas suelen expresarse corporalmente de forma más reducida pero no quita que no se creen en las aulas. Como consecuencia a la expresividad de dichas emociones, se puede observar en cierta medida que la decisión tomada ha sido la correcta y compensa los momentos menos gratos. En cambio, las negativas están ligadas a las inseguridades e inquietudes como: temblor de las manos, de la voz, sensaciones de dolor de estómago, inquietudes de forma más global...

Justo y Castillo testifican que: *“los docentes manifiestan una serie de emociones y sentimientos que rigen sus acciones en relación a la educación de sus alumnos, que constituyen sus estilos educativos. Así, características personales que los profesores manifiestan en su tarea docente se ven reflejadas en los comportamientos de los docentes de su función educativa, de aquí la importancia de cuidar en la formación de los futuros docentes la presencia de contenidos, no solo de tipo académico, sino también relacionados con la formación de su afectividad y de su personalidad, por la proyección de estos elementos personales en su labor educativa futura”.*

Como he mencionado con anterioridad, las emociones y el cuerpo van unidos. Para dar a conocer nuestros sentimientos a los demás, los reflejamos mediante nuestro cuerpo, siendo este el principal vehículo de propagación.

González (2003) nos muestra la relación entre el cuerpo y las emociones. Ambos unidos a la hora de expresar nuestras emociones, aunque nosotros no tengamos intención de que la otra persona descubra lo que sentimos en ese momento.

En Educación Física, nuestro cuerpo se comunica con los demás constantemente, independientemente de si queremos o no expresar una emoción que no pertenezca a nuestro interior, nuestro cuerpo manda señales y exterioriza lo que verdaderamente sentimos.

Como nos hace ver González (2003:22) *“nuestro cuerpo con sus emociones se mueve siempre en un espacio, que también es el espacio de los demás”*.

¿Podemos llegar a la conclusión de que este bloque es imprescindible en la docencia de cada maestro? ¿La expresividad de estas emociones nos ayudará a conocer mejor a nuestros alumnos? ¿Crear un clima afectivo en la clase favorece el aprendizaje? Es importante atender con cierta precisión esta dimensión y mejorarla. Nos potenciará una satisfacción interna con nosotros mismos.

Imagen corporal del docente

Para concluir con todas las dimensiones que abarca la profesión docente, queda resaltar la imagen corporal. Este término podríamos definirlo como la percepción que nosotros mismos tenemos de nuestro cuerpo, buscando siempre que sea aceptado y valorado.

Según Fisher (1986), *“la imagen corporal es el conjunto de sentimientos que posee una persona hacia su cuerpo”*.

Dentro del concepto de imagen corporal cabe destacar a Schilder (1990), el cual aborda el tema de la imagen corporal de la siguiente manera: *“La imagen corporal es la figura de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, la forma en la cual nuestro cuerpo se*

nos representa a nosotros mismos”.

La imagen corporal está muy unida a todas las demás dimensiones citadas anteriormente. Podemos fijarnos que la imagen corporal no solo es mostrarnos a través de una vestimenta adecuada o una serie de posturas que den a conocer nuestra profesionalidad. Dentro de este campo hay que saber que son muy influyentes tanto el lenguaje corporal como la salud y las emociones ya que cada una de ellas nos proporciona una manera de actuar diferente, reflejado en nuestra imagen.

La síntesis que a continuación realizo engloba todo lo relacionado con el punto anterior.

La trayectoria empleada para la fundamentación teórica se ha centrado en cómo afecta la corporeidad al oficio docente, cómo es observado a lo largo de la jornada escolar y cómo con el paso del tiempo nuestra construcción corporal puede estar influenciada por vivencias desarrolladas a lo largo de este camino.

Antes de dar por finalizado este apartado, quiero ahondar en lo que ha aportado el estudio y conocimiento de cada uno de estos campos a mi análisis. ¿Sabía la importancia que engloba cada dimensión en nuestro cuerpo? ¿Somos conscientes de las indicaciones que nos proporciona nuestro cuerpo día a día? ¿Podemos mejorar siendo un poco más conscientes de nuestros actos?... todas estas cuestiones obtendrán cierta relevancia a la hora de analizar mis relatos, ayudándome con ello a evolucionar como docente.

Dando por finalizado este marco teórico, continuaré con las reflexiones interiorizadas a lo largo de mi estancia en los centros con el Practicum II, analizando las diversas experiencias adquiridas y proyectadas en mi Diario Corporal. Y así poder llegar a entender mejor todos los aspectos que engloban esta profesión centrándome en un análisis más detallado de mis sensaciones corporales.

4. METODOLOGÍA

La dimensión corporal de la docencia se puede estudiar a través de múltiples métodos. Mi visión se ha centrado en un estudio autobiográfico y reflexivo con corte cualitativo. Podemos hablar de dos tipos de investigación: cualitativa y cuantitativa. Dicha distinción entre ambas se encuentra en el tipo de conocimiento que se pretende alcanzar. El empleo del Diario Corporal Docente (DCD) se centrará más en una investigación de corte cualitativo. Partiendo de este enfoque autobiográfico relacionado con la docencia, el resultado nos ayudará a ver de manera más global y social nuestras reflexiones, mejorando con ello el punto de vista. El DCD interviene en el desarrollo personal, profesional, individual y social tanto en la escuela como en la vida.

El método empleado para la recogida de datos hace referencia a las historias de vida o autobiografías que según Pascual (2010), se trata de una fuente de información inestimable para poder entender las trayectorias de los docentes.

Según Polkinghorne, (1995), *“las historias de vida son una metodología de investigación cualitativa que pertenece a las investigaciones narrativas, entendiéndose por éstas un tipo de discurso en el que los acontecimientos y sucesos de las personas se relacionan por medio de un argumento”*.

Para dar comienzo a la estructuración de la puesta en práctica que voy a realizar, partiré de las anotaciones recogidas a lo largo de mi estancia en los centros a través de mi propio Diario Corporal. Los datos obtenidos son recogidos en las prácticas realizadas como especialista en el Practicum II, enlazando estas experiencias con las diferentes dimensiones que he tratado en la parte teórica y recogiendo aquellas narraciones más cercanas a los temas.

En el transcurso de mi Practicum II, reflejé diferentes anotaciones y seguimientos en mi cuaderno personal. Una vez iban transcurriendo los días podía observar en mis pequeños escritos la cantidad de aspectos a lo que durante mis intervenciones no prestaba tanta atención. Dichos aspectos hacen referencia en primera instancia a mi desarrollo como docente. Esta atención estaba más encaminada a los aprendizajes de los alumnos que a mi propio desarrollo

personal.

He utilizado estas anotaciones personales debido a que las considero más cercanas y oportunas que de las que en un principio quería partir. En primera instancia quería describir estas dimensiones a través de las narraciones descritas en las clases impartidas con mi grupo de seguimiento, dentro de mis prácticas cursadas en el Practicum II. Pero me di cuenta que las descripciones corporales que se trabajaban en esas narraciones centraban su mirada en los alumnos y no en el cuerpo del docente. Por lo tanto, decidí recolectar mis anotaciones de mi Diario Corporal e indagando en él conseguí observar mi trayectoria personal. Gracias a ello pude centrarme en las dificultades que surgían a la hora de proyectar en un papel tus sensaciones corporales, ¿Hacia dónde se desviaba mi mirada? ¿Sabía observar lo que verdaderamente me estaba afectando? ¿Mis relatos estaban enfocadas con la misma perspectiva?

