



Universidad de Valladolid



**TRABAJO DE FIN DE GRADO EN EDUCACIÓN
INFANTIL**

**BRAIN GYM Y CUÑAS MOTRICES COMO
SITUACIONES EDUCATIVAS Y RECURSOS
PEDAGÓGICOS EN 3 AÑOS. RELATO Y
REFLEXIÓN SOBRE MI EXPERIENCIA EN EL
PRACTICUM II.**

AUTORA: SOFÍA ESTEBAN MUGÜERZA

**TUTOR ACADÉMICO: D. MARCELINO J. VACA
ESCRIBANO**

Junio 2017

ÍNDICE

TÍTULO.....	1
RESUMEN:.....	4
ABSTRACT.....	4
1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. JUSTIFICACIÓN.....	7
Relación de la formación docente de este trabajo con el documento de las competencias de la Guía de la Memoria del Plan de Estudios del Título de Grado en Educación Infantil de la Universidad de Valladolid (2010).....	9
Relación de este trabajo con el currículo de Educación Infantil: competencias básicas, etc. .	11
Relación de la formación docente de este trabajo con el documento de la Guía del Trabajo de Fin de Grado.....	12
3. OBJETIVOS DEL TFG:	12
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	14
4.1 CUÑAS MOTRICES.....	15
4.2 BRAIN GYM.....	17
5. METODOLOGÍA Y DISEÑO,TRABAJO DE CAMPO	19
5.1 RELATOS SEMANALES Y ANÁLISIS CONSTRUIDOS.....	19
5.1.1: PRIMERA SEMANA.....	19
5.1.2 SEGUNDA SEMANA.....	20
5.1.3 SEMANA TRES	22
5.1.4 SEMANA CUATRO.....	24
5.1.5 ANÁLISIS DE LOS RELATOS DE LAS SEMANAS 1-4.....	27
5.1.7 SEMANA CINCO.....	30
5.1.8 SEMANA SEIS.....	31
5.1.9 SEMANA SIETE.....	35
5.1.10 SEMANA OCHO:.....	¡Error! Marcador no definido.
5.1.11. ANÁLISIS DE LOS RELATOS DE LAS SEMANAS 4-6.....	37
6. RESULTADOS Y APRENDIZAJES OBTENIDOS.....	39
6.1 APRENDIZAJES SOBRE EL TEMA:.....	40
El trascurso de una jornada con CUÑAS Y PACE.....	40
La adaptación de los recursos pedagógicos al contexto eliminando prejuicios.....	42
La metodología.....	42
Modo de realización	43
6.2 APRENDIZAJES SOBRE EL ALUMNADO.....	43

La demanda de los niños son oportunas.....	44
6.3 APRENDIZAJES SOBRE LA MAESTRA.....	44
El convencimiento de la tutora.....	44
El docente que imparte la clase.....	45
7. CONCLUSIONES	45
8. LISTA DE REFERENCIAS	48
1. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS	48

RESUMEN:

Centrándome en los niños, debo decir lo natural, normal y saludable que es que se muevan. La motricidad es el medio privilegiado con el que los niños expresan su psiquismo. Por ello en la etapa de educación infantil, el movimiento y el cuerpo están continuamente presentes. Es por tanto deber del profesorado atender estas necesidades motrices para situar al niño y la niña en una dinámica de placer hacia el aprendizaje. Logrando con el tratamiento de estos aspectos, movimiento y cuerpo, un clima adecuado y satisfactorio tanto para el alumnado como para el profesorado, para el desarrollo correcto de una jornada escolar y los pertinentes aprendizajes que se circunscriben a esta.

Mediante este TFG pretendo mostrar cómo se introducen dos recursos pedagógicos, como son las CUÑAS MOTRICES Y PACE, en la jornada escolar, con el fin de convertirlas en situaciones educativas estables en el horario, analizar sus beneficios en el proceso de enseñanza y aprendizaje, la actitud de la tutora ante estos nuevos recursos, su influencia en la calidad educativa, y concienciar así de la necesidad de utilizar estrategias, que recurran al movimiento, en un aula de educación infantil.

Palabras clave: CUÑAS MOTRICES; Movimiento; PACE; Jornada escolar; Situación educativa.

ABSTRACT

Centring on the children, I must say HOW natural, normal and healthy thing is that THEY MOVE. Since the children's movement is the privileged way HOW they express THEIR psiquismo. THEREFORE in the stage of infantile education, the movement and the body are constantLY present. It is therefore a duty of the professorship to attend to these needs to place BOYS and GIRLS in a dynamic of pleasure with RESPECT to the learning. Managing with the treatment of these aspects, movement and body, a suitable and satisfactory climate both for the student'S body and for the teacher, for the correct development of a school day and the pertinent learnings that limit themselves to this one.

WITH this TFG I try to show how two pedagogic resources interfere, since they are CUÑAS MOTRICES and PACE, a school day, in order to turn them into educational stable situations into the schedule, his benefits FOR the process of education and learning, the attitude of the tutor before these new resources, his influence into the educational quality, and to arouse this way of the need to use strategies, which resort to the movement, in a classroom of infantile education.

Key words:

“Cuñas motrice”; Movement; “PACE”; school Day; educational Situation.

1. INTRODUCCIÓN.

Con el presente trabajo pretendo mostrar que se puede llevar a cabo una **jornada escolar** en la que el ámbito de lo corporal forme parte de la misma, al igual que el resto de situaciones educativas que suceden en esta compleja estructura, que es el aula de tres años. Además puede contribuir y propiciar un idóneo ambiente de enseñanza.

Este TFG trata de un caso real, desarrollado en un aula de educación infantil con alumnos de tres años, sobre la utilización de las CUÑAS MOTRICES Y BRAIN GYM en ésta.

Tras observar en el Practicum I la frustración de una maestra de un aula de tercer curso de infantil, por mantener la motivación, la atención, y el buen clima; en un aula cuyos ritmos de aprendizaje son de lo más dispares. Comprendo que algo falta en la jornada o algo se está obviando, puesto que observo un continuado esfuerzo por parte de los niños de autocontrol y represión de impulsos. Que acaba por ser un intento fallido y estallar en rabietas, disturbio, agresividad, desmotivación, falta de atención. Que lleva a entender la escuela como una lucha continua de alumnos contra profesora.

Es muy importante que seamos conscientes de la realidad en el aula y, de captar lo que con el lenguaje no verbal, los niños nos están comunicando. Dejar de ponernos frente al alumno para caminar a su lado.

Para ello propuse dos recursos pedagógicos, CUÑAS MOTRICES Y BRAIN GYM, como tema de estudio y puesta en práctica en el aula, con el fin de encontrar una respuesta a esa preocupación por sobrellevar una jornada escolar con niños de tres años, de forma positiva y placentera. Una mejor disposición del alumnado y reducción de la fatiga escolar, además de aprender con y sobre nuestro propio cuerpo, sus necesidades, y el de los demás.

Expongo a continuación el trabajo desarrollado. En primer lugar JUSTIFICO por qué merece la pena realizar mi TFG y cómo está relacionado con documentos legales, como el currículo de infantil, las competencias del grado de educación infantil y la guía del TFG. En segundo lugar expongo los OBJETIVOS que pretendo alcanzar (los cuales me van ir guiando a lo largo de este proceso), derivados de las preguntas, dudas e indagaciones que me surgieron sobre este tema, antes de realizar el TFG, entorno a los que han girado mi propuesta en el aula.

En el apartado de FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA, mi intención es informar a otros interesados sobre una herramienta tan valiosa como son las CUÑAS MOTRICES y el BRAIN GYM, en el proceso de enseñanza-aprendizaje y otros conceptos e información que creo importante destacar para lo que sigue a continuación. Por lo que en este apartado me remito a antecedentes, estudios científicos, exponiendo mi visión a la luz de la de expertos en la materia de este tema.

Tras esto, tiene lugar MI PROPUESTA, en la que cuento como tras un periodo de observación del aula, construyo una jornada escolar que yo considero adecuada para el alumnado de esta clase, en la que las CUÑAS MOTRICES Y BRAIN GYM intervienen de manera directa. Explico cómo ha sido la iniciación del uso de los recursos para los niños y la maestra, y como se ha llevado a cabo a lo largo de 8 semanas en el aula de tres años del colegio SOFÍA TARTILÁN. En dicho colegio he podido analizar la necesidad de los recursos motrices propuestos, su proceso y evolución. Obteniendo una serie de RESULTADOS sobre la práctica en el aula de nuevas pedagogías y metodologías. Expongo por ello un listado con los resultados que he averiguado sobre este tema, que a su vez me han ayudado a concluir mi TFG, con unos APRENDIZAJES Y CONCLUSIONES relevantes que para mí y para los niños se han producido dentro del contexto en el que se han realizado, que pueden servir como ejemplo de una experiencia con estas dos estrategias: BRAIN GYM Y CUÑAS MOTRICES.

2. JUSTIFICACIÓN

A continuación expongo por qué considero que este trabajo merece la pena, vinculándolo con los objetivos del título, el currículo oficial, y la guía de trabajo de fin de grado.

Mi interés y conocimientos sobre el tema a tratar comienza tras realizar el Practicum I, en un aula de lo más peculiar, 20 niños de 5 años de los cuales 5 tienen necesidades especiales, desde altas capacidades, hiperactividad, retraso madurativo, hasta síndrome de dravet... a medida que pasaban los días del Practicum veía los esfuerzos en vano de una maestra, debidos a cuestiones, la mayoría invisibles fuera del aula, como tranquilizar y encauzar al aprendizaje de calidad de sus 20 alumnos.

Verlo desde fuera, permite posicionarse Observando la vida escolar, sin responsabilidad, con una posición tan cerca de la propia infancia y los estudios, ayuda a percibir más allá del aprendizaje de conceptos y contenidos que se producen en los niños, así como ver la continua lucha que se desata entre alumnos y profesores. En los primeros por dejar florecer sus impulsos biológicos, comportamentales, emocionales..etc., transformados en movimiento y en los segundos por reprimirlos a base de silencio y quietud. Grandes ventajas que aportan las prácticas.

Comprendía muy bien a estos niños, mi incapacidad para mantener la atención y permanecer quieta como el resto de los niños de mi curso de infantil, provocaba en mis tutoras un agotamiento claro de la paciencia. Encontré entonces respuesta o más bien identifiqué el problema en una tutoría con Marcelino Vaca, que suscitó mi interés sobre las CUÑAS MOTRICES. Interés que dominó la asignatura Fundamentos y Didáctica de la Educación Corporal Infantil cursada en el tercer curso del Grado en Maestro de Educación Infantil (año 2015/16) en el Campus de Palencia docencia impartida por el mismo, tras descubrir el doble objetivo que tienen las CUÑAS MOTRICES.

Las CUÑAS MOTRICES cumplen un doble objetivo: por un lado, tratan de ayudar al alumnado a lograr la disposición e implicación que los aprendizajes reclaman, y , una vez que esto es posible, forman, parte, de las situaciones educativas que desarrollan los proyectos planificados en educación corporal infantil y educación física escolar.(Vaca y Varela, 2009, p.51)

Tras hacer voluntariado en el programa de deporte adaptado para personas con necesidades especiales, conocí al consultor/ terapeuta de Blomberg Rhythmic Movement Training, Tiago Félix Fialho, que me aconsejó utilizar las técnicas de BRAIN GYM para mis problemas causados por la hiperactividad. Fue entonces cuando experimente en mi propio cuerpo los beneficios de la técnica de PACE.

Con toda esta información y experimentación de forma vivencial y de sus beneficios, entiendo que es necesario que esto se lleve al aula. Si para un adulto y grupos con dificultad es un elemento que aporta ayudas, en los niños y grupos sin dificultades los efectos serán más beneficiosos, tendrán mayor efecto.

Puedo recordar como en la infancia el movimiento y el juego eran parte de mí día a día. Correr, saltar y escalar eran formas de explorar y de expresarse. El movimiento no era un medio para un fin si no una parte íntegra de vivir y aprender. Sin embargo hoy en día la mayoría de los niños entran en la escuela sin haber apreciado los beneficios de experimentar actividades tan enriquecedoras como moverse, escuchar, mirar. Esta ausencia de experiencias hace que la necesidad de realizarlo en la escuela aumente, desembocando en situaciones de descontrol. *“El cuerpo en la escuela, no sirve”* (Tonucci, 1979) El cuerpo humano está diseñado para moverse y no para permanecer sentado. Por ello tenemos 360 articulaciones y 700 músculos. En el caso de los niños necesitan el movimiento para que estos músculos crezcan y se desarrollen.

Según la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación en uno de sus principios y fines de la educación reitera que: *“ha de haber flexibilidad para adecuar la educación a la diversidad de aptitudes, intereses, expectativas y necesidades del alumnado, así como a los cambios que experimentan el alumnado y la sociedad”*, que permitan a los niños conocer su propio cuerpo y el de otros; atendiendo al cuerpo de los niños y niñas las CUÑAS MOTRICES Y PACE son una herramienta que pueden dar respuesta a este principio educativo.