Como he mencionado anteriormente partiré de las anotaciones recogidas en mi Diario Corporal. Al tratarse de fragmentos que, debido a la poca observación y escasez de descripción, puede que se queden cortos en sensaciones corporales. Para completar estas sensaciones, visto desde una perspectiva que considero más amplia a día de hoy, realizaré unos análisis donde la escucha corporal activa ampliará el sentido en cada dimensión. La manera de llevarlo a cabo formará parte de una lectura de las sensaciones corporales que en su momento reflejé en mi diario. Después, aparece una escucha corporal, la cual trata sobre la mejora de mis sensaciones en cada momento. A continuación, se realiza un análisis íntegro de cada dimensión y con ello los temas que surgen. Para facilitar esta observación, se utilizará un mapa conceptual de cada viñeta potenciando con ello su visión.

Al realizar mi propuesta centrándome en mis propios aprendizajes, he podido observar y analizar las diferentes perspectivas a la hora de hablar de nuestro cuerpo. Los desajustes que he considerado oportunos dentro de mis narraciones me han ayudado a darme cuenta que, para realizar unas satisfactorias descripciones de las sensaciones corporales, primero hay que saber escuchar a tu cuerpo. El problema de esta sensación es que a veces no prestamos el suficiente tiempo, obviando con ello todas las sensaciones corporales que nos envuelven. Además de nuestra escucha corporal hay que ser capaces de dar a conocer nuestras experiencias vividas

con ayuda de la palabra, y gracias a ello aumenta nuestro conocimiento del propio cuerpo.

Los saberes aprendidos en la parte de la fundamentación teórica y el análisis de mis propias narraciones, explicando de forma diferente las sensaciones que podrían darse en cada situación, han conseguido que se cree un bucle donde la unión de las correcciones tenga referencia con todo lo mencionado anteriormente.

Para concluir este apartado, después de hacer un breve repaso sobre la estructuración por la cual ha transitado mi trabajo, describiré las dimensiones con las que voy a trabajar.

A estos apartados les voy a dar el nombre de viñetas y cada uno de ellos tendrá que hacer referencia a una de las dimensiones que hemos tratado anteriormente. Fijándome en las carencias que cada viñeta me va a aportar, potenciaré y analizaré mis respuestas de una manera más correcta. Es por ello que realizo un análisis de cada una de las viñetas queriendo mostrar la diferencia a la hora de expresarnos, cómo podemos llegar a sentir en cada momento y lo que nos puede afectar tanto a nosotros como a los de nuestro entorno.

Viñetas narrativas:

- Salud corporal
- Comunicación corporal
- Emociones
- Imagen corporal

5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE FORMACIÓN

Después de haber hecho un análisis sobre la conciencia que debemos tener todos los docentes sobre la importancia de lo corporal en nuestro día a día, centraré mi objetivo en mis reflexiones y análisis. Con ello se puede observar tanto mis experiencias y vivencias, así como la manera que he tenido de transmitir las.

La finalidad de este apartado es observar las anotaciones sobre la atención de mi cuerpo y la manera en la que proyectó mis sensaciones corporales. Gracias a reflexionar a partir de mis relatos autobiográficos en los que intervengo como docente en prácticas (Practicum II) me ayuda a conseguir un enriquecimiento personal y a la obtención de aprendizajes constructivos.

El primer contacto que tuve con esta herramienta fue en el Practicum I, a través de la asignatura “Potencial Educativo de lo Corporal”, ayudándome a conocerme más y mostrándome aspectos y acontecimientos que influyen en mi vida. El conocimiento de esta fuente me ayudó en mi Practicum II para hacer mayor hincapié en mis relatos, los cuales utilizaré para la elaboración de las viñetas de este TFG.

Para realizar una visualización más completa de la puesta en práctica seguiré las orientaciones empleadas en la asignatura “Potencial Educativo de lo Corporal”, cursada el año pasado. Dentro de las orientaciones para elaborar un diario corporal encontramos la clasificación establecida mediante distintas fases. La investigación se centra en las dos primeras. La primera fase nos da a conocer las narraciones o situaciones que hemos vivido y dónde lo corporal engloba un papel especial. A continuación, la segunda fase está fundamentada en la categorización del material recopilado y la indagación sobre los primeros análisis. Para concluir llevaré a cabo la elaboración de un mapa conceptual después del análisis de cada una de las viñetas para facilitar una mayor visualización del trabajo obtenido. Todos los mapas se estructurarán de igual forma, clasificada mediante diferentes colores. Estos colores nos facilitan la visualización de lo que hemos encontrado reflejado en el análisis de cada viñeta. Los apartados de color azul hacen referencia a lo obtenido después del análisis de

cada situación, el color verde representa lo que no encontramos reflejado pero que consideramos importante en el análisis final y el color naranja nos proporciona ejemplos.

La elaboración de este D.C.D se rige por el paso de la puesta en práctica de lo aprendido.

SALUD CORPORAL

Comienzo la introducción de mis relatos centrándome en esta instancia: la salud corporal dentro del cuerpo del docente. Expongo primero mi narración elaborada el seis de marzo y a continuación llevaré a cabo un análisis global de las observaciones que considero que tienen mayor influencia. El día transcurre en uno de los centros donde realizaba mis prácticas y donde mis sensaciones corporales de malestar se reflejaban en mi cuerpo.

Fase I:

Lunes 6 de marzo

El continuo movimiento de mi cabeza de manera repetitiva hacia mis dos hombros, creaba en mi interior cierto nerviosismo, todo acompañado de los repentinos escalofríos que abordaban mi cuerpo, reflejados con sudores fríos y calientes que no me permitían cerrar los ojos y descansar. Este malestar estaba repercutiendo a todo mi cuerpo y mis piernas no dudaron en levantarse antes de que sonara el despertador... no podía más!

Mis brazos se estiraron, acompañados de un pequeño impulso de mis pies y alcanzaron la zona alta del armario donde se encontraba el termómetro. Mi cabeza no quería pensar lo que en realidad confirmó el termómetro, ¡tenía fiebre! El cansancio sabía que me iba a repercutir en las aulas, aun así, acudí. A mis piernas las notaba inestables, sensibles y muy cansadas. Al bajarme del coche, mis hombros se encogieron envolviendo mi cuello, notando a su vez cómo mis dientes chocaban de los escalofríos que me recorrían. La sensación corporal más profunda la noté cuando me quise incorporar cerca de un alumno para ayudarlo y observé cómo las piernas no me aguantaban y mis oídos se encontraban algo taponados. La cabeza me mandaba

señales de mareos, nublándome los ojos y mis piernas decidieron quedarse apoyadas en una silla. Exteriormente no proyectaba tanto cansancio, acto que no ayudo a mi cuerpo a recuperarse durante toda la jornada.

Fase 2:

En esta viñeta puedo ver reflejado claramente el tema a tratar, la salud del docente. Aquí se expone un problema que abarca un malestar generalizado: la subida de mi temperatura corporal (fiebre).

Analizando esta viñeta puedo valorar diferentes situaciones donde el malestar personal puede dificultar la enseñanza-aprendizaje. Al encontrarnos con fiebre, en primer lugar, deberíamos valorar si es oportuno acudir o no a la escuela en esas condiciones, ¿favorecerá la incorporación a las aulas con ese malestar? ¿las clases podrán ser impartidas con la misma dinámica? ... a veces, aunque nos puedan más los impulsos por ir, debemos recapacitar y analizar qué situación sería más favorable tanto para los alumnos como para el propio docente.

Esta sensación corporal no te ayuda a prestar toda la atención necesaria a los alumnos, por lo que la comunicación corporal que empleas es diferente a la de los demás días. Los alumnos observan y se dan cuenta de cada sensación y expresión llevada a cabo. Por lo tanto, para ellos es un cambio que puede ocasionar contradicciones. Al tener una energía inferior, la progresión en la práctica también disminuye, por lo que los resultados no son los mismos creando así unos cambios en los alumnos.

El hecho de realizar actividades donde la presencia de los alumnos es relativamente calmada, ayuda a tu malestar, pero si por el contrario los sonidos abundan, las sensaciones corporales cambian y aumentan dificultando tu recuperación. La implicación de los alumnos requiere por parte de los docentes tener todos nuestros sentidos en alerta y por tanto las energías totalmente recargadas.

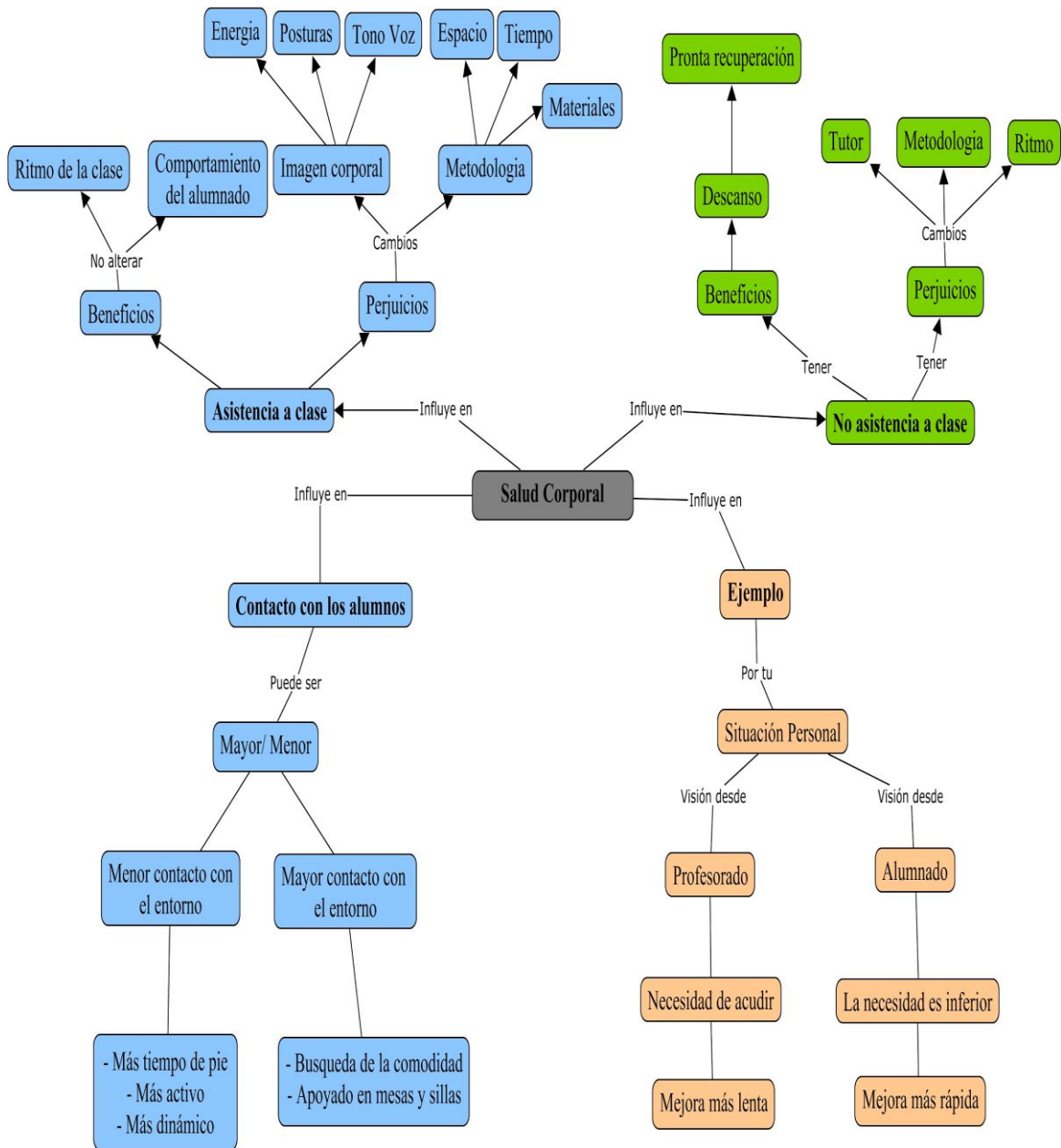
Al producirse un cambio en la metodología la sesión varía y con ello espacio, lugares..., en mi caso, al encontrarme con pocas fuerzas, debía sentarme constantemente, por tanto ese día

mantuve menos contacto con los alumnos. Las ganas por levantarme y ayudarlos a llevar a cabo la práctica eran inferiores.

Después de valorar algunas de las situaciones que pueden aparecer con este malestar pienso que nuestra imagen y comunicación corporal cambia. El tono con el que hablamos aumenta o disminuye, los gestos que realizamos no son los habituales, nuestra tensión muscular es diferente, transmitiendo la imagen de un docente menos activo.

Por otro lado, al incorporarme al centro con este malestar, realicé una escucha de mi cuerpo más subjetiva y observé estas situaciones proporcionando otro punto de vista. Debemos acudir a las aulas con las pilas cargadas y en las mejores condiciones evitando cualquier cambio.

A continuación se muestra un mapa conceptual donde se puede observar todos los campos que rodean la salud corporal dentro de la profesión de docente.



Como podemos observar dentro de la salud corporal, hacemos referencia a más dimensiones corporales presentes en las aulas. La escucha corporal nos ayuda a entender mejor todas nuestras sensaciones.

COMUNICACIÓN CORPORAL

Daba comienzo mi mañana, un miércoles 22 de marzo, donde mi primera incorporación la realizaría con un grupo de siete alumnos de uno de los centros perteneciente a mis prácticas. Continuaría la mañana con otro grupo de distinto centro, compuesto por ocho alumnos, impartiendo la clase de educación física en la misma aula. Se realizó la puesta en práctica en dicha aula para aprovechar la acústica y el ambiente acogedor.

Fase 1:

Miércoles 22 de marzo

Mi cuerpo transmitía euforia y energía por todas sus extremidades, comenzábamos el día con la clase de infantil en el colegio de Baños y mi observación directa a un alumno era inevitable. La semana pasada su cuerpo se encontraba más predispuesto que anteriores veces y mi acompañamiento en sus actividades me ayudaba a acercarme más a él, por lo que no sabía a ciencia cierta lo que me deparaba hoy. El juego de alturas daba comienzo y mi comunicación con él se basó en la mirada perpleja de sus movimientos, los cuales se redujeron a lo mínimo. Mis ojos no dejaban de mirar sus gestos, encogimiento de hombros, puño cerrados reflejando cierta presión y ojos perdidos. Observé cómo en ciertos momentos me miraba y la comunicación corporal que realicé con él fue imitar sus gestos para que se diera cuenta de sus actitudes. Aun así, sus comportamientos no cambiaron.

Continuaba la mañana y el grupo de alumnos y lugar cambiaba, pero mi actitud seguía perpleja con lo observado con el alumno de infantil. Esta actitud se quedó plasmada en mi cabeza durante todo el día, observando que mi comunicación con los demás grupos era la mínima, mi cuerpo se encontraba bloqueado y las palabras salían con poca fluidez. A pesar de ello llevé a cabo la clase con los alumnos y al tratarse de una dinámica de relajación me ayudó a expresar mis sensaciones y observar las de los alumnos, creando así un clima de confort muy agradable en el aula.

Fase 2:

Esta dimensión corporal es muy significativa dentro del ámbito educativo, debido a que se trata de una vía para comunicarse con los demás.

El lenguaje corporal puede darnos tanta o más información que las palabras. Incluso cuando pensamos que nuestra comunicación puede ser nula y nos encontramos quietos o en silencio, entonces nuestra postura o expresión facial se expresa por nosotros. Este lenguaje corporal nos da a conocer a los demás.