Por lo tanto, si el movimiento produce tanto bienestar cognitivo, emocional y físico en el alumno ¿por qué no tenerlo presente en la jornada escolar como un aliado o estrategia que nos permita encauzar nuestra clase hacia el clima adecuado para adquirir un buen aprendizaje?

En un artículo de neuro-educación Cristina Sáez afirma que,

En los últimos años, la ciencia ha demostrado: el ejercicio proporciona bienestar físico y mental. Al parecer, cada vez que practicamos un deporte y yo añado o movimientos, al contraerse y estirarse, los músculos, promueve la plasticidad cerebral, generando nuevas neuronas, nuevas conexiones o sinapsis y, justamente, eso sucede en los centros de memoria. (p76)

Un aula debe caracterizarse entonces por momentos en los que el cuerpo intervenga de manera directa y significativa, para que los alumnos mediante la utilización de actividades de movimiento hagan emerger el potencial innato. Dr Harald Blomberg (2017) afirma: *“Es el movimiento el que desarrolla el cerebro... no el cerebro el que desarrolla el movimiento”*.

De aquí que considere importante este tema como objeto de estudio para mi TFG para sensibilizar, tanto a niños como adultos y a la comunidad educativa para que sean conscientes de la importancia del movimiento, de qué manera afecta y beneficia a los alumnos y sus clases, la manera de dirigirla y enfocarla. Y así empezar a cambiar la visión que maestros de otras generaciones puedan tener sobre la educación y la visión que pueden tener de la implicación del cuerpo en ellas: cambiando el método de

aprendizaje desde edades tan tempranas como los tres años. Viendo de diferente manera la jornada escolar tanto los maestros como los niños, no como una exigencia imposible sino como algo en lo que sus necesidades se tienen en cuenta.

Es necesario proveer a los alumnos de estrategias que generen situaciones educativas, organizadas y enlazadas de manera que las necesidades de estos encuentren un hueco específico en el aula. Estas situaciones educativas pueden ser las CUÑAS MOTRICES y PACE.

El DR Robert Rosler analiza los 6 beneficios y efectos que produce el movimiento en los niños siendo este un aliado en el aprendizaje.

El objetivo de los “recreos cerebrales” es darle al cerebro un descanso del trabajo académico. Consideremos cómo aprende el cerebro desde un punto de vista fisiológico: aproximadamente el 90% de nuestro oxígeno corporal y cerebral está “estancado”, a menos que realicemos una inspiración profunda o nos paremos y nos pongamos en movimiento. Una disminución del oxígeno puede generar problemas de concentración y memoria.(Rosler, 2014)

Las CUÑAS MOTRICES y PACE son recursos que satisfacen las necesidades naturales acordes a su nivel de desarrollo físico y cognitivo. Los niños no son máquinas necesitan descansos de la exigencia, los tratamos como personas adultos y les lapidamos a tareas y silencio. Pero esa no es su naturaleza, también necesitan descansos de tanta actividad para encauzar de nuevo su atención y motivación, necesitan recursos que permitan fluir el oxígeno a sus cabezas de nuevo. La quietud no es la solución conveniente para un desarrollo efectivo de todo el potencial de un niño.

Mis observaciones en la práctica iban dejando claro esto: Todo maestro necesita tener una serie de recursos para controlar o incitar la disposición del alumnado en los diversos momentos a lo largo de la jornada escolar, para no sufrir demasiadas situaciones de supervivencia en el aula, causadas por la insatisfacción de sus necesidades corporales, que acaba por derivar en, impaciencia, descontrol, falta de atención, exceso de ruido y actividades disruptivas.

Las observaciones, argumentaciones, reflexiones, dudas, preguntas, que vierto en este TFG las entiendo como una oportunidad para desarrollar mis competencias como futura maestra de educación infantil, basándome en varios documentos oficiales con los que lo justifico.

Relación de la formación docente de este trabajo con el documento de las competencias de la Guía de la Memoria del Plan de Estudios del Título de Grado en Educación Infantil de la Universidad de Valladolid (2010)

2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Los estudiantes del Título de Grado Maestro en Educación Infantil deben adquirir durante sus estudios una relación de competencias específicas. En concreto, para otorgar

el título citado serán exigibles las siguientes competencias que aparecen organizadas según los módulos y materias que aparecen en la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en

Educación Infantil:

En el Módulo:

A. De Formación básica:

Destaco las siguientes competencias básicas, que son las que cumple este TFG.

7. Capacidad para identificar dificultades de aprendizaje, disfunciones cognitivas y las relacionadas con la atención.

27. Conocer el desarrollo psicomotor y diseñar intervenciones destinadas a promoverle.

28. Potenciar en los niños y las niñas el conocimiento y control de su cuerpo y sus posibilidades motrices, así como los beneficios que tienen sobre la salud

29. Comprender que la dinámica diaria en Educación Infantil es cambiante en función de cada alumno o alumna, grupo y situación y tener capacidad para ser flexible en el ejercicio de la función docente.

30. Saber valorar la importancia de la estabilidad y la regularidad en el entorno escolar, los horarios y los estados de ánimo del profesorado como factores que contribuyen al progreso armónico e integral del alumnado.

34. Capacidad para saber atender las necesidades del alumnado y saber transmitir seguridad, tranquilidad y afecto.

39. Capacidad para analizar los datos obtenidos, comprender críticamente la realidad y elaborar un informe de conclusiones.

40. Saber observar sistemáticamente contextos de aprendizaje y convivencia y saber reflexionar sobre ellos.

44. Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.

Destaco los 4 primeros principios porque son los que desarrollo gracias a haber desarrollado el tema de PACE Y CUÑAS en un aula. Estos dos recursos me han permitido, potenciar la atención y encontrar o ajustar la mirada para identificar problemas de aprendizaje relacionados con la atención. Me permiten, al ser protagonista en ellos, el movimiento, conocer el desarrollo motor de los niños y saber adaptarlos al contexto. Me permiten también ser consciente de la flexibilidad que denota el horario de un aula de educación infantil y como este está determinado por las necesidades del alumnado, algo sobre lo que reflexiono más adelante.

En segundo lugar destaco los cinco siguientes debido a que gracias a este trabajo de fin de grado he podido conocer y corroborar nuevos modelos de mejora de la calidad de los centros educativos, he podido observar un aula con 25 alumnos y reflexionar sobre lo ocurrido allí, lo que me ha llevado a analizar datos, y comprender de manera crítica lo que allí está ocurriendo, para poder llevar a cabo la propuesta de CUÑAS Y PACE en el aula de infantil.

Relación de este trabajo con el currículo de Educación Infantil: competencias básicas, etc.

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.

CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL.

Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen.

1.3. El conocimiento de sí mismo.

- *Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones propias.*
- *Identificación, manifestación y control de las diferentes necesidades básicas del cuerpo y confianza en sus capacidades para lograr su correcta satisfacción.*

Bloque 2. Movimiento y juego.

2.1. Control corporal.

- *Progresivo control postural estático y dinámico.*
- *Dominio sucesivo del tono muscular, el equilibrio y la respiración para que pueda descubrir sus posibilidades motrices.*

2.2. Coordinación motriz.

- *Exploración de su coordinación dinámica general y segmentaria.*

Bloque 3. La actividad y la vida cotidiana.

- *Regulación de la conducta en diferentes situaciones.*
- *Disposición y hábitos elementales de organización, constancia, atención, iniciativa y esfuerzo.*

Bloque 4. El cuidado personal y la salud.

– *Acciones y situaciones que favorecen la salud y generan el bienestar propio y el de los demás.*

Las competencias que destaco del currículo de segundo ciclo de educación infantil, tienen relación con mi TFG, hacen referencia al primer área y a cuatro de sus bloques muy relacionados con el tratamiento del cuerpo en el ámbito escolar. Esto se relaciona con el presente trabajo en aspectos tan importantes como el conocimiento del propio cuerpo y sus características y el control corporal (relajación, equilibrio...), todo ello a través de la expresión corporal y la motricidad. Estas competencias deben desarrollarse en el aula y en este caso todas se desarrollan gracias a las CUÑAS MOTRICES Y PACE.

Relación de la formación docente de este trabajo con el documento de la Guía del Trabajo de Fin de Grado.

- **“Adaptar las enseñanzas a las nuevas necesidades formativas.”**
- **“Conocer los objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación de la Educación Infantil y desarrollar estrategias didácticas para promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora**
- **“Analizar el contexto y planificar adecuadamente la acción educativa.”**

He elegido estas competencias por su relación directa tanto con los objetivos que pretendo alcanzar como con el tema. Estos recursos pretenden satisfacer las nuevas necesidades del alumnado que en este caso es el movimiento, cuya intención primordial es que se cree en el aula un ambiente ideal para que el alumnado desarrolle todo su potencial en todos los ámbitos. Por lo que este TFG no puede llevarse a cabo sin ponerlo en práctica en un contexto, dentro de un aula, porque no toda la teoría vale de la misma manera para todos los alumnos. Un aula se caracteriza por la gran diferencia que existe entre sus alumnos.

3. OBJETIVOS DEL TFG:

A continuación presento los objetivos que pretendo alcanzar con este trabajo:

1. **OBJETIVO SOBRE MI FORMACIÓN PROFESIONAL:** Concienciarme y dotarme de argumentos sobre la necesidad y beneficios de introducir el movimiento de manera natural, normal y saludable en el aula a modo de

expresión por parte de un niño de sensaciones, emociones, percepciones, necesidad, conocer el mundo y relacionarse con los demás.

2. **OBJETIVOS DEL TEMA:** Desarrollar, en la medida que me sea posible durante las semanas de prácticas, un conjunto de recursos motrices y una jornada escolar en la que el ámbito corporal, a través de la estrategia de **BRAIN GYM Y CUÑAS MOTRICES**, sean situaciones educativas integradas beneficiosas para propiciar mejor ambiente de enseñanza a través de estos, en un aula de infantil.
3. **OBJETIVO PROCEDIMIENTO:** Encontrar los rasgos que caracterizan los momentos considerados idóneos para realizar estas estrategias estipulando un hueco determinado en la jornada escolar, adaptado a las características de la población estudiada, un aula de 25 niños de 3 años.
4. **OBJETIVO ALUMNADO:** Comprobar los beneficios, inconvenientes y oportunidades que se producen en los niños y la maestra al llevar a cabo estas estrategias en un aula de infantil.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Tras explicar por qué merece la pena este trabajo, a continuación lo fundamento de manera razonada, exponiendo los estudios de diversos autores.

Creo necesario comenzar este capítulo fundamentando por qué es tan importante el movimiento en un niño de preescolar.

La etapa preescolar es un período que vive el niño desde que nace hasta que empieza la escolarización propiamente dicha (3 años); y es de suma importancia, ya que durante este tiempo, toma conciencia de sí mismo, del mundo que le rodea, y a la vez va madurando intelectualmente, así como afectivamente.

Para un niño o una niña de pocos meses, el hecho en sí de poner en movimiento el cuerpo es una fuente de descarga de tensión tónicas y un estado afectivo placentero, ya que el movimiento es un afecto, ponerse en movimiento es también asegurarse o reasegurarse en relación a una amenaza (Acouturier y Mendel, 2013)

El movimiento está conectado con las necesidades afectivas, y primarias de los bebés, es su mecanismo de comunicación y satisfacción ante una etapa llena de carencias en un mundo repleto de adultos que no siempre las interpretan.

El cerebro es un organismo “vivo” y como tal hay que considerarlo.

El movimiento está ligado a la integración del cerebro, concretamente del cerebro inferior y el cerebro superior. El inferior se encarga de las funciones y necesidades más primarias, comer, dormir.. El superior es el responsable de las funciones ejecutivas (atención, concentración, juicio, pensamiento abstracto) toma las decisiones, controla las emociones y el cuerpo, en definitiva entenderse a uno mismo. Una mala integración del cerebro superior puede provocar estados emocionales exagerados. Es el cuerpo el que maneja mucha información que envía al cerebro, así es que las emociones que sentimos en realidad empiezan en el cuerpo. “*Cuando un niño ha perdido el contacto con su cerebro superior, una buena manera de ayudarlo a recuperar el equilibrio es hacerle mover el cuerpo*” (Siegel, 2013, p. 88)

La parte central del tronco del cerebro se compone principalmente de una red nerviosa densa, el sistema de activación reticular. Este sistema de células nerviosas transmite señales al córtex desde: los sentidos visual, auditivo, y vestibular (oído interno, equilibrio), desde los músculos y las articulaciones y los órganos internos (sentido propioceptivo), y desde el sentido táctil hacia el córtex. El efecto de estas señales es despertar o activar la corteza, lo que es necesario para mantener la atención y un estado de alerta adecuado. Sin esta activación de la corteza no somos capaces de mantenernos atentos a los acontecimientos externos. Por lo tanto al provocar movimiento, se activa el SAR.