Dentro de la comunicación corporal, uno de los indicadores más potentes que considero son las expresiones faciales. A través de ellos nos comunicamos en ciertos momentos sin darnos cuenta. Por lo tanto deberíamos saber adaptar nuestros gestos para aprovecharlos y con ello expresarnos de manera diferente. Debido a ello, gracias a este conocimiento, podríamos entender con mayor cercanía la comunicación corporal que nos ofrecen los alumnos.

Muchas veces nos paramos a pensar si lo que estamos explicando u observando se ha entendido y con solo levantar la mirada y realizar una visión a sus expresiones faciales podemos saberlo.

A la hora de dar a conocer nuestras ideas y conocimientos expresándolos a través de la cara, debemos tener en cuenta que la postura también nos proporciona esa predisposición. Nuestro estado de ánimo puede ir muy ligado a este indicador ya que dependiendo de cómo nos encontremos, nuestra postura varía y por tanto la comunicación corporal que estamos proyectando también.

Las herramientas que tenemos como docentes debemos saber manejarlas, enseñar mostrando y compartiendo lo que nos sucede y dándonos a conocer consiguiendo un moldeamiento corporal.

Haciendo referencia a este cometido, recapacité, y después de intercambiar opiniones y consejos con mi tutor pude apreciar que los alumnos con esta edad prestan mayor atención a la comunicación corporal. A través de su cuerpo facilitan un intercambio de señales para entender los comportamientos y actitudes de los docentes. Por ello, descifran con una mayor facilidad

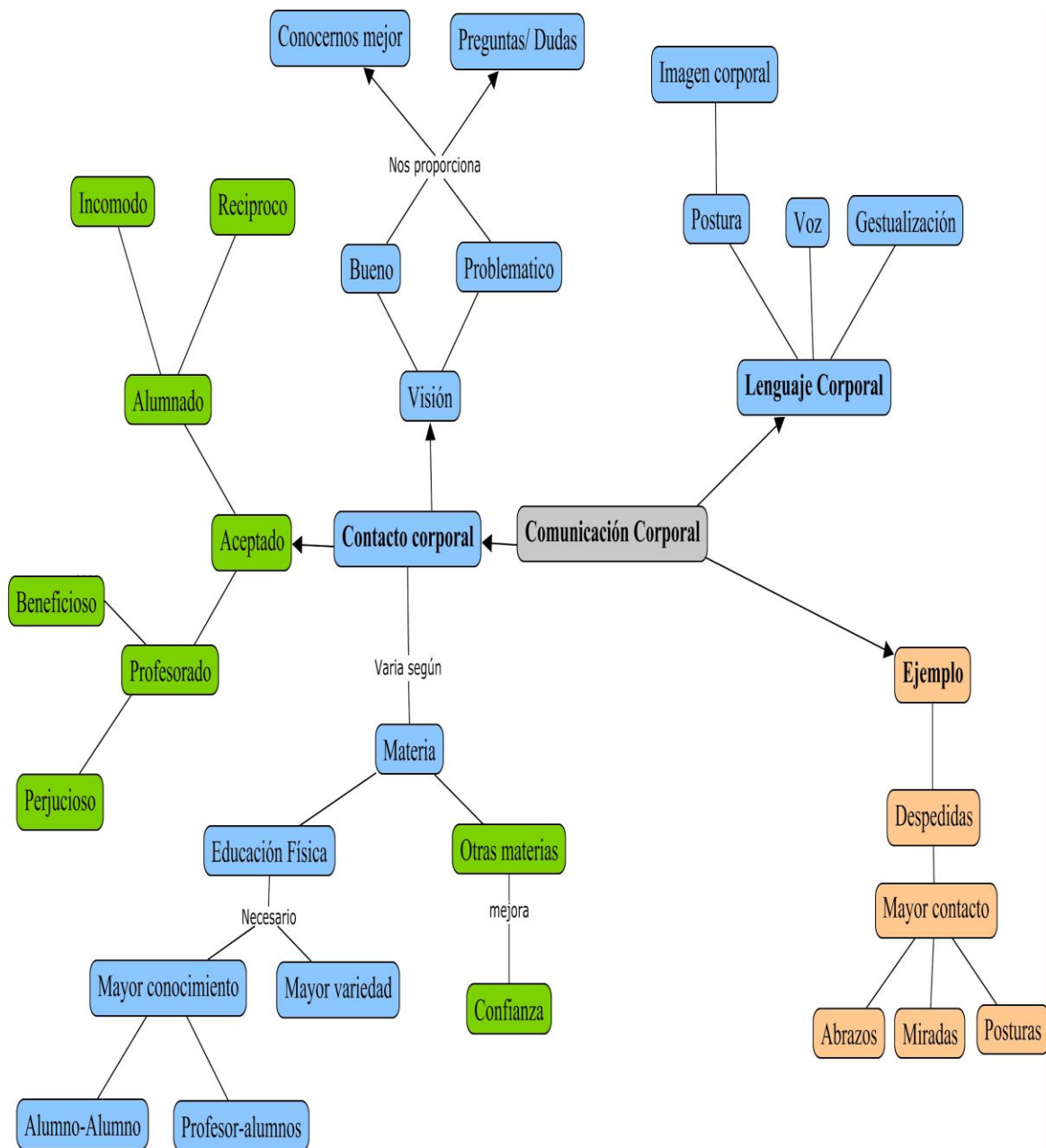
los mensajes corporales que las palabras que les damos a conocer los docentes.

El cuidado de los gestos, miradas y tono de voz describen en muchos aspectos cómo somos cada docente. Por eso el cuidado que debemos tener a la hora de expresarlos puede facilitarnos el acercamiento a los alumnos, debido a que cada alumno lo puede interpretar de una manera diferente.

La enseñanza exitosa depende de la presencia física de los maestros y por tanto del contexto de aprendizaje que crean en el aula.

Como consecuencia de mi actuación, debo recalcar que esta comunicación no verbal no se aborda lo suficiente. Partiendo de mi propia experiencia, todavía me queda mucho que mejorar en relación a este aspecto y a su vez completarlo con una mayor fluidez también en la comunicación verbal.

Para concluir el apartado enfocaré este análisis en la esquematización a través de un mapa donde se podrán observar los diferentes campos que abarca la comunicación corporal.



EMOCIONES

A continuación centraré mi análisis en el tema relacionado con las "emociones del docente". Esta narración tuvo lugar el día diecisiete de mayo en uno de los colegios de prácticas. Se trataba de uno de los centros donde acudimos a dar clase los lunes y miércoles, por lo tanto iba a ser nuestro último día con ellos. Presentía que iba a tratarse de un día diferente pero no pensaba que mis sensaciones corporales iban a verse tan afectadas. En ese instante me di cuenta de una de las partes gratificantes de esta profesión y lo rápido que se me había pasado el tiempo con todos ellos.

Fase 1:

Miércoles 17 de mayo

Llega el momento de las despedidas. El desayuno se encontraba asentado en mi estómago, cuerpo aseado, pelo recogido y las mejores ropas deportivas que tenía en el armario cubrían mi cuerpo. Me monté en el coche con el tutor pensando que ya era mi último viaje con él entonces las preguntas sobre mi estancia en los centros hizo que el viaje durara menos de lo habitual. Llegamos a Baños y teníamos clase con los alumnos de primaria fuera del aula, donde comenzamos con el partido de hockey. El calor que rodeaba el ambiente se reflejaba a través de gotas que recorrían mi rostro, produciéndome cierto sofoco transmitido con unos coloretos intensos en mis mejillas. Cuando quería darme cuenta había llegado la hora de finalizar el partido y con ello la exaltación de los sentimientos. Cabezas agachadas, ojos rojos donde la mirada se encontraba desvanecida, manos cubriendo la cara y encogimiento de los hombros. Acto seguido, mi compañera y yo les reunimos en corro y les dimos individualmente un regalo a cada uno, fue entonces cuando los brazos recorrían todo mi cuerpo sin saber exactamente cuántos alumnos tenía rodeándome. Las miradas perplejas no dejaban de observarme y agradecerme todo lo que les había enseñado, los abrazos inundaban el recreo y esas iniciales lágrimas se convertían en sonrisas que llenaban completamente cada rostro de los alumnos. A diferencia de ellos, mi rostro transmitía alegría, pero mis sensaciones de hormigueo que recorría mi estómago y llegaban hasta mi cabeza, aguardaban el momento

oportuno para hacer aparecer unas pequeñas lagrimas que atravesaban mi rostro y se perdían por mi cuello, sintiendo una ligera sensación de vacío.