Cuando hay poco movimiento por dificultades o por imposibilidad del niño y no existe estimulación, esa activación no llega por que no percibe el mundo a través de los sentidos; la información no llega a ser procesada y las partes superiores del cerebro no llegan a activarse, partes que son fundamentales para el aprendizaje.

Profesionales sanitarios y neurocientíficos como John Ratey (2002), Daniel Amen (2009), Bruce Perry (2008), y Jhon Medina (2008), coinciden en que el movimiento optimiza el aprendizaje y ayudan a gestionar el estrés y la ansiedad de una vida sedentaria. *“Está aumentando la evidencia de que la capacidad de toda persona para dominar información nueva y recordar la antigua se ve mejorada por los cambios biológicos en el cerebro que aparecen a partir de la actividad física.”* (Ratey, MD).

Picq y Vayer (1969) afirman: *“Sean cuales sean las posibilidades intelectuales del débil, los trastornos o insuficiencias de las conductas motrices no harán más que perturbar y paralizar las manifestaciones de la inteligencia”*.

La kinesiología, explica y pretende aplicar el movimiento, a la hora de que el cerebro funcione en toda su plenitud.

Etimológicamente kinesis o cine significa producción de movimiento y logía, razonamiento. La kinesiología o la cinesiología es una técnica motriz que facilita la conexión de las diferentes áreas del cerebro, es decir, hace funcionar el cerebro de forma integrada (derecha-izquierda, arriba-abajo, delante-detrás). Integrada significa que estas zonas se activan y funcionan al mismo tiempo. Estos ejercicios motrices, de los que hablo en el apartado de BRAIN GYM, trabajan neuronalmente en la conexión de las diferentes áreas cerebrales; por tanto, se favorece un trabajo más global y eficaz del cerebro, que trabaja como un todo.

Las reflexiones expuestas me fueron ayudando y animando a hacer de este tema el motivo de mi TFG. La kinesiología educativa de Paul Dennison. Lo define como un sistema que cede el control a los estudiantes mediante la utilización de actividades en las que interviene el movimiento para hacer emerger el potencial innato de cada uno.

4.1 CUÑAS MOTRICES.

Uno de los pilares fundamentales de este TFG, son las CUÑAS MOTRICES.

Las CUÑAS MOTRICES es un término acuñado por Marcelino Vaca Escribano, cuando era maestro del primer ciclo de educación primaria. Comenzaron siendo pausas a lo largo de la jornada escolar. Su nombre proviene de la semejanza entre ellas y las pausas publicitarias en la programación de televisión o radio y motrices porque trataban aspectos del cuerpo y su movilidad.

En el ámbito escolar las CUÑAS son un aliado a lo largo de la jornada escolar con objetivos que determinan su utilización, dependiendo de las necesidades y objetivos que queramos alcanzar con ellas.

Las CUÑAS MOTRICES cumplen un doble objetivo: por un lado, tratan de ayudar al alumnado a lograr la disposición e implicación que los aprendizajes reclaman, y , una vez que esto es posible, forman, parte, de las situaciones educativas que desarrollan los proyectos planificados en educación corporal infantil y educación física escolar.(Vaca y Varela, 2009, p.51)

Son por tanto momentos realizados todos los días durante la jornada escolar, que suelen llevar unos 5 o diez minutos de tiempo, y que son un aliado de la maestra, siendo un recurso que implica el cuerpo , movimiento y necesidades, que tonifican al alumnado en el comienzo y devenir de la jornada escolar, cambios de actividad, minutos donde sea necesario equilibrar los ritmos de los alumnos, el regreso de actividades que han conllevado un ritmo vertiginosos para el cuerpo y cuando hay manifestaciones concretas por parte de los niños, de cansancio o necesidad de movimiento.

En la enseñanza actual se focaliza toda la atención sobre los procesos conscientes, y los procesos inconscientes (como la fatiga...) rara vez son tenidos en cuenta. Son éstos, sin embargo, los que nos parece tienen una mayor importancia en el resultado real y duradero de la educación.(Lapierre, A. y Aucouturier, B,1985, p.127)

Serán actividades a modo de liberación de energía acumulada. Atender así el aspecto biológico, a las necesidades que los niños muestran a través del lenguaje no verbal, que ayudan a encontrar un alumnado más disponible y con mayor implicación, un movimiento transitorio que pretende concienciar además del fin de una actividad y la iniciación de otra.

Los cuerpos hablan y por medio de esta expresividad el maestro va encontrando el momento propicio para el desarrollo de estas situaciones educativas, a través de actividades de movilidad articular, de ejercicios de tensión y distensión muscular, de masajes, de respiraciones ritmadas, de breves canciones que invitan a dar palmas o a moverse, etc., el alumnado se distiende, relaja o tonifica para mejorar su disposición e implicación en la vida escolar. (Vaca y Varela ,2009, p-52)

Por ejemplo un niño que está nervioso y necesita moverse da patadas en la silla, juega con los lapiceros, hace ruidos intensos, molesta a los compañeros.., los maestros tienen que interpretar estas acciones y ayudar al alumno a gestionarlas, en vez de exigirles silencio, cuando no están preparados en ese momento para satisfacer nuestras exigencias.

Producir gracias a las CUÑAS “recreos cerebrales” y reintegrar así las conexiones neuronales. Rosler (2014) escribe: “A través del movimiento las neuronas se comunicarán de forma más efectiva para que las capacidades cognitivas se potencien”.

Los movimientos integradores ayudan a los estudiantes a aprender y mejorar la concentración al estimular ambos hemisferios a “trabajar en equipo”.

4.2 BRAIN GYM.

El segundo pilar fundamental de este TFG son los estudios de BRAIN GYM.

Paul Denninson acuñó este nombre en 1969, tras fundar el concepto de kinesiología educativa en su Centro de Aprendizaje de California, Estados Unidos.

BRAIN GYM se compone de 26 ejercicios que fomentan la creación de nuevas conexiones neuronales, fomentando así capacidades sensoriomotrices claves, a través del movimiento. Se basa en la integración de ambos hemisferios del cerebro para resolver problemas como la hiperactividad, el déficit de atención y mejorar habilidades como la concentración y la organización entre otras. Paul Denninson afirma que los bloqueos de aprendizaje se deben a que la persona está trabajando con un solo hemisferio y por eso no se puede procesar la información, el cerebro actúa unilateralmente y recibe datos pero no los integra

Concretamente de estos 26 movimientos yo he elegido para mi propuesta en el aula , 4 actividades relacionadas entre sí. PACE, es una técnica compuesta por 4 tipos de ejercicios que pretenden restaurar el estado natural de una persona, encontrar un equilibrio corporal, paliar los efectos de la tensión corporal y encontrar un estado óptimo para el desarrollo del aprendizaje. *“Al prepararte para aprender , date la opción de instalarte en tu propio ritmo, el ritmo relajado, no estresado, iniciado por ti mismo que permite un aprendizaje óptimo.”* (Paul Denninson, 2012)

El termino PACE es un acrónimo de “positivo, activo, claro y enérgico”. Aunque se escribe PACE el proceso de realización del mismo es contrario, es decir se empieza desde la E (la cualidad energética) y trabajamos en secuencia inversa (ECAP).

1. Energético beber agua.

El cerebro es una pila húmeda que necesita estar hidratado para establecer conexiones neuronales optimas, si no se encuentra en un estado de hidratación adecuada las conexiones no se realizan con efectividad. Por lo que lo primero que se debe hacer antes de una exigencia de aprendizaje es beber agua, manteniendo los tragos en la boca durante tres segundo.

2. Claro – botones del cerebro.

Frotando los dos puntos que tenemos debajo de las clavículas y a ambos lado del esternón, puntos que coinciden con el paso de las arterias carótidas que llevan sangre al cerebro y con los puntos de acupuntura 27 del meridiano del riñón, conseguimos que nuestro cerebro esté más claro, despejado y despierto. Este ejercicio hace que la

transmisión entre las neuronas sea más rápida por lo que el pensamiento se vuelve más claro.

3. Activo- la marcha cruzada.

Con estos movimientos contralaterales activamos los dos hemisferios cerebrales a la vez y conseguimos una mayor conexión entre ambos a través del cuerpo calloso. Podemos trabajar con todo el cerebro de una manera integrada. Cruzar la línea media es primordial para el aprendizaje.

4. Positivo- ganchos.

El ejercicio tiene dos partes, en la primera cruzamos brazos y piernas y en la segunda ponemos en contacto las yemas de los dedos de una mano con los de la otra. Así liberamos el exceso de energía que podamos tener, y nos relajamos para afrontar las tareas sin estrés acompañando la respiración a un ritmo adecuado y tranquilo. Hacernos conscientes del aquí y ahora centrarnos en la actividad y guiar nuestra mente a la conciencia de como el cuerpo va a estar implicado en una nueva actividad.

5. METODOLOGÍA Y DISEÑO, TRABAJO DE CAMPO

5.1 RELATOS SEMANALES Y ANÁLISIS CONSTRUIDOS.

A continuación en las siguientes páginas, me dispongo a relatar lo sucedido durante 8 semanas en un aula de educación infantil de tres años, tras iniciar un proyecto de introducción de recursos como CUÑAS MOTRICES Y PACE , en la jornada escolar. A su vez al final de cada semana escribo una reflexión sobre lo aprendido y ocurrido en ella.

Comienzo por redactar los sucesos que han acontecido durante las 8 semanas de prácticas en el ámbito en el que yo estoy interesada y he decidido estudiar, como se implementan las CUÑAS MOTRICES y PACE o gimnasia cerebral, como recurso educativo en un aula de infantil.

Es una narración de la realidad que se ha sucedido al poner en práctica mi propuesta explicada anteriormente, como alumna en prácticas.

5.1.1: PRIMERA SEMANA.

Durante la primera semana mi intervención es nula, se basa en observar qué metodología y situaciones acontecen dentro del recinto del aula y las características de los niños, motivaciones, factores que caracterizan el contexto en el que me encuentro y características del alumnado.

Realizo una tabla con una serie de ítems para ayudarme a adaptar la mirada, y saber enfocar mejor la motivación tiempos, ritmos y necesidades de los niños, para adecuar la propuesta a los resultados que obtengo. Evalué características y motivaciones de 20 niños elegidos al azar, 10 niños y 10 niñas. Capto así sus necesidades y soy más consciente de cómo estos niños demandan la necesidad de movimientos, y como esta necesidad no es en todos los niños igual, cada uno tiene una manera diferente de expresarlo. Información relevante que necesito para saber qué momento es el idóneo para iniciar las actividades en las que el cuerpo es una herramienta pedagógica para el buen funcionamiento del clima de la clase.

Destacó que en esta primera semana he sido testigo de alguna intervención de la tutora en lo que se refiere a este tema. Considero que hay ciertas actividades que pueden ser nombradas CUÑAS por sus características e intenciones en el aula realizadas por la tutora.

Estas son:

1. **EL CAMINO DEL PATO Y LA PATA:** El primero se basa en un paseo por la clase teatralizando una canción que ellos conocen bien y tiene movimientos

diversos como: andar como patos, andar en cuclillas, andar más de prisa, correr, volver a andar despacio, movimiento de brazos en círculos.

2. **RITMOS:** El segundo son ritmos realizados a través del cuerpo en el que intervienen sonido y movimiento. Dos palmadas un silencio, palmada silencio, silencio silencio palmada, y las inmensas variaciones que surgen a lo largo de ese minuto.
3. **RELAJACIÓN:** realiza muy de vez en cuando, creo que cuando su paciencia es menor, unos diez minutos de relajación después del recreo con música relajante. Se basa en dejarles esos diez minutos tumbarse sin molestar al compañero.

5.1.2 SEGUNDA SEMANA.

Comienzo a intervenir, en este tema. Me ocupo con frecuencia de diferentes tipos de situaciones:

- **Los tiempos muertos** entre actividades o equilibrio de los distintos ritmos de los niños que determinan cuando finalizan la actividad, y los tiempos de espera para hacer lo siguiente.
- **Llegada del recreo.**
- **El viernes en la sala de juegos**
- **Los intervalos en los que la profesora ayuda a los alumnos** cuyo ritmo es más lento que el de los demás.

Estos momentos coinciden con las situaciones de descontrol y supervivencia que se producen en el aula.

Esta semana esos momentos se han producido 3 veces en la semana.

No realizo actividades estructuradas ni siempre las mismas, son un primer contacto entre los niños, los recursos CUÑAS Y PACE y yo. Se comienza a gestar una iniciación a la propuesta. Intento que esta semana, que aún no soy una estructura de autoridad para ellos, no sacarles demasiado de la rutina, solo se diferencian en algunas modificaciones, sin quitarles la base metodológica, y realizar cosas que ellos conocen atribuyéndolas la importancia y el significado que yo quiero que tengan. Se trata entonces de una introducción progresiva.