Fase 2:

Dentro de la reflexión que abarca esta viñeta, cabe destacar las relaciones que se pueden establecer entre un alumno y un profesor de prácticas. El contacto que podemos tener con un profesor o con otro abarca muchas posibilidades, orientando con ello la personalidad de cada uno, tanto docente como alumno. Las relaciones interpersonales con alumnos y con otros docentes son imprescindibles dentro de la enseñanza.

El contacto que he podido tener con los alumnos, lo he transmitido desde mi interior, ya que me considero bastante cercana y cariñosa mostrándolo con mi cuerpo. Esta dimensión me ha proporcionado diversas situaciones donde las emociones cobran papeles diferentes. Nos expresamos y mostramos de diferentes maneras dependiendo el contacto que tengamos con otras personas, a la hora de mostrar nuestras ilusiones, temores... produciendo cambios en nuestro cuerpo. Dependiendo de las situaciones, el contacto y acercamiento con los alumnos varía, momentos que ellos también observan.

No considero que el contacto regulado con los alumnos sea perjudicial para la profesión de docente sino todo lo contrario, tener un conocimiento más global de cada alumno facilita su acercamiento. Conocer sus incertidumbres, temores, alegrías, dudas, abre un campo de conexión mayor con cada uno de ellos haciéndolos sentir más comunicativos para su enseñanza.

El contacto con ellos amplía tus conocimientos individuales, no lo considero una falta de respeto, sino una buena base para una buena educación. Como bien he podido observar en mi tutor de prácticas del Practicum II, es este acercamiento el que le ha proporcionado mayor conocimiento de cada uno y gracias a ello saber enfocar su aprendizaje de una manera más completa.

El análisis de esta viñeta y con ello el análisis de los diferentes valores que tiene un docente

nos refleja un nivel de exigencia tanto personal como profesional el cual depende de diversos elementos sociales o educativos para su actividad profesional.

Pienso que dentro de la construcción del aprendizaje de cualquier alumno las emociones son muy importantes y a veces quedan olvidadas. Nos centramos en lo que los alumnos nos pueden mostrar exteriormente y en muchas ocasiones si no conocemos cómo interpretar lo que los afecta cada situación y la manera que tienen de expresarla no podemos llegar a ayudarlos. Los alumnos utilizan sus emociones para mostrar sus necesidades más de lo que ellos piensan.

A continuación muestro el mapa relacionado con esta dimensión, donde se reflejan todos los temas que engloba.

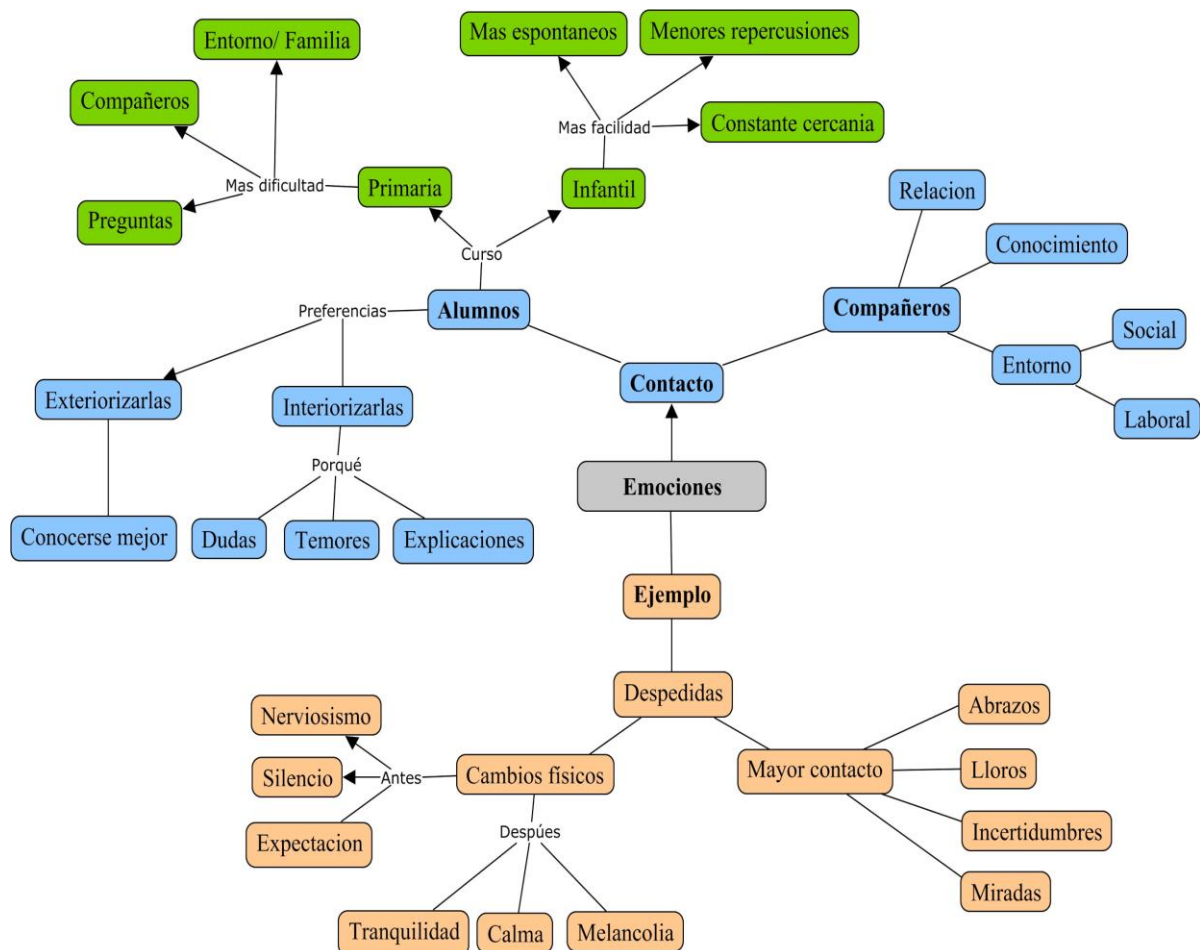


IMAGEN CORPORAL

Para finalizar los análisis hablaré sobre la última dimensión corporal. Esta dimensión está ligada con las anteriores, además nuestra imagen es la carta de presentación hacia los alumnos y compañeros, por lo tanto debe ser muy cuidada. Se trata del primer día en uno de los colegios después del transcurso de un puente. Quería observar cómo habían pasado los días de fiesta y fijarme en la disponibilidad con la que acudían a las clases.