MARTES

Los martes son los días que menos tiempo están en el aula y que más rompen la rutina a la que se les acostumbra el resto de los días.

Tras la llegada y la asamblea tienen religión lo que sobreviene que estén más de hora y media seguidos sentados.

Cuando la tutora y yo llegamos están chillando, no escuchan, uno molesta al compañero y el otro se da cabezazos contra el mueble cercano, ACONTECE UNA SITUACION DE SUPERVIVENCIA, una lucha entre el profesor y los alumnos, por controlar la situación cada cual con sus intenciones.

Tomo la iniciativa.

Realización cuña el camino del pato y la pata: comienzo a andar por la clase cantando la canción, realizando la cuña del camino del pato y la pata. Enseguida atienden la llamada y participan, es algo que ya conocen. Las CUÑAS que realizo son CUÑAS que ya había visto la semana pasada. repito LA CANCIÓN hasta tres veces seguidas. La primera a ritmo normal con los gestos, la segunda muy deprisa para que suelten energía y la tercera muy despacio para que su respiración se relaje y sean más conscientes de lo que viene a continuación, el trabajo de mesa.

MIÉRCOLES

Llegan del recreo empapados y con un ritmo muy vertiginoso tras haber estado muy activos durante un periodo medio de tiempo. Ya he visto días atrás que la tutora intentaba relajarles después del recreo con música clásica y que daba resultados.

Realización: 12:15

Les invito a tumbarse o sentarse ya que algunos no aguantan tumbarse en el suelo y les pongo el ballet del lago de los cisnes de Chaikovski es una música que conocen y sé que les encanta. Les invito primero a ver como bailan los bailarines y después a cerrar los ojos e imaginar que hacen los bailarines con la música. Entran en la dinámica y aunque todos no cierran los ojos siguen observando los movimientos de los bailarines. Al cabo de 5 minutos les invito a sentarse y voy uno a uno dándoles una caricia con las dos manos en la mejilla indicándoles al oído donde tiene que sentarse para iniciar la actividad. Lo hacen con cuidado y despacio como les había pedido

VIERNES

Me asigna la tutora una hora para hacer lo que quiera con los niños en la sala de juegos, e intentó comprobar si niños de tres años pueden realizar todos los movimientos de PACE sin modificaciones y adaptaciones comprobando a modo de evaluación a qué nivel de habilidad motriz se encuentran y si conocen alguno de estos movimiento.

Veo que no realizan ni la marcha cruzada ni el gancho como es debido y que necesitan iniciar esos movimientos por partes y con su respectiva evolución progresiva hasta conseguir el movimiento adecuado, el botón del cerebro les es más fácil.

5.1.3 SEMANA TRES

En esta semana los niños se encuentran más cómodos con mi presencia en el aula y ya no soy un agente extraño para ellos, esto me da más libertad a la hora de hacer y de manera correcta. Por lo que esta semana se caracteriza por la introducción de actividades nuevas para ellos..

LUNES

Uno de los niños viene reclamando que le enseñemos a hacer el ruido de los cohetes.

Realización de una nueva cuña que llamaremos el cohete: y atendiendo a su petición inventamos una serie de movimientos que imita el trascurso de un cohete en tres pasos, palmadas sobre las piernas, frotado de manos hacia arriba haciendo una onomatopeya con la boca semejante al “shhh”. Les gusta tanto que observo que la mayoría lo realiza y además de moverse se motivan y relajan a la vez por lo que entiendo su interés. A base de repetición se transforma en un momento de desfogue y descanso para ellos. Es una clara elección de posible cuña motriz de la propuesta.

MIÉRCOLES

Los miércoles es el día que más horas pasan con la tutora, puesto que no tienen horas impartidas en otro lugar o con otro docente, esto conlleva que el contraste de movimiento, cambio de actividad o descanso sea menor, pues es el día que se aprovecha para trabajar a veces demasiado para ellos, provocando continuas situaciones de supervivencia. En las que la tutora y yo acabamos por agotar nuestras estrategias para encontrar su motivación.

Encuentro el momento idóneo para la siguiente actividad, cuando observo la situación que se está produciendo en la alfombra mientras la tutora intenta contar un cuento. Tres niñas jugando con un juguete, dos niños tumbados mirando en dirección contraria a la tutora, un niño dando patadas al compañero, dos niñas cogiendo los libros cercanos a la alfombra, un niño mirándose los cordones de las zapatillas... consulto entonces con la tutora y me deja probar un recurso de los nuevos.

Realización BOTON DEL CEREBRO:

Les cuento una historieta... “¿sabéis que hago yo cuando no puedo parar de moverme y necesito que mi cabeza se despierte?” enseguida capto su atención, les explico que la cabeza tiene un botón para encenderse cuando se nos ha apagado y les pregunto si quieren que se le enseñe. Hago una demostración y casi todos pillan el movimiento, no

me preocupa demasiado que la primera vez lo hagan bien, sino que entiendan su función y esto provoque otra predisposición.

Tras hacer este ejercicio de PACE me encuentro con que su postura sentados es la correcta y que hay un equilibrio corporal a nivel de caderas y cabeza erguida, sus posturas no son tensas y su atención esta canalizada a la dramatización del cuento.

VIERNES:

Tienen una hora en la sala de juegos solos conmigo. Como entrenar los movimientos de PACE lleva tiempo, veo que este es el momento en el que puedo actuar con libertad, es el adecuado para comenzar a realizar las actividades de iniciación. Los movimientos de marcha cruzada y gancho son movimientos que exigen una habilidad motora elevada para esa edad. Es un movimiento que a los tres años es muy costoso la mayoría no traspasan la línea media y son incapaces de coordinar mano derecha a rodilla izquierda y mano izquierda a rodilla derecha. Por lo tanto es necesaria una serie de actividades que permitan iniciar la práctica y el desarrollo de estos movimientos de manera correcta.

Realización iniciación PACE:

Primero les dejo 15 minutos de juego libre, necesito que estén liberados que estén descansados con un estado emocional y predisposición positiva para que recepción a nuevas actividades y movimientos tengan una consecuencia efectiva.

Comenzamos por calentar, primero levantamos las rodillas y las tocamos con las manos, no me importa la mano y la rodilla que toquen en ese momento, solo quiero que entren adecuadamente en la actividad. A medida que ya dominan este primer movimiento hacemos el siguiente ejercicio, sentados con las piernas cruzadas hacemos un círculo y les pongo un gomet en la mano derecha y un gomet en la rodilla izquierda, del mismo color, rojo. Jugamos a ver quién los une primero cuando toque el silbato. Van haciendo el movimiento de cruzar la línea medio bastante bien con esta ayuda. Hacemos lo mismo pero con la mano izquierda y la rodilla derecha, siendo estos gomets amarillos. Jugamos a esto unos minutos con cada pierna y cuando tiene el movimiento interiorizado, les pongo gomets amarillos y rojos en la misma posición que lo habían hecho anteriormente, jugamos al mismo juego pero diciendo , amarillo, rojo, amarillo, rojo, y así durante 5 minutos. Acaban haciéndolo de manera mecánica, que es lo que pretendía.

Les propongo un reto ¿sabríais hacerlo de pies? ¿ a ver quién es el primero que lo consigue?

Nos ponemos de pies y repetimos el ejercicio que hemos hecho sentados pero levantando las piernas. Les es costoso por cuestiones de equilibrio pero acaban por incitarse entre ellos a competir y esto hace que se esfuercen el doble.

Lo han cogido bastante bien pero no creo que estén preparados como para recordar el movimiento para días siguientes sin gomets.

5.1.4 SEMANA CUATRO.

Esta semana está caracterizada por un ritmo de trabajo menor con respecto al método de editorial que utilizan, lo que me permite avanzar más en mi propuesta y tener más momentos libres de intervención, sin sesiones y horarios de trabajo que cumplir

LUNES:

El lunes se caracteriza por dos momentos de intervención, uno antes de la asamblea y otro después del recreo.

1. **Cuña de ritmos. 9:20** Por alguna razón que desconozco entran más alterados de lo que me tienen acostumbrada, tardan mucho tiempo en adaptarse a las exigencias del aula, no se quitan el babi solos, siguen jugando con sus juguetes... Cuando conseguimos que se sienten, la situación no mejora están jugando en la alfombra, pegándose patadas, chillando... la situación nos exige levantar la voz demasiadas veces por lo que como hoy me toca a mí la asamblea comienzo a hacer un ritmo para captar su atención. Palmada, silencio onomatopéyico, palmada silencio onomatopéyico.

De repente a la tercera repetición todos me miran descolocados, no saben porque yo estoy haciendo eso, y les invito a participar. Lo hacemos unas cuantas veces y después les invito a cambiar de ritmo, lo inicio yo dos veces y vuelven a entrar. Acabo con un silencio de duración más exagerada que el resto y sigo, tras tres segundos inicio la asamblea.

Su atención y predisposición a aumentado con creces.

2. **Relajación. 12:15** Aunque hoy vuelven del recreo tranquilos, creo que la clave de que mi propuesta funcione es la repetición por lo que como da la casualidad que siempre me encargo de este momento del día aprovecho la oportunidad para hacer la misma cuña que la segunda semana. Con la misma música, el paso de cerrar los ojos, y la caricia final.

MARTES:

El martes es un día lluvioso y vienen muy alterados a clase, somos incapaces de mantener un clima adecuado para empezar. Y esto repercute en el desarrollo de la jornada durante todo el día.

1. Cuña frotar las orejas. Tras preguntarles que les sucede hoy hay niños que me contestan que vienen cansados, que no han dormido bien, y se nos ocurre que sería bueno entre todos despertar las orejas para poder empezar. Les cuestiono, ¿cómo podemos despertar las orejas? Y veo como una de las niñas por si sola comienza a frotar sus orejas haciendo intención de despertarlas. Enfoco su atención a esa niña y la imitamos, cuando ya consideran que se han despertado van parando por si solos. No todos realizan la actividad pero tampoco le doy mayor importancia de momento, me interesa más que sepan para que hemos hecho eso y poder recurrir a ello como cuña en próximos momentos.

Como la jornada se caracteriza por demasiada tensión acumulada en los niños y la continua desesperación de la maestra es el momento idóneo para un cambio de actividad después del recreo, recurrir al almacén de recursos que consideraba como posibles CUÑAS MOTRICES para este aula.

2. Cuña del cohete.

Son incapaces de permanecer sentados en las sillas, sin gritar, pegarse, romper las pinturas...y en definitiva realizar la actividad de la peor forma posible. Hablo con la tutora y me permite tomar las riendas. Aunque lo aconsejable fuese hacer esta cuña levantados lo hacemos en la silla.

Echad la silla un culito para atrás les pido, vamos a hacer un cohete a ver si así animamos a las manos para poder trabajar mejor. Vuelta al anuncio de las consecuencias.

Empezamos por hacer el golpeo en las piernas, frotado con las manos, y el siseo, todo con duración normal, después les propongo uno largo. Y realizamos el mismo procedimiento pero todos los pasos con más duración. Ahora un corto y casi sin ruido, lo mismo pero con las características anunciadas.

Parece que al menos conseguimos silencio. Les pregunto tenéis ya las manos con ganas de trabajar? Sorprendentemente afirman.

MIÉRCOLES:

1. Cuña frotar las orejas

Incido en repetir un recurso que ha dado resultado el día anterior antes de entrar en la asamblea con el fin de que su predisposición mejore, venga chicos vamos a despertar bien nuestras orejas. Comienzan a realizar la cuña sin problemas y solo me percató de dos niños que no participan, dos niños que no lo hicieron la otra vez.

Después de esto ya se encuentran preparados para seguir. Tanto que es el primer día que pasan lista sin que tenga que avisar a nadie de que le están nombrando. Les doy la enhorabuena por ello.

2. Relajación.

Mientras van en la fila les voy anunciando uno a uno que tienen que quitarse el abrigo y tumbarse en la alfombra.

Después les espero con todo preparado y cuando ya están cómodos inicio la cuña con los mismos pasos, música, visualización de movimientos imaginarios, caricia con las dos manos en las mejillas.

A muchos les cuesta permanecer tumbados sin moverse sobre todo al inicio de la actividad, pero se debe al nivel de movimiento que caracteriza a un niño.

La duración de esta actividad es acorde con la exigencia que conlleva, pido que permanezcan quietos y que entren en una dinámica de relajación después de una liberación del cuerpo en el patio. De estar sin normas, a demasiada norma y control postural. Lo que implica tiempo para adaptar tanto la predisposición como el propio cuerpo.

Los miércoles son los días que más tiempo pasan en el aula sin cambios de profesor o de rutina, por lo que es el día que más movimiento y descanso reclaman. Les estamos atosigando a trabajo y se nota. Antes de tener que poner remedio a una situación incontrolable decidimos prevenirla realizando la cuña de los ritmos.

3. Cuña ritmos.

Como la siguiente actividad después de la cuña es sobre el concepto musical de largo o corto es una cuña muy adecuada para elaborar con los niños en este momento. Cambiamos varias veces de ritmo hasta que creo que es suficiente y que se encuentran a gusto con la situación de exigencia de concentración que acontece.

JUEVES:

1. Cuña de frotar las orejas. me pongo a realizar la asamblea y una de las niñas me grita “ Sofía que se te ha olvidado despertar las orejas” atiendo a su demanda y lo hacemos. Para ellos es un ritual cuando yo doy la asamblea, es un paso que la caracteriza y que yo no me puedo saltar, igual que pasar lista.

2. Botón de la cabeza

La asamblea se alarga demasiado y después realizamos una actividad en el suelo que hace que lleven desde las 9 hasta las 10:30 sentados en el mismo sitio, ya no hay ninguna motivación para realizar nada, están inquietos, como era de esperar después de tanto tiempo. Mientras la tutora prepara el material de mesa, les pregunto ¿notáis si hay

que despertar la cabeza?, son conscientes de que están cansados y me contestan que sí, otros que no.. Entiendo que la pregunta no está bien formulada así que vuelvo a preguntar.

¿Estáis cansados, podéis pensar a gusto? Ahora todos me contestan que si están cansados.

Y les propongo despertar la cabeza con el botón.

Elijo esta cuña porque la actividad posterior es en la mesa y ellos asimilan con ella que tienen que despertar la cabeza para trabajar y así es. Además si quiero atribuirle más importancia, necesito llevarla a cabo con más frecuencia.

3. Relajación la cuña de relajación ya es una situación educativa, por la constante en el tiempo gracias a que siempre en ese tiempo puedo llevar a cabo mi metodología. Entran del recreo se quitan el abrigo y me miran sentados hasta que pongo la música, y saben que hay que tumbarse.

VIERNES:

1. Relajación.

Por una urgencia de un niño tardo más en llegar a clase, cuando regreso la mayoría esta tumbado esperando a que yo ponga la música. Tienen interiorizada la cuña y saben ejecutarla de manera autónoma.

2. PACE en la sala de juegos.

Vuelvo a tener esta semana la hora de la sala de juegos y vuelvo a recurrir al mismo procedimiento, 15 minutos de juego libre, desfogue y libertad, para después colocar las pegatinas, hoy lo hacemos directamente de pies, es para ellos algo demasiado difícil si se entrena una vez a la semana no va a poder llegar a nada. Pero les motiva el hecho de ver como hoy les sale mejor que el viernes pasado y yo reconozco sus logros para que sigan progresando.

5.1.5 ANÁLISIS DE LOS RELATOS DE LAS SEMANAS 1-4

En resumen en estas cuatro semanas se ha sucedido esta progresión de acontecimientos:

La primera semana se basó en una observación del contexto.

La segunda semana descubrir los momentos en los que se debían ir introduciendo las CUÑAS para que tuviesen un efecto positivo sobre los niños y realicé una evaluación e iniciación para adaptar PACE a los niños de tres años.

La tercera semana se comienzan a introducir nuevas CUÑAS basadas en sus intereses: Las actuaciones son mayores por lo que existe una progresión de actuación en la jornada y se escuchan las nuevas propuestas de los niños.

La cuarta semana al liberar la presión que ejerce el acabar el método, permitió que la metodología tuviese más momentos: Al final de la semana la cuña de frotar las orejas y relajación ya era una situación educativa instaurada por completo en la jornada escolar. Estas ya no necesitan ser anunciadas con anterioridad para que los niños las inicien por sí solos.

Análisis sobre:

Momentos de realización:

Lo tiempos muertos de la jornada escolar son los momentos adecuados para introducir este tipo de actividades.

Tenemos altibajos de atención natural a lo largo del día. Son ritmos australianos, uno de los ciclos clave de nuestro cerebro dura entre 90 y 110 minutos. Esto significa que tenemos 16 ciclos durante un periodo de 24 horas. Algunos alumnos que están soñolientos en clase pueden estar tocando fondo en su ciclo de atención. Movimientos tales como estirarse o correr pueden ayudar a centrar la atención. (Jensen, 2008).

Metodología:

Sin evaluación previa y adaptación a sus características puedes estar obligando al niño a realizar movimientos que por su etapa de desarrollo no puede realizar y crear un sentimiento negativo hacia él, tanto del niño como de la maestra puesto que llega la frustración porque no sale como se había imaginado.

Todo tiene un ritmo, inicio, práctica y final. Las CUÑAS nuevas parten de sus intereses y ellos contribuyen a elaborarlas por lo que el nivel de motivación es mayor que si están bajo las órdenes de la maestra sin tenerlos en cuenta. Integrarles en su creación desarrollo y evolución de las CUÑAS permite crear y ayuda a contribuir en el significado que pretendo que tengan en el aula.

Con el paso de las semanas mi actuación va siendo mayor. Para que esto se pueda llevar a cabo tiene que haber un sentimiento de conformidad y conexión positiva entre alumnos y profesor puesto que se necesita que haya feedback, si se encuentran incomodos contigo lo van a, manifestar, y tus esfuerzos van a ser en vano, hay que tener muy claro cuando tienes su confianza y su interés para realizar.

Este progreso consiste en más momentos, dentro de la jornada, de actuación, lo que me permite introducir poco a poco y casi sin desestructurar la jornada y la rutina, mi proyecto. Actuando en momentos claves del día. Hasta llegar a conseguir que se

infiltra en su día a día en la escuela, sin que el cambio haya podido desencadenar situaciones de estrés.

Pero no solo me vale con que se infiltre de manera disimulada, sino que su iniciación sea significativa. Se trata de hacer y entender por qué se hace. Por ello es importante encontrar la estrategia que determine que se está entrando y se está implantando de manera permanente. Aprendizaje significativo.

Factores que determinan el funcionamiento de los recursos:

- La liberación de la presión que ejerce una editorial y cumplir los tiempos de trabajo establecidos permite una metodología basada más en las demandas de los niños y no en las demandas de trabajo de las editoriales y los padres. Por tanto la metodología y prioridades de la maestra, que se encargue de los tiempos, determinan que estas situaciones se puedan llevar a cabo o no.
- La capacidad de improvisación atendiendo y teniendo en cuenta las demandas de los niños es muy importante para que este programa salga bien. La cuña idónea se elige en el momento, no se puede llevar planeada de casa porque no conoces como va a transcurrir la jornada.
- Sucede otra cosa muy característica y es que como mi tiempo de actuación es limitado por la maestra, las actividades no tienen el tiempo necesario para introducirse de manera plena en la rutina. En el caso de PACE si tuviese más momentos, esta actividad entraría rápidamente en la rutina, pero la imposibilidad de tiempo, y que es una actividad que necesita de entrenamiento debido a su dificultad, complica que pueda llegar en 8 semanas a ser una situación educativa.
- Las semanas están determinadas por más o menos momentos de intervención, aunque es un proceso de progresión, puede suceder, que los momentos sean más escasos en comparación con la anterior. Esto se debe a la actitud de cada semana de la tutora, somos humanos y tenemos días malos, días en los que exigimos demasiado a los niños, otros en los que menos, días en los que escuchamos y días en los que no queremos escuchar, pasa lo mismo con la paciencia.
- La falta de observación o consciencia de las necesidades de los niños en cada momento, por parte de la tutora, determina mi actuación.

La tutora y su posición:

El proyecto no se puede llevar a cabo con éxito, si no conozco, la posición de la tutora, los intereses y motivaciones de los niños. Sin esta información la docencia no se

adaptaría al contexto y las intervenciones no serían de calidad. Por lo tanto es un proyecto que solo se puede llevar a cabo si se está de acuerdo con la metodología y concienciado de llevarlo a cabo. Hay que ser muy conscientes de lo importante que es satisfacer las necesidades de los niños para producir mejores momentos y tiempo de calidad en el aprendizaje.

5.1.7 SEMANA CINCO.

Esta semana mi actuación en el ámbito de CUÑAS Y PACE es escasa. No hay apenas tiempos muertos y las transiciones entre actividades son secas y realizadas por la tutora.

No tengo libertad de elección de momentos de intervención por lo que no puedo poner en práctica mis recursos. Las situaciones de supervivencia son cortadas a base de gritos y castigos, por lo que no existe la posibilidad de solventar el problema con metodología a base de movimiento.

Como se puede observar a continuación esto se refleja en una semana en la que se repiten situaciones educativas de esta índole en los momentos específicos, ya estipulados desde el principio, cuya realización haría yo.

LUNES:

- 1. Cuña de frotar las orejas**
- 2. Relajación**

MARTES

- 1. Cuña de frotar las orejas**

El martes después del recreo tienen psicomotricidad, normalmente hacemos la relajación cuando vuelven del gimnasio. Pero la tutora tiene demasiada prisa por que acaben dos fichas del método que nos faltan por hacer y no queda tiempo para otros que hacer.

MIÉRCOLES

- 1. Cuña de frotar las orejas**
- 2. PACE** las características de la jornada del miércoles, me permite en un cambio de actividad, después de acabar el ejercicio de suelo para dirigirnos a la mesa, llevar a cabo PACE, de una manera un tanto vertiginosa. Hoy me interesa que conozcan su utilidad, sé que es difícil que hagan los movimientos correctamente, pero que le encuentren sentido para que sea significativo para ellos es lo que más me preocupa en este momento.

Son niños pero no son tontos, no es necesario a veces adaptar demasiado el vocabulario para que entiendan de manera seria algo. Por lo que les cuento estrategias que uso yo, siempre les hablo primero sobre cómo me sirven a mí y como les puede servir a ellos, el ejemplo es el mejor de los aprendizajes.

Os voy a contar una cosa, a veces cuando llevo mucho tiempo sentada en el suelo, tengo muchas ganas de moverme y al sentarme en la mesa quiero acabar la ficha rápido para irme a jugar, y no me sale bien, ¿a vosotros os pasa?. Tengo toda su atención, hablar sobre situaciones que para ellos son cotidianas hace que se sientan partícipes y seguros en el contexto del aula.

Me contestan afirmativamente y les digo “os voy a enseñar unos movimientos para que cuando vayamos a la mesa podamos concentrarnos mejor”

3. Relajación

JUEVES

- 1. Cuña de frotar las orejas**
- 2. Relajación**

VIERNES

- 1. Cuña de frotar las orejas**

5.1.8 SEMANA SEIS

La semana seis coincide con mi mayor intervención en el aula con respecto a estas estrategias por lo que procedo a relatarla entera. Visualizando así la jornada escolar que he conseguido crear con mis localizadas intervenciones.

LUNES:

9:15- acogida y cambio de atuendo

9:20- CUÑA OREJAS

9:22- Asamblea

10:15- Trabajo de mesa

10:35- Almuerzo

11:00- Inglés

11:45- Recreo

12:15- RELAJACIÓN

12:30-Trabajo mesa
12:45- Trabajo de suelo
13:30- CUÑA COHETE
13:33- Informática
14:00- Recoger
14:15- Salida

MARTES :

9:17- Acogida y cambio de atuendo
9:25- CUÑA, FROTAMOS LAS OREJAS.
9:26- Asamblea
9:45- Religión
10:15- Dibujo
10:30- PACE tras anunciar la tutora la actividad que viene a continuación que es un momento de trabajo en la mesa, decido observar primero a los niños, puedo ver como hasta los más tranquilos están incomodos sentados en el suelo, están pegándose entre ellos, jugando con cosas en las manos, mirando al techo. Llevan más de una hora en exigencia de quietud, y no pueden controlar sus impulsos. Como acontece una situación en la que las habilidades cognitivas se ponen en práctica elijo PACE , como recurso para facilitar la función cognitiva. Como la tutora ha prohibido rotundamente beber agua, pasamos directamente al segundo paso, el botón del cerebro, después marcha cruzada y por último el gancho. Desarrollan los movimientos aun con torpeza pero de manera efectiva. Todos participan, algo que no ocurría al principio de las prácticas.
10:35- Ejercicio en mesa
10:43- Ejercicio en suelo
11:05- Almuerzo
11:45-Rrecreo
12:15 Psicomotricidad
13:00- RELAJACIÓN
Este recurso ya está muy instaurado en la jornada y da pie a la modificación por lo que hoy además de la caricia final les propongo hacerles una a los compañeros para sentir si siguen nerviosos o están tranquilos. Van comprobando si su pareja está nervioso o tranquilo, según su criterio y lo van comentando en alto. Si alguien identifica que su compañero está nervioso le ayudamos a relajarse respirando con él.
13:15- Trabajo de mesa
13:35- Juego libre
14:00- Recoger
14:15- Salida

MIÉRCOLES:

Este miércoles es un día un tanto especial que se sale completamente de la rutina habitual.