Fase 1:

Martes 2 de mayo:

La vuelta tras el puente había hecho mella en la actitud postural de todos. Mi cuerpo no había descansado lo suficiente y la tensión del fin de semana se reflejaba todavía en él. Esta situación no mejoró a lo largo de la mañana, pero pude observar que el cansancio también se plasmaba en todos los alumnos. Teníamos exámenes de matemáticas en Tariego a primera hora y solo dos alumnos se acordaron de que lo tenían, a los demás solo se les veía con las bocas abiertas, ojos rojos, pelo alborotado y mirada perdida, transmitiendo una orientación desajustada y pocas ganas de acudir a la escuela. Debido al cansancio y preocupación que rondaba mi cabeza, sin darme cuenta había momentos en los que los alumnos me contagiaban los bostezos, aunque intentaba reprimirlos para reflejar lo mínimo mi malestar. A lo largo de la mañana observé cómo varios alumnos no paraban de fijarse en mi muñeca, por tanto miré a la vez que ellos y me di cuenta que en lo que se estaban fijando y hablando entre ellos era sobre mi reloj. Al tratarse de un smartwatch tenían la mirada perdida y querían saber cómo era. Durante el recreo me vinieron a preguntar por él y me enseñaban los suyos comparándolos. Mientras transcurría la mañana, mi cabeza no podía dejar de pensar en lo vivido durante el recreo y en lo que la reunión de prácticas me iba a deparar.

Fase 2:

La imagen corporal que cada uno transmitimos depende de muchos factores, pero tenemos que saber que siempre está presente a la hora de comunicarnos.

Dentro del análisis de esta viñeta se puede ver la importancia del descanso para tener una buena disposición y que no quede afectada tu imagen o la de cualquier compañero, por ejemplo: contagiarte de gestos, posturas que no favorecen a tu lenguaje e imagen corporal. Aunque como podemos observar en esta viñeta es muy cómodo llegar a posicionarse en el cuerpo de los demás a través de la imagen que nos ofrece cada uno.

Nosotros tenemos nuestra propia imagen corporal que se complementa no solo de lo que podemos llegar a transmitir con el exterior, vestimenta, adornos, maquillaje... sino también debemos saber que dentro de esta imagen que mostramos damos a conocer nuestro dominio de ciertos conocimientos, la forma de hablar y también nuestra postura.

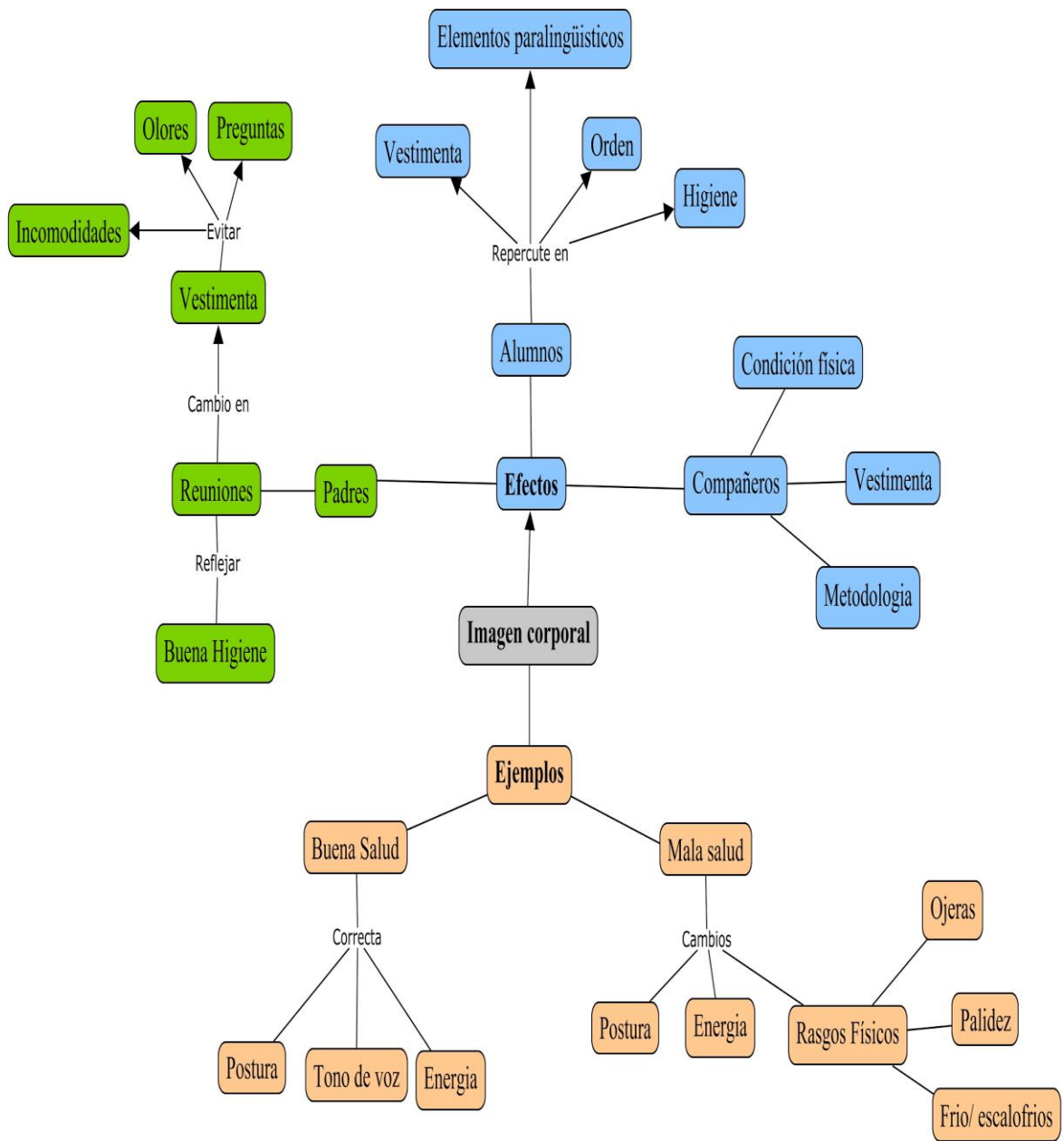
La postura nos puede ayudar a transmitir lo que en ese momento sentimos simplemente cruzando los brazos, las piernas, colocándonos donde no nos solemos colocar para darle un giro a lo que pensamos, estirando brazos... haciéndonos pensar en diversas situaciones.

Tener una imagen corporal negativa no nos proporciona ningún beneficio ni para nosotros ni para el resto de alumnos y compañeros. Debido a que puede tener consecuencias con nuestra salud, disminuyendo así con ello nuestra autoestima.