Es el día de repaso del cuadernillo, y por lo tanto el trabajo de mesa es inexistente y eso me da pie a poder intervenir placenteramente puesto que la clase de hoy se basa en la improvisación de los tiempos. A su vez esto afecta a la conducta de los niños, al que se le ha sacado de su rutina, y por tanto demanda seguridad. Esta seguridad se la dan las cuñas que ya conocen y por lo tanto realizan sin problemas y a gusto.

9:16- Acogida y cambio de atuendo

9:27- CUÑA FROTAR OREJAS como todos los días iniciamos la asamblea con la cuña de frotarse las orejas para dar el toque de atención y el llamamiento de que ya empieza la clase y es el momento de atender.

9:28- Asamblea

10:00- Repaso tema

10:30- CUÑA COHETE es una cuña claramente de desfogue de energía y vuelta a la atención plena. Que necesitan llevar acabo tras estar demasiado tiempo en una exigencia de cuerpo silenciado.

10:35- PACE realizamos PACE aprovechando la oportunidad , de que uno de los niños comienza a iniciar la actividad por sí solo, para enfocar la atención, encontrando así un estado natural o ritmo natural de sus habilidades motoras, equilibrando el cuerpo hasta encontrar un ritmo relajado, para un óptimo aprendizaje.

10:40- Cuento

11:10 Almuerzo

11:45 Recreo

12:15- Religión

12:45- BEBER AGUA gracias a la baja presión que sufrimos esta semana al haber acabado el cuaderno, la tutora se siente con fuerzas de permitir a los niños beber agua. La hidratación es muy importante y les permite conectar con ellos mismo y restaurar las conexiones neuronales.

12:50- Trabajo por grupo/ evaluación

13:30- Sala de juegos

14:00- Recoger

14:15- Salida

JUEVES:

Este jueves es además el día en el que mi propuesta se ha consolidado y se han podido realizar las CUÑAS Y PACE en los tiempos que en un principio planteaba en mi hipótesis.

9:15- Acogida y cambio de atuendo

9:20- CUÑA OREJAS

9:22- Asamblea
10:10- CUÑA DE MOVIMIENTO EL PATO
10:15- Pensar con las manos
10:35- PACE
10:43- Trabajo mesa
11:00- Almuerzo
11:45- Recreo
12:15- RELAJACIÓN
12:30 Trabajo mesa
12:45- Psicomotricidad
13:30- CUÑA COHETE
13:33- Trabajo mesa por grupos
13:45- Plastilina libre
14:00 Recoger
14:15- Salida

VIERNES:

En el viernes pasa lo mismo, que en el jueves la jornada se repite y se asemeja a la del día anterior formando parte ahora si las CUÑAS MOTRICES y PACE como situaciones educativas.

9:15- Acogida y cambio de atuendo
9:22- CUÑA OREJAS
9:24- Asamblea
10:00- CUÑA DE RITMOS.
10:05- Trabajo de suelo.
10:35- PACE
10:43- Trabajo mesa
11:00- Almuerzo
11:45- Recreo
12:15- RELAJACIÓN
12:30 Trabajo mesa
12:45- Rincones
13:30- CUÑA COHETE
13:33- Sala de juegos
14:00 Recoger
14:15- Salida.

5.1.9 SEMANA SIETE

LUNES

9:15- Acogida

9:21- CUÑA OREJAS

9:22- Asamblea

10:05- Trabajo de mesa

10:37- Almuerzo

11:00- Inglés

11:45- Recreo

12:15- RELAJACIÓN

12:23 Trabajo mesa

12:57- Trabajo de suelo

13:20- Informática

14:00 Recoger

14:15- Salida

MARTES

9:20- Acogida

9:25- CUÑA, FROTAMOS LAS OREJAS.

9:26- Asamblea

9:45- Religión

10:15- CUÑA COHETE

10:17- Investigación en la pantalla.

10:34- Trabajo de mesa

10:45- Trabajo en suelo

11:05- Almuerzo

11:45- Recreo

12:15 Psicomotricidad

13:00- Trabajo de suelo

13:15- Trabajo de mesa

13:35- Plastilina

14:00- Recoger

14:15- Salida

MIÉRCOLES

9:18- Acogida

9:25- CUÑA FROTAR OREJAS.

9:27- Asamblea

10:03- Cuento

10:15- Trabajo de mesa

10:35- CUÑA COHETE

10:49- Cuento

11:10 Almuerzo

11:45 Recreo

12:15 RELAJACIÓN

12:20- Religión

12:50- Trabajo de mesa

13:25- Plastilina

14:50- Recoger

14:15- Salida.

JUEVES

9:15- Acogida
9:19- CUÑA OREJAS
9:21- Asamblea
10:14- Pensar con las manos
10:35- Trabajo mesa
11:05- Almuerzo
11:45- Recreo
12:15- RELAJACIÓN
12:22 Trabajo mesa
12:45- Psicomotricidad
13:30- Trabajo mesa
13:40- Puzles
14:00 Recoger
14:15- Salida

VIERNES

9:15- Acogida
9:20- CUÑA OREJAS
9:22- Asamblea
10:00- Trabajo de mesa.
10:32- PACE
10:43- Trabajo mesa
11:00- Almuerzo
11:45- Recreo
12:15- RELAJACIÓN
12:24- Plástica.
13:15- Sala de juegos
14:15- Salida

5.1.10 SEMANA OCHO:

LUNES

9:15- Acogida
9:21- CUÑA OREJAS
9:22- Asamblea
10:05- PACE
10:10- Trabajo de mesa
10:30- Almuerzo
11:00- Inglés
11:45- recreo
12:15- RELAJACIÓN
12:21 Trabajo mesa
12:45- Trabajo de suelo
13:15- Informática
14:50 Recoger

MARTES

9:13- Acogida
9:17- CUÑA, FROTAMOS LAS OREJAS.
9:19- Asamblea
9:45- religión
10:20- PACE
10:35- Trabajo de mesa

10:43- Trabajo de suelo
11:05- Almuerzo
11:45- Recreo
12:15 Psicomotricidad
13:00- RELAJACIÓN
13:12- Trabajo de mesa
13:30- Trabajo de suelo
14:50- CUÑA DE RITMOS
14:00- Recoger
14:15- salida

MIÉRCOLES

9:16- Acogida
9:20- CUÑA FROTAR OREJAS.
9:22- Asamblea
10:05 Trabajo de suelo
10:20 Trabajo de mesa
11:00 Almuerzo
11:45 Recreo
12:15- Religión
12:50- trabajo por grupo
13:30- Puzles
14:00- Recoger
14:15- Salida

JUEVES

9:17- Acogida

9:21- CUÑA OREJAS

9:23- Asamblea

10:12- Trabajo de suelo

10:30- Trabajo mesa

10:55- CUÑA DEL COHETE

11:00- Almuerzo

11:45- Recreo

12:15- RELAJACIÓN

12:25 Trabajo mesa

12:45- Psicomotricidad

13:30- Plastilina

14:00 Recoger

14:15- Salida

VIERNES

9:15- Acogida

9:23- CUÑA OREJAS

9:24- Asamblea

10:00- CUÑA DE RITMOS.

10:02- Trabajo de suelo.

10:43- Trabajo mesa

10:56- Almuerzo

11:45- Recreo

12:15- RELAJACIÓN

12:25 Trabajo mesa

12:40- Rincones

13:15- Sala de juegos

14:00 Recoger

14:15- Salida

5.1.11. ANÁLISIS DE LOS RELATOS DE LAS SEMANAS 4-6

Resumen de las cuatro últimas semanas:

En la **quinta semana** la actuación se ha visto frenada debido a que la tutora no ha sido consciente de sus necesidades y cortaba las transiciones de manera seca, pero esta semana comienza la actividad de PACE como cuña dentro de la jornada, se repiten las dos CUÑAS, frotar las orejas y relajación, gracias a llevar ya instauradas más tiempo.

En la **sexta semana**, la intervención es mayor, y se consiguen 5 días en los que el cuerpo está presente dentro de la jornada escolar de manera notoria.

En la **semana seis siete y ocho**, los niños verbalizan la necesidad de hacer CUÑAS, y muchas veces las inician ellos mismos cuando creen necesario, son conscientes de sus necesidades, y el alivio corporal y vocal tanto mío como de la tutora es inminente.

Análisis sobre:

Creación de situaciones educativas, progresión:

En estas semanas se siguen sucediendo las CUÑAS MOTRICES ya arraigadas en las anteriores jornadas, por lo que pueden llegar a ser con empeño de la tutora situaciones educativas que se instauren en el aula. Siempre y cuando a la tutora no la importe invertir tiempo en el cuerpo de los niños para producir tiempo de calidad en el aprendizaje.

El alumnado:

Se sucedan más momentos y de manera estructurada no solo se debe a la mayor liberación de exigencia, ni a que yo intervenga más, sino a que se da el caso que en estas semanas los niños verbalizaban la necesidad de estas CUÑAS. Y las realizaban de manera autónoma. Es decir ellos demandan realizarlas porque son conscientes con tres años de la necesidad que tienen de ellas. Si desde un momento explicas la finalidad de forma entendible a los niños, consigues que sepan primero para que sirve y después cuándo las deben utilizar, hay que hacer conscientes a los niños de lo que pasa en su cuerpo. Al parecer el niño quiere, y si le dejan puede, construir la escuela en la que participa.

La actitud de la maestra:

El punto anterior solo se produce si la maestra además de la observación de los indicadores que mandan los niños con su cuerpo es consciente del suyo propio. Para ser consciente del cuerpo de los demás es muy necesario conocer y no ignorar las señales que nos manda el propio.

Las CUÑAS Y PACE en el horario:

Las CUÑAS Y EL PACE pueden ser elementos que marquen momentos de seguridad para los niños los días que la rutina cambia y se encuentran con una inestabilidad en el horario. Éstas marcan lo conocido y por tanto confianza, certeza y tranquilidad. No son situaciones que deban tener momentos fijos en el horario, pueden tenerlos para encauzar una rutina pero no debemos tener el pensamiento de que a las 10:00 se hace la cuña sino no se hace, puede que haya horas en que no las necesite y se recomiende hacer, y otras en las que no se recomiende, y haya que hacerlas. Las necesidades de los niños son las que marcan los momentos. No son máquinas que paran a la misma hora ni su concentración está delimitada en el tiempo. Son niños y sus necesidades, demandas, etc. varían en el tiempo. Por lo tanto las CUÑAS Y EL PACE no necesitan un tiempo determinado sino un ambiente determinado.

Beneficios:

Se da la situación de que la tutora comenta que su garganta esta semana está mucho más descansada, ¿es por qué hemos utilizado menos gritos para reducir los conflictos y hemos recurrido a otra estrategia? Sí. Los gritos son sustituidos por las CUÑAS Y EL PACE lo que convierte el clima de la clase además de menos negativo y agresivo, más relajante para la exigencia tanto vocal y de paciencia de la maestra. Son entonces estos recursos un sustituto de otro más arraigado en las aulas como son los gritos y las reprimendas, reprimendas que llevamos a cabo por la falta de escucha interna de los niños, por no conocer lo que los niños necesitan en ese momento, y por entender el movimiento y la impulsividad como un acto de rebeldía que es apaleado a base de gritos.

6. RESULTADOS Y APRENDIZAJES OBTENIDOS

Este apartado es uno de los más importante. Aquí voy a reflejar los aprendizajes que he conseguido con este TFG.

Zabalza, M.A. (2006) realiza una gran metáfora, que va a ser el centro de mis aprendizajes, el aula ha de ser para el niño como un balcón, no como una jaula:

El niño de 2 a 6 años es por encima de todo un descubridor. Todo, o casi todo, es nuevo para él o presenta matices y retos a su curiosidad. Es una curiosidad multinivel: perceptiva y sensorial, motriz, táctil, experiencial. Está descubriendo el mundo y se está descubriendo a sí mismo. El aula no puede convertirse por ello en una jaula sino en un balcón. Nuestro papel no es el de poner orejeras al niño para que aprenda a mirar en una dirección, sino multiplicar los estímulos, las perspectivas... (p.114)

Veía la frustración diaria de una maestra por controlar a 25 niños de tres años, que la mitad de las veces era notorio la falta de concentración. Lo que me hizo darme cuenta de algo muy importante para poder llevar una pedagogía como está a un aula. Hay que tener presente que el problema no es de ellos, que solo hacen caso a sus instintos biológicos, que se esfuerzan por estar en silencio pero muchas veces es superior a ellos, igual la culpa es nuestra a la hora de enfocar un método de aprendizaje basado en estar horas y horas sentados en una mesa haciendo fichas. Pretendiendo que niños de tres años se sienten en una silla más de 10 minutos, cuando lo que quieren es explorar y explotar sus sentidos.

A medida que pasaban los días y los niños se habituaban a estos recursos, han ido surgiendo aprendizajes, algunos míos, otros de ellos, y muchos conjuntos.

Quiero destacar que este trabajo me ha servido para darme cuenta de que una persona que no ha estado nunca con niños de tres años en un aula, como yo, no es realmente consciente de las capacidades y necesidades de estos niños.

He aprendido que en tres años la necesidad de movimiento es visible cada 30 minutos incluso menos, las actividades pierden calidad a medida que pasan los minutos sentados, y la gana cuando previamente o durante la actividad el movimiento está presente. Si esto no sucede, que el movimiento no sea parte de la jornada, las clases en las últimas horas son inaguantables, la frustración de ambas partes es notable, ni ellos quieren seguir en silencio, ni nosotros queremos oír ruido.

También He aprendido que no es cuestión de una lucha de dos, sino un trabajo conjunto, de caminar al lado el uno del otro. Pero para ello es necesaria una escucha activa, ganas de educar teniendo en cuenta las necesidades de los niños, y hacerles conscientes de por qué y para qué hacen las cosas, es quizás una de las partes más importantes para que el aprendizaje y la metodología en si funcionen.

Todos los resultados son aprendizajes, dirigidos a algo común, es necesario que los alumnos de cualquier edad, tengan minutos para ser niños, para ser movimiento para ser ruido.

A continuación divido los aprendizajes adquiridos en diferentes temáticas.

6.1 APRENDIZAJES SOBRE EL TEMA:

En este apartado hablo del potencial educativo que tienen las CUÑAS MOTRICES Y EL BRAIN GYM ; cómo proceder in situ con estos recursos; cuál es su función y su finalidad.

Cuando comencé a llevar a cabo en el aula las CUÑAS Y PACE, no tenía la certeza de que pudiesen adentrarse tanto en la rutina de los alumnos de la clase de Sofía Tartilán con semejante fuerza.

Tras observar muy bien el contexto y llevar a cabo esta propuesta se han ido sucediendo distintos logros con respecto a este tema, que a su vez se han ido convirtiendo en aprendizajes.

El trascurso de una jornada con CUÑAS Y PACE.

Afirmar que he comprobado que se puede desarrollar una jornada escolar en la que el cuerpo y su tratamiento tanto educativo, como siendo éste objeto de atención, pueden tener un papel principal en esta estructura. Siendo a su vez un aliado de la maestra en el desarrollo de sus proyectos.

Puede decirse que dado lo sucedido cotidianamente podría sucederse en un aula un plan de jornada escolar, en el que el cuerpo ha este todo el día presente, como el que expongo más adelante.

No pretendo marcar momentos fijos en una franja horaria. En las aulas actuales existen horas fijas en las que se realiza cada actividad delimitando el comportamiento y los ritmos de los niños, sin tener en cuenta las circunstancias, características concretas y el contexto cambiante de cada aula. En infantil estos horarios fijos no se sigue, creo saber que por la imposibilidad de marcar tanto los tiempos de acción, aprendizaje, interpretación, y estructuración del conocimiento en los que se mueve un niño. Hasta el punto de marcar y concretar los minutos en lo que todo lo anterior se va a llevar a cabo sin tener en cuenta las características del grupo y su ritmo de evolución y desarrollo.

Un aula de infantil no puede estructurarse de manera que se delimiten las horas de actuación, y se pretenda llevar a raja tabla. El día transcurre dependiendo del ritmo y las circunstancias en las que se encuentre el niño cada día.

En una clase de infantil programar el horario hora tras hora no es algo positivo ni para el alumnado ni para la maestra: Lo mismo pasa con las CUÑAS Y PACE, los ritmos están determinados por las necesidades, conductas, emociones.

Los momentos en los que realizar las CUÑAS Y PACE no están estipuladas en una franja horaria, sino que son realizables o no, dependiendo de las necesidades e intenciones tanto de los niños como de la maestra, que varían, aunque son previsibles. Por lo tanto pueden necesitarse o no, esta decisión depende principalmente de la capacidad de observación de la tutora, la demanda de los niños, las prioridades de la tutora, y las características tanto físicas y cognitivas, como de personalidad de los niños. El contexto es muy importante a la hora de elegir tanto las CUÑAS como los momentos. Como recalca Lucio Martínez Álvarez, En los documentos explicativos del “informe de contexto de prácticas”, (2016)“*Toda práctica educativa se desarrolla en un contexto que determina, o al menos condiciona, la enseñanza y el aprendizaje.*”(p.1).

Por tanto voy a mostrar una sucesión de situaciones educativas encadenadas que si se desarrollan en ciertos momentos del día pueden mejorar el funcionamiento de la clase, y pueden adaptarse a los ritmos que los niños exigen habitualmente a través del movimiento.

La jornada por tanto se estructuraría así:

1. Entradas.
2. Cuña de pequeña duración, que inicie el día e implique un juego para despertarse, donde los músculos se active, comenzando a producir conexiones neuronales dirigidas al aprendizaje y capte la atención de los niños
3. Asamblea.
4. PACE antes de ir a la mesa a trabajar o desarrollar la primera actividad de exigencia cognitiva de la mañana.
5. Situación de aprendizaje.
6. Cuña para cambiar de actividad o veamos que el cuerpo de los niños lleva demasiado tiempo en exigencia de silencio y su atención se encuentra totalmente dispersa de lo que se pretende conseguir en ese momento. Puede también utilizarse este momento entre dos situaciones de aprendizaje para equilibrar ritmos de aprendizaje entre los alumnos o que el paso de una actividad a la otra no sea un proceso que acabe por descontrolarse, debido a que los niños entre aprendizaje y aprendizaje necesiten y demandan un descanso cerebral que se consigue mediante el movimiento.
7. Situación de aprendizaje.
8. Cuña
9. Almuerzo y recreo.
10. Cuña que implique tranquilizar el ritmo vertiginoso con el que vienen del recreo. Vuelta a la calma y atención plena reduciendo el estrés y la tensión con la que regresan de un momento en el que su cuerpo no estaba bajo ninguna norma.
11. Situación de aprendizaje.
12. Cuña.
13. Salida.

Si el movimiento durante la jornada fuera el adecuado la psicomotricidad no sería una situación de supervivencia, gritos, descontrol y desfogue. Sino un momento de aprendizaje, potenciador de sus capacidades físicas y su desarrollo evolutivo de manera saludable tal y como debería serlo.

La adaptación de los recursos pedagógicos al contexto eliminando prejuicios.

He conseguido que utilicen tres tipos de recursos de manera autónoma. CUÑAS DE ACTIVACIÓN, CUÑAS DE SOSIEGO y PACE. Tres recursos que cuando empezamos tardaban más de 5 minutos en funcionar y que han acabado por funcionar en la mitad de tiempo, que cuando se empezó. Invirtiendo así menos tiempo, para crear después aprendizaje de calidad. Los tiempos tanto de descanso como de aprendizaje se optimizan y aprovechan mejor, los días que se realizan las CUÑAS se hacen más cosas a lo largo de la jornada y además todo lo que se hace es significativo para los niños y pasa a formar parte de sus conocimientos de manera automática. Esto es muy visible en las fichas que realizan, los días que no hacen CUÑAS están llenas de rayones, escritura ilegible, arrugada, fruto del nerviosismo que están intentando controlar, y cuando las hacen, todo lo contrario, fichas limpias, detalladas.

Han aprendido a usar su cuerpo consiguiendo control motor y su futura destreza motora fina.

Es decir el tiempo “perdido”, esos 5 minutos que duraban cuando empecé a introducir PACE y CUÑAS al final se ha convertido en una inversión de tiempo a medio/largo plazo, visto lo visto, pues cuando lo han asimilado, el funcionamiento, su finalidad, lo han empezado a hacer correctamente, los tiempos de aprendizaje se han vuelto más productivos y de mayor calidad aumentando también así la cantidad de esos momentos.

Cuando se les diversifica el movimiento a lo largo del día la sensación de tranquilidad es inmensa. Recobramos la voz, el aprendizaje es más rápido y claro, motivarles es más fácil. Es más fácil para ellos y para nosotras.

La metodología

Los niños demandan más las cuñas cuando yo soy la que está delante, lo que me ha llevado a pensar que la metodología es muy importante, un niño desarrolla unos conocimientos y unas necesidades y demandas, dependiendo de quién este delante, si les haces conscientes de lo que necesitan lo van a demandar, pero cuando ignoras sus necesidades ellos también las ignoran lo que provoca que desarrollen ciertos patrones de actuación. Por ejemplo cuando yo estoy dando una actividad y están cansados , lo verbalizan, y algunos hacen PACE solos, cuando esta la tutora delante, esto no sucede. Algo que está muy ligado al feedback que se desarrolle con el alumnado, si se sienten escuchados actúan con mayor libertad, pudiendo desarrollar actividades y ejercicios basadas en sus intereses.

Modo de realización

El modo de realización de las cuñas se adaptó a las características del grupo por lo que pueden variar en otra aula. Se debe estar atento y pendiente de las necesidades del grupo. Al igual que no hay que pautar horarios, a la hora de hacer los ejercicios, tampoco hay que ser estrictos con los mismos sino que hay que adaptarlos al grupo, al día o hasta incluso al momento y tener una buena base y recursos disponibles para utilizar en función de las necesidades.

Además de que no todos los ejercicios valen para todas las aulas. Las necesidades, motivaciones y aprendizajes de los niños se van modificando a la par que transcurre el curso, y con ellos deben ir modificándose las CUÑAS Y EL PACE, tanto en los momentos como en la duración y el método de realización, adaptándose a las nuevas demandas del alumnado.

En este caso se sucedían así:

CUÑAS DE ACTIVACIÓN: Juegos motrices que ellos conocen debido a su rutinización, que les motiva y les divierte. Compuestos por movimientos que pueden realizar de forma autónoma. Pueden estar acompañados de canciones o ritmos. Las cuñas deben primero activar el cuerpo pero sin que sea una expresión incontrolada y evacuativa de movimiento. Por ello tras la práctica considero que deben tener dos fases una de movimiento más continuado y rápido en la que se libere la tensión y otra en la que el movimiento se acompañe a la respiración y se vaya disminuyendo hasta conseguir parar y llegar a la calma que permitirá iniciar otra actividad.

CUÑAS DE SOSIEGO: Las cuñas de sosiego, comienzan por música que ellos conocen, música tranquila, clásica a poder ser, los primeros días con video, para que les cueste menos, a medida que se hacen autónomos con la cuña se les quita la imagen. No vale sólo con poner la música sino que necesitan que cada poco tiempo se les dirija para que se centren en lo que se está haciendo y no en sus juegos, guiar su respiración, o su imaginación. Añadir el contacto físico para asegurarse de que creas un vínculo con ellos, donde se sientan seguros, y queridos, que sean conscientes del aquí y ahora.

PACE: Acaban realizándose dos de los cuatro ejercicios con más frecuencia, el botón del cerebro, y la marcha cruzada, en este orden, para ellos son los ejercicios más fáciles de hacer y por tanto los hacen autónomamente, en cambio el gancho es más complicado que se realice los días que se hace PACE debido a la escasez de tiempo, beber agua ha sido un ejercicio que a pesar de ser tan sencillo y necesario solo se ha realizado un día y solo para probar, se ideó una estrategia para ir a beber agua antes de los ejercicios, pero la tutora no quedó convencida.

6.2 APRENDIZAJES SOBRE EL ALUMNADO.

En este apartado aclaro los aprendizajes sobre los efectos en el alumnado en sus relaciones con lo que les rodea y quiénes les rodea...sus respuestas.

La demanda de los niños son oportunas.

Uno de los resultados que pude observar a lo largo de las semanas, a medida que iban interiorizando el concepto de CUÑAS y PACE, es la continua demanda de la realización de estos ejercicios por parte de los niños, esto se debe principalmente a la experimentación en primera persona, de las sensaciones los beneficios que les aportaban y la necesidad que les aportaban estos recursos.

Los momentos en los que se utilizaban los recursos, tenían un gran impacto sobre ellos. Al perfeccionar el movimiento, surgía mayor efecto, tanto que lo demandaban ellos mismos de manera verbal, hasta el punto de encontrarme en algunos momentos del día, con algunos niños haciéndolo por iniciativa propia, en aquellos momentos que ellos consideraban que lo necesitaban, momentos que se aprovechaban para hacerlo todos juntos. Lo que significa que son conscientes de lo que les pasa en cada momento, lo que sucede en su cuerpo, sus necesidades biológicas y naturales.

Preocupándome de las necesidades corporales de los alumnos, conoces ámbitos de su personalidad, académicos, emocionales, a un nivel más profundo, llegándome a dar cuenta de que lo que a veces reprimíamos con riñas y gritos tienen una explicación más allá del ¡es un vago! ¡Es desobediente! ¡Nunca hace la tarea! La compenetración y sensación de libertad que debería sentir un niño con su maestra o maestro determina un dialogo fluido, haciendo así a esta más consciente de sus intereses pudiendo redirigir las actividades hacia ellos.

Además de crear un clima adecuado en el aula para el aprendizaje, a su vez son recursos que inciden mucho en el autoconocimiento de los niños con ellos mismos y del conocimiento de la tutora sobre los niños. Cuando lo demandan se hacen conscientes de sus necesidades y aprenden a canalizar sus energías a través de medios tan sencillos como el movimiento.