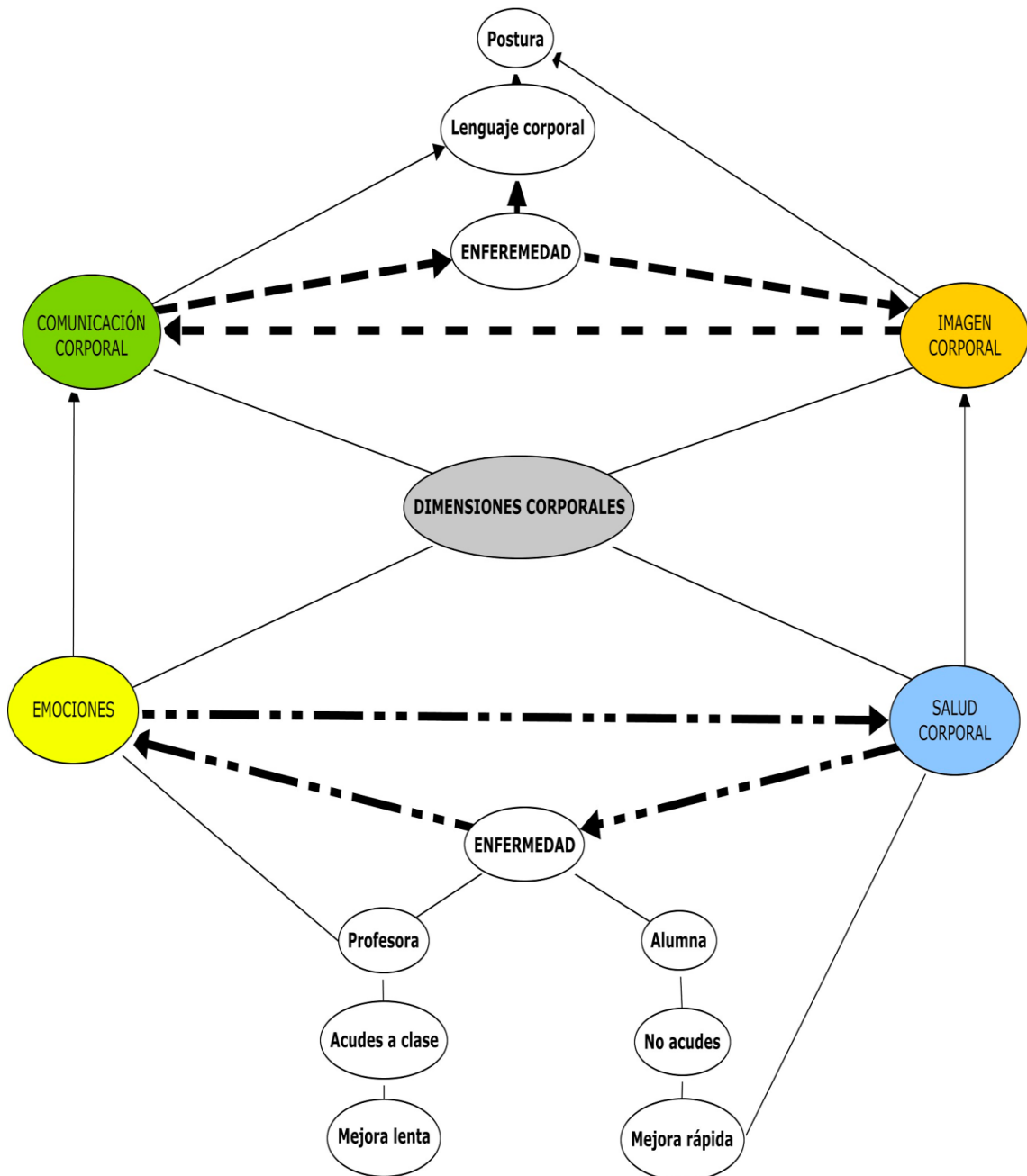
Todas las personas poseemos una imagen corporal, la cual está formada por características más relacionadas con nuestra apariencia general como el corte de pelo, vestuario, maquillaje... y también abarca otros aspectos que tienen que ver más con nuestra manera de impartir las clases, nuestra filosofía.

Nuestra imagen nos proporciona el principal canal de comunicación con nuestro entorno, alumnos, compañeros...

Mostraré la esquematización de los apartados que considero importantes dentro de este campo.



Después del análisis de cada viñeta he podido observar que todas hacen hincapié en las demás, algunas más que otras, pero con cierta relevancia. Por lo tanto, a continuación quiero matizar esas uniones con la elaboración de un mapa conceptual conjunto donde de manera esquematizada se muestra la conexión. Gracias a ello, se observa que el equilibrio que hay entre todas favorecerá un aprendizaje más completo.



Como se puede ver reflejado en el mapa que se encuentra arriba, todas las dimensiones están relacionadas. Aunque todas tengan nexos de unión se observa cómo la salud corporal y las emociones se mantienen más unidas y por otro lado la comunicación corporal con la imagen corporal. El mismo ejemplo refleja cómo afecta de manera diferente a cada una de las dimensiones.

6. CONCLUSIONES

La indagación sobre mi propia experiencia personal con la ayuda de los conocimientos obtenidos a lo largo de mis estudios, me han facilitado el poder llevar a cabo este TFG. Esta investigación personal se ha centrado principalmente en los relatos obtenidos y reflejados a lo largo de mi estancia en el Practicum II.

El análisis que he elaborado sobre los principales aspectos del ámbito corporal me ha ayudado a reflexionar y tomar conciencia sobre lo que puede repercutir y condicionar la vida laboral en las escuelas.

El segundo punto a tratar es la identificación de los principales objetivos que pretendía llevar a cabo. Gracias al aprendizaje y trabajo con los términos cuerpo y corporeidad, he podido centrarme en el tema y empezar a observar con más claridad cómo repercuten. Este conocimiento acompañado con la obtención de los diversos aspectos corporales que pueden influir en la docencia, me ha orientado en la posterior elaboración de la parte práctica. Como consecuencia de todo lo anterior, he conseguido realizar un análisis sobre mi construcción de la corporeidad dentro de la docencia.

Haciendo referencia a las conclusiones obtenidas de este trabajo, se lleva a cabo una síntesis. La idea más relevante y por tanto más interiorizada que ha quedado impregnada en la elaboración de este trabajo es la importancia del cuerpo en la docencia. Todos partimos de nuestro cuerpo para comunicarnos de diversas maneras, ya seamos maestros de Educación Física o docentes de otra especialidad. Actuar dentro de estas instituciones utilizando el cuerpo y llegando a valorarlo, facilitará su conocimiento personal y con ello la normalización de los cuerpos en las aulas. A pesar de ello creo que el campo que engloba dicha información es amplio, por lo que todavía siento que me queda mucho por aprender e indagar para mi formación profesional.

Volviendo a la idea planteada con anterioridad sobre la normalización de los cuerpos dentro de las escuelas, surge la duda sobre cómo podríamos contribuir dentro de estas instituciones para fomentar la corporeidad en las aulas. No podemos dejar en el olvido el empleo del propio

cuerpo en todas sus facetas, por ello, en los centros se debería atender a las personas de una forma más globalizada, sacando mayor partido a todo su potencial oculto.

Continuando con las conclusiones, he podido observar los ámbitos que recogen el comportamiento de nuestro cuerpo en la docencia. Tanto docentes como alumnos partimos de tener un cuerpo más subjetivo donde expresamos todas nuestras vivencias personales y sentimentales al cual acceder es más complicado. Por eso de manera más objetiva tenemos que contribuir en potenciar un moldeado tanto interior como exterior para allanarnos el camino en la jornada educativa.

Inicialmente iba a realizar una reconstrucción de los diferentes apartados que nos dan a conocer cada dimensión dentro de mi Diario Corporal, pero finalmente mi idea cambio y sin dejar de lado mis narraciones personales, quise indagar más en cada una de ellas y realizar así un análisis más amplio. Por tanto, dejo a un lado las reconstrucciones de las viñetas para centrarme en una investigación más reflexiva, situación bastante compleja de manejar.

Otro apartado que debo mencionar en este punto son las limitaciones o dificultades con las que me he tropezado. Al comienzo pensaba que los relatos de mi diario iban a suponer facilidades en la investigación, pero una vez leídos y analizados pude darme cuenta que la redacción de mis experiencias no era lo amplia que esperaba. Es a partir de aquí cuando me doy cuenta que gracias a los conocimientos adquiridos con la realización de este trabajo, mis redacciones diarias hubieran sido mucho más elaboradas que entonces. Con todo ello llego a la conclusión de lo complicado que puede ser exponer lo que sientes si no sabes realizar una buena escucha corporal previa.

Una dificultad que se me planteó al llevar a cabo el análisis de las viñetas, fue localizar la viñeta correspondiente a una vivencia corporal concreta en mi diario.

Esta situación me ayudó a darme cuenta que todas las dimensiones están superpuestas y que la unión es clara, dependiendo de los momentos concretos puede verse reflejada más una que otra, pero siempre van acompañadas. Por otro lado y haciendo referencia otra vez a las viñetas, si no plasmamos dentro de nuestro análisis situaciones vivenciales corporales y por tanto escasea la corporeidad, nos perjudica a la hora de llevar a cabo un buen análisis y la posterior

elaboración del mapa con los temas a tratar.