Reitero entonces mi convicción de que para que algo se instaure en sus conocimientos **deben de ser plenamente conscientes de por qué lo hacen y para qué lo hacen.**

Se puede crear aprendizaje de calidad invirtiendo tiempo y dedicación en recursos que supongan un acercamiento al niño y a sus necesidades motrices. El aprendizaje se optimiza a medida que los descansos cerebrales aumentan, los niños no son máquinas y necesitan momentos en los que no se les exija concentración excesiva o quietud.

6.3 APRENDIZAJES SOBRE LA MAESTRA.

En este apartado hablo sobre los aprendizajes obtenidos referidos al lugar del maestro, sus conocimientos, sus modos de proceder, de ser, de estar.

El convencimiento de la tutora.

Como muestran las 8 semanas narradas, la tutora sigue utilizando estos recursos a pesar de ser escéptica al principio, no de su funcionamiento, puesto que el alumnado la fue convenciendo a medida que realizaban los ejercicios de manera autónoma y mejoraban la calidad del ambiente de aprendizaje y trabajo, sino de su necesidad en tantos

momentos a lo largo de la jornada. Las mejoras son evidentes, y ha sido lo primordial para su convicción.

La sociedad de hace 10 o 20 años no es la misma que la actual, los niños no se desarrollan ni crecen en el mismo ambiente que el de entonces, por eso la necesidad de crear las mismas oportunidades o situaciones que antaño estaban disponibles en su día a día y ahora debido a esos cambios ya no es así .

Hay que probar cosas nuevas para las nuevas generaciones, teniendo muy claro sus carencias, potencialidades y necesidades. Cambian las motivaciones e intereses de los niños, y el entorno cambia con ellos. Hay que encontrar los recursos que satisfagan las carencias, que en los tiempos actuales, se observan en los niños. Siendo en este caso principalmente de movimiento.

El docente que imparte la clase.

En relación con quien dirige el aula, se han sucedido más o menos actividades, por lo que las intenciones y preocupaciones de cada profesor marcan y determina a qué se le da importancia en la jornada. Así hay actividades que no se han podido realizar de las que se proponían, como el ejercicio de PACE de beber agua, debido al miedo de la tutora al descontrol de los alumnos, fue retirada de las propuestas.

Aunque no haya sido posible apreciarlo debido a la negación rotunda de la tutora, podría haberse dado el caso, al igual que era reticente con lo de CUÑAS Y PACE, de la importancia que tiene beber agua y tener un cerebro bien hidratado para el aprendizaje

Para utilizar estos recursos hay que tener la mente abierta a nuevas dinámicas de educación y estar en una continua formación.

.

7. CONCLUSIONES

Para concluir este trabajo relato mis reflexiones finales a partir de los objetivos que me había marcado para este TFG.

1. Desarrollar, durante las semanas de prácticas, una jornada escolar en la que el ámbito corporal, a través de la estrategia de BRAIN GYM Y CUÑAS MOTRICES, sean situaciones educativas integradas.

Se ha ido desarrollando tras hablar e informar a la tutora de los beneficios que podían darse en el aula si introducíamos estas estrategias. No se ha llegado al máximo de lo que se pretendía desarrollar, puesto que había momentos en los que era necesario recurrir a las estrategias, pero debido:

- al tiempo impuesto por la tutora para cada aprendizaje,

- a la presión exterior por parte de familias y editoriales a los que estábamos sometidos, y
- mi escaso tiempo de actuación.

Todo ello determinó el alcance del desarrollo. Aun así se ha introducido de manera efectiva en la jornada, teniendo dos puntos clave, uno al entrar y otro después del recreo, en el que el cuerpo estaba presente todos los días.

2. Generar un conjunto de recursos motrices beneficiosos para propiciar mejor ambiente de enseñanza a través de estos, en un aula de infantil.

Desde el primer momento los recursos elegidos han sido PACE Y CUÑAS MOTRICES, que se han ido modificando y adaptando al contexto donde se iban a desarrollar. Han sido una muleta en varios momentos en el que sentía que el grupo lo demandaba, convirtiéndose tras ver sus beneficios en recursos muy potentes, que facilitaban y potenciaban el transcurso ideal de la jornada escolar. Evitando las situaciones de supervivencia excesivas, que acaba por derrotar y frustrar al profesorado que acaba entrando en una lucha contra el alumnado por el funcionamiento de la clase.

3. Encontrar los rasgos que caracterizan los momentos considerados idóneos para realizar estas estrategias estipulando un hueco determinado en la jornada escolar, adaptado a las características de la población estudiada, un aula de 25 niños de 3 años.

4.

Como se puede ver en los resultados, no he encontrado momentos fijos en la jornada escolar, lo que si he encontrado son momentos variables cada día, en los que las CUÑAS y PACE encajan a la perfección. No es tanto estructurar todo el aprendizaje por tiempos, sino ser consciente de las necesidades que un niño reclama que se atienda. Esto depende en gran medida de cada alumno

Hay factores que hacen que estas necesidades corporales de movimiento se produzcan en mayor o menor medida y, por lo tanto, hacen que puedan ser reguladas y atendidas durante la jornada escolar.

Estas necesidades se producen por factores procedentes de dos ritmos, del ritmo externo impuesto y del ritmo interno de cada alumno. Por lo tanto, los ritmos externos deben acomodarse a los ritmos internos.

Cuando se acomoda la estructura de la jornada escolar a las necesidades, está directamente introducida en esta mecánica. Los ritmos internos son los que marcan los

momentos idóneos para realizar estas estrategias encontrando así un hueco en la jornada escolar.

Los alumnos más pequeños tienen una necesidad mayor de movimiento que los mayores, gracias a su menor disciplinamiento corporal, habituamiento a estar sentado muchas horas. Por lo tanto necesitan que esas necesidades sean atendidas en mayor medida.

5. Comprobar los beneficios, inconvenientes y oportunidades que se producen en los niños y la maestra al llevar a cabo estas estrategias en un aula de infantil.

6.

Hay muchos beneficios y también inconvenientes, todo va indirectamente asociado a las intenciones que quieras desarrollar en tu aula, si se quiere niños institucionalizados, que solo sepan datos, habrá muchos inconvenientes en satisfacer sus necesidades y estimular algo a lo que se tiene miedo, el cuerpo.

Ahora bien si lo primordial para ti es una metodología basada en la naturalidad del niño y su desarrollo pleno ligado a sus necesidades, estos recursos tendrán más beneficios que inconvenientes. La metodología o más bien la convicción de cada tutor o tutora va a determinar que se consigan puntos positivos gracias a estas estrategias. Pueden ser un aliado, siempre y cuando seamos conscientes del contexto y las características de los alumnos, no se puede utilizar estos recursos al libre albedrío, en el momento que se nos antoje, tenemos que ser conscientes de por qué lo hacemos y cuándo lo hacemos. Si haces las cosas por hacerlas sin lógica ni razonamiento, sin tener la vista puesta en lo que de verdad les está pasando a esos niños en cada momento, no funcionan con la efectividad que se promueve, y no se verán beneficios.

7. Concienciarme y dotarme de argumentos sobre la necesidad y beneficios de introducir el movimiento de manera natural, normal y saludable en el aula a modo de expresión por parte de un niño de sensaciones, emociones, percepciones, necesidad, conocer el mundo y relacionarse con los demás.

Cuanto más se realizaban los recursos más argumentos se veía en la práctica de lo que dice la teoría, hasta darse el caso de sobrepasar la teoría, como la situación que se da de que ellos comienzan a pedirlo sin que yo lo dirija.

Este objetivo por tanto, ha sido conseguido gracias a la realización del trabajo y de la práctica, sin practica no hubiese podido contrastar todo aquello que dice la teoría, puede que exista un miedo arraigado en la comunidad educativa hacia el movimiento y el trato del cuerpo, pero solo se necesitan los recursos adecuados, y la creatividad e innovación así como los conocimientos pertinentes, de un tutor para que este miedo infundado desaparezca.

Hay solo que encontrar la manera de tratar lo corporal de manera estructurada, lógica y fundamentada.

Los argumentos van apareciendo a medida que uno se hace consciente y adapta su mirada a lo que de verdad sucede en un aula de educación infantil: Sus comportamientos corporales, los factores cambiantes a lo largo del día en su comportamiento, la situación familiar, la motivación, el desarrollo motor, la necesidad biológica de movimiento.

Así se suceden una serie de resultados previamente redactados que me dotan de argumentos sobre la necesidad y beneficios de introducir el movimiento de manera natural en el aula.

8. LISTA DE REFERENCIAS

- Aucouturier, B. and Mendel, G. (2013). *¿Por qué los niños y las niñas se mueven tanto?*. Barcelona: Graó.
- Dennison, P., Dennison, G. and Espinosa, G. (2006). *Brain Gym*. Barcelona: Robinbook.
- Jensen, e. (2008). Los ciclos de atención y el tiempo de procesamiento. 1st ed. p.cap 5.
- Rosler, R. (2014). Descubriendo el Cerebro y la Mente - Neuropsicoeducación. Asociación Educar, N°62.
- Saez, C. (n.d.). Neuroeducación. [online] p.76. Available at: http://www.ub.edu/geneticaclases/davidbueno/Articles_de_divulgacio_i_opinio/Altres/Neuroeducacion-QUO.pdf.
- Siegel, D., Isabel, F. and Bryson, T. (2013). *El cerebro del niño*. 10th ed. Barcelona: ALBA.
- Vaca Escribano, M. and Varela Ferreras, M. (2009). *Motricidad y aprendizaje*. Barcelona: Graó.

9. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

- Arroyo, L. (2016). *Kinesiología educativa. - Masajes y Terapias Naturales Tarragona*. [online] Masajes y Terapias Naturales Tarragona. Available at: <http://www.lorenzoarroyo.es/kinesiologia-educativa>
- Rejuega – y disfruta jugando!. (2017). *Aulas con más juego y movimiento, aulas con más aprendizaje significativo*. [online] Available at: <http://rejuega.com/juego-aprendizaje/juego-educativo/aulas-con-mas-juego-y-movimiento-aulas-con-mas-aprendizaje-significativo/>
- Camacho Fernández., N. (2009). LA GIMNASIA CEREBRAL COMO RECURSO EDUCATIVO. *Temas para la educación*, 5.

- Chubarovsky, T. (2013). *¿Por qué el ejercicio y el cerebro son aliados en el aprendizaje? Parte II.* [online] Voz y Movimiento. Available at: <http://www.vozymovimiento.com/por-que-el-ejercicio-y-el-cerebro-son-aliados-en-el-aprendizaje-segunda-parte/>
- Chubarovsky, T. (2013). *¿Por qué el ejercicio y el cerebro son aliados en el aprendizaje? Parte I.* [online] Voz y Movimiento. Available at: <http://www.vozymovimiento.com/por-que-el-ejercicio-y-el-cerebro-son-aliados-en-el-aprendizaje-importancia-del-movimiento-para-el-aprendizaje/>
- Chubarovsky, T. (2013). *El cerebro necesita movimiento.* [online] Voz y Movimiento. Available at: <http://www.vozymovimiento.com/desarrollo-motor-y-del-lenguaje-y-su-relacion-con-el-aprendizaje-citas-compiladas-y-comentadas-por-tamara-chubarovsky/>
- Ibarra, L. (2007). *Aprende mejor con GIMNASIA CEREBRAL.* 1st ed. Mexico: Garnik.
- Kabat-zinn, J. (2009). *Mindfulness en la vida cotidiana.* 1st ed. Barcelona: Paidós.
- Lapierre, A., Aucouturier, B. (1985). *Simbología del movimiento.* (2ª ed.). Barcelona: Científico-médica.
- Lombardo, G. (2012). *El movimiento para un aprendizaje óptimo | Integración neurocorporal.* [online] Integracionneurocorporal.com. Available at: <http://integracionneurocorporal.com/2012/01/04/el-movimiento-para-un-aprendizaje-optimo/>
- Martínez Álvarez, L. (2015). EL CONTEXTO DE PRÁCTICAS
- Mellizo Sanz, C. (2004). Importancia de la interacción profesor – alumno/a.
- Oliva Jiménez, M. (2011). Brain gym-gimnasia cerebral dpto. Orientación ies los alcores.
- Ortiz Alonso, T. (n.d.). *El cerebro y el movimiento del niño.* [online] Desarrolloinfantil.net. Available at: <http://www.desarrolloinfantil.net/desarrollo-psicologico/cerebro-y-movimiento-en-el-nino>.
- Vaca Escribano, M., Fuente Medina, S. and Santamaría Balbás, N. (2013). *Cuñas motrices en la escuela infantil y primaria.* [S.l.: s.n.].
- Zavalloni, G. (2011). *La pedagogía del caracol.* Barcelona: Graó.