Todas estas dificultades sobre mi propuesta me han ayudado a ser más autocrítica con mi trabajo y observar con mayor detenimiento mis primeros pasos para la propuesta. Con los consejos del tutor poco a poco he cogido la profundidad que esperaba, progresando y avanzando en mi desarrollo personal.

Para dar por finalizada esta conclusión personal, puedo confirmar la cantidad de información de la que ahora dispongo y con ello el amplio conocimiento acerca de este tema que puedo llegar a poseer. Algunas de las carencias con las que partía se han podido resolver, pero, aun así, sigo pensando que es un tema muy amplio de abarcar y que por ello, constantemente te genera ciertas preguntas con incertidumbres. En concreto, las cuestiones que más rondan mi cabeza son las siguientes: ¿Cómo podemos “aprender con el cuerpo” integrándose dentro de las propuestas educativas planteadas, abarcando con ello todos los niveles y áreas?, ¿Cómo puedo hacer llegar mis conocimientos sobre el cuerpo y su comprensión a un alumno o alumna?... Como he dicho antes se trata de un tema muy amplio que espero poder estudiar y reflexionar poco a poco, contestándome a preguntas para así poder enriquecer de una manera más global todos los saberes que forman parte de la construcción de un futuro docente.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Aparicio Mena, Alfonso J. (2009).** "Práctica educativa y salud docente. Un estudio desde la antropología médica". Instituto sindical de trabajo, ambiente y salud (ITAS).
- Ayala Carabajo, Raquel (2011).** "La esperanza pedagógica: una mirada fresca y profunda a la experiencia educativa desde el enfoque van Manen". Revista española de pedagogía, nº 248, enero-abril 2011, 19-144.
- Barbero González, José I. (2001).** "cultura corporal ¿Tenemos algo que decir desde la Educación Física? Revista Ágora para la EF y Deporte, n °1, septiembre 2001,18-36.
- Barbero González, José I. (2006).** Cultura corporal, vida cotidiana (y Educación Física) Educación Física y Deporte (Universidad de Antioquia-Medellín Colombia), 25 (2), 47-63.
- Bernard, Michel (1976).** "El cuerpo". Técnicas y lenguajes corporales. Paidós.
- Bores, Nicolás (coord.), Vaca, Marcelino; Sagullo, Mercedes; Barbero, José I.; García, Alfonso; Aguado Miguel, Alfredo; Martínez, Lucio (2005).** "La lección de Educación Física en el tratamiento pedagógico de lo corporal". Publicaciones INDE.
- Castañer, Marta (coord.), Grasso, Alicia E; López, Cristina; Mateu, Merce; Motos, Tomás; Sánchez, Ricardo.** "La inteligencia corporal en la escuela. Análisis y propuestas". Biblioteca de Tándem 233.
- Chokler, Myrtha (2009).** ¿Qué es la psicomotricidad? Una nueva mirada sobre el cuerpo. Módulo de trabajo práctico nº 1 de la formación inicial de docente.[<http://librevuelo-vivianablog.blogspot.com.es/2008/09/corporeidad-y-psicomotricidad.html>]
- García García, Lara (2015)**" La importancia de trabajar la imagen corporal en el aula". Universidad de valladolid.<https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/11494/1/TFG-B.600.pdf>.

- Grasso, Ester Alicia (2008).** La palabra corporeidad en el diccionario de educación física. Revista Digital Portal deportivo N° 4 enero-febrero.
- Hué García, Carlos (2008).** "Bienestar docente y pensamiento emocional". Bilbao: Wolters Kluwer.
- Kirk, David (2007).** "Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: La construcción de identidades inter/nacionales en la sociedad post-disciplinaria". Revista Ágora para la EF y Deporte, n ° 4-5, 2007, 39-56.
- Lora Risco, Josefa (1991).** "La educación corporal". Paidotribo.
- Martínez Álvarez, Lucio (2013)** "El tratamiento de lo corporal en la formación inicial del profesorado". Revista interuniversitaria de formación del profesorado, 78(27,3) (2013), 161-175.
- Martínez Álvarez, Lucio; Bores Calle, Nicolás; García Monge, Alfonso; Barbero, José I; Vaca Escribano, Marcelino; Abardía Colás, Francisco; Hernández Martín, Azucena; Miguel Aguado, Alfredo; Rodríguez Campazas, Hugo. (2009)** "Una perspectiva escolar sobre la Educación Física: buscando procesos y entornos educativos". En Martínez Álvarez, Lucio y Gómez, Raúl, coord.) La educación física y el deporte en edad escolar: el giro reflexivo. Ed. Miño y Dávila: Buenos Aires. pp. 137-167
- Martínez Álvarez, Lucio; González Calvo, Gustavo (2016)** "Docentes de carne y hueso: Enseñar con cuerpo". Revista Ágora para la EF y Deportes, n °18 (3) septiembre-diciembre 2016, 259-275.
- McLaren, Peter (1997).** "Pedagogía crítica y cultura depredadora. Políticas de oposición en la era posmoderna". Barcelona y editorial Paidós.
- Motos, Tomás (1983).** "Iniciación a la expresión corporal". Barcelona: Humanitas.
- Moreno Gómez, William (2007)** "La educación corporal en los rituales escolares". Revista Ágora para la EF y Deporte, n °4-5, 2007, 111-129.

- Paredes Ortiz, Jesús (2003).** "Desde la corporeidad a la cultura". Revista digital ef. Deportes. Buenos aires. N° 62. <http://www.efdeportes.com/efd62/corpo.htm>.
- Pascual Baños, Carmina (2003).** "La historia de vida de una educadora de profesores de Educación Física: su desarrollo personal y profesional". Disponible en la revista de Ágora para la EF y Deporte n ° 2-3, 2003, 23-28.
- Pastor Pradillo, José Luis (2002).** "La presencia del cuerpo en la escuela". XX Congreso Nacional Educación Física y Universidad; Guadalajara, 3-6 de julio de 2002. p 27-44.
- Prats López, Javier (2013).** "La dimensión corporal de la profesión docente". Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/4812/1/TFG-L392.pdf>
- Sparkes, Andrew (1996).** Recordando los cuerpos de los profesores. Momentos desde el mundo de la Educación Física. Revista de educación: Educación Física Escolar, 311 septiembre diciembre, 101-123.
- Sparkes, Andrew (2003).** "Investigación narrativa en la Educación Física y el deporte". Revista Ágora para la EF y Deporte n ° 2-3, 2003, 51-60.
- Sparkes, Andrew (2011).** "La investigación narrativa en la Educación Física y el deporte: que es y para qué sirve". Movimento, Porto Alegre, v 17, n ° 01, p. 11-38.
- Tarruella, Nora y Rodríguez, Lidia (2007).** "La mirada en la organización corporal de/la docente. Revista Pilquen, n°5.
- Vaca Escribano, Marcelino (2007).** "Un proyecto para una escuela con cuerpo y en movimiento". Revista Ágora para la EF y Deporte, n ° 4-5, 91-110.
- Van Manen, Max (2003).** Investigación educativa y experiencia vivida. Ciencia humana para una pedagogía de la acción y la sensibilidad. Barcelona: Idea books. [e.o. Researching lived experience. The State University of New York, 1990].
- Varela, María Soledad y Vaca Escribano, Marcelino (2006).** "¡Estoy dentro de mi cuerpo! el ámbito corporal en la educación y su tratamiento. Cuadernos de pedagogía, n°353, p 26-28.

Vázquez Gómez, Benilde (2001) “ Los valores corporales y la Educación Física: Hacia una reconceptualización de la EF”. Revista *Ágora para la EF y Deporte*, n ° 1, septiembre 2001, 7-17.