



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y
Corporal.

TRABAJO FIN DE GRADO

El dripping como estrategia para la relajación en el aula de infantil.

Presentado por Lorena Nava Arija para optar al grado en Educación Infantil por
la Universidad de Valladolid

Trabajo tutelado por: Dra. Sofía Marín Cepeda

Año de defensa: 2019

RESUMEN

La finalidad de este trabajo consiste en ver si a través de actividades artísticas mediante la utilización de la técnica del dripping, los niños/as pueden llegar a alcanzar un estado de relajación.

A lo largo del documento se recopila información relevante para la puesta en práctica de las actividades, reflejando teorías de autores que hablan acerca del tema principal de este trabajo.

Todas y cada una de las actividades propuestas han sido llevadas a cabo, las cuales podemos ver reflejadas en el apartado de la intervención didáctica. Estas actividades son significativas y lúdicas para los niños/as, lo cual fomenta su interés y participación durante su realización, garantizando así alcanzar nuestro principal objetivo, que es llegar a la relajación.

PALABRAS CLAVE: Educación Artística, Relajación, Dripping.

ABSTRACT

The purpose of this work is to see if through artistic activities, in this case by using the technique of dripping, children can reach a state of relaxation.

Throughout the document, relevant information has been compiled in order to put activities into practise, reflecting theories of authors who speak about the main theme of this work.

Each and every one of the proposed activities has been carried out, which can be seen reflected in the didactic intervention section. These activities are meaningful and playful for children, which encourages their interest and participation during their performance, thus ensuring our main goal, which is to achieve relaxation.

KEY WORDS: Art education, relaxation, dripping.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	6
3. OBJETIVOS.....	6
4. JUSTIFICACIÓN.....	7
5. MARCO TEÓRICO.....	8
5.1. ¿Qué se entiende por relajación?	8
5.2. Historia de la relajación.....	9
5.3. Técnicas de relajación.....	10
5.4. La importancia de la relajación en infantil.....	12
5.5. ¿Qué es educación artística?.....	15
5.6. Dripping.....	16
5.7. Jackson Pollock.....	17
6. DISEÑO DE INTERVENCIÓN.....	18
6.1. Introducción.....	18
6.2. Justificación.....	18
6.3. Contextualización.....	19
6.4. Características del alumnado.....	20
6.5. Objetivos.....	21
6.6. Contenidos.....	23
6.7. Metodología.....	25
6.8. Atención a la diversidad.....	26
6.9. Temporalización.....	27
6.10. Actividades.....	28
6.11. Recursos.....	35
6.12. Evaluación.....	36
7. APLICACIÓN PRÁCTICA.....	41
8. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	45
9. BIBLIOGRAFÍA.....	48
10. ANEXOS.....	50

1. INTRODUCCIÓN.

Este trabajo de final de grado está orientado para introducir la técnica del dripping en el aula de infantil y profundizar en el conocimiento de dicha técnica artística, para alcanzar una relajación plena en los niños/as, la cual garantiza en ellos un estado de bienestar óptimo, favoreciendo así en los más pequeños un desarrollo psicosocial íntegro.

Hoy en día, en la sociedad llevamos un ritmo de vida muy acelerado, nos pasamos el día haciendo cosas, sin tener un minuto para nosotros mismos, lo que nos lleva a alcanzar un grado de estrés perjudicial para nuestra salud. Por ello debemos detenernos y buscar un momento para relajarnos, ya que si lo hacemos habitualmente vamos a alcanzar un estado de tranquilidad tanto mental como corporal, porque sacar tiempo para dedicarnos a nosotros es una necesidad.

La relajación es algo primordial que se debería trabajar día a día y enseñar en el aula de infantil desde edades tempranas, ya que gracias a ella conseguimos que los niños/as adquieran una mayor concentración a la hora de realizar sus tareas, por lo consiguiente fomentará un mayor rendimiento escolar.

A la relajación no la damos la importancia adecuada, ya que es un tema banal para la educación de los niños/as, a esta se suele dar más importancia en la edad adulta. Esto es un error, debido a que se tiene que enseñar en el aula de infantil como una asignatura más, haciendo de la relajación algo cotidiano y básico en su rutina diaria.

El objetivo principal que queremos abordar es el diseño y la implementación de actividades de educación artística, que permitan trabajar procesos de relajación en los niños/as de educación infantil.

El presente trabajo consta de múltiples apartados, dando comienzo con los objetivos, la justificación junto con el marco teórico, seguido de la propuesta didáctica llevada a cabo en su totalidad, así como la evaluación y las conclusiones donde podemos encontrar los puntos fuertes y débiles del trabajo y las distintas propuestas de mejora para dar cierre a este documento.

2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.

¿Favorece la educación artística los procesos de relajación en los niños y niñas de educación infantil?

3. OBJETIVOS.

❖ **Objetivo General:**

- Diseñar e implementar actividades de educación artística que permitan trabajar procesos de relajación en los niños y niñas de educación infantil.

❖ **Objetivos Específicos:**

- Aplicar la técnica artística del dripping, para observar y analizar los procesos de relajación que está favorece en los niños y niñas.
- Guiar a los alumnos y alumnas en la aplicación de dicha técnica y la relajación en el desarrollo de las actividades.
- Promover en los alumnos y alumnas la toma de conciencia sobre su propia actitud y estado de relajación en la aplicación de la técnica artística.

4. JUSTIFICACIÓN.

A lo largo de todo el trabajo de fin de grado, que vamos a exponer a continuación, consideramos que quedan plasmados algunos de los conocimientos adquiridos a lo largo de toda la carrera.

Durante la realización de la mención en Expresión y Comunicación Artística y Motricidad, hemos podido aprender sobre muchos temas, en especial sobre la Educación Artística y variedad de técnicas de relajación, para poder implementar en las aulas con los niños/as.

En la sociedad actual, aún podemos escuchar que la educación artística no es más que un “pinta y colorea”, a través de la cual no se aprende nada, sino que sirve como descanso y distracción para los niños/as, sin pararse a observar la gran aportación que hace al desarrollo cognitivo y emocional de los mismos; todo porque se les da más importancia a otras materias, que si son consideradas primordiales para la educación de los alumnos/as.

Al igual que la relajación, que es un tema muy amplio y abarca gran cantidad de contenidos, mucha gente considera que la relajación es no hacer nada, estar tumbado sin ruidos, sin que nada ni nadie te moleste, pero sobre todo no creen que pueda hacerse relajación con niños/as.

La relajación es algo muy relativo, porque para cada persona es diferente, hay gente que se relaja leyendo, pintando, corriendo, etc. Por ello hemos considerado necesario llevar a cabo una intervención didáctica, en la que queremos implementar actividades artísticas, utilizando la técnica del dripping, para observar si los niños/as pueden llegar a relajarse. Así como valorar las actividades propuestas en los diferentes momentos de la jornada escolar, dado que como sabemos los niños/as dependiendo del momento del día están más predispuestos o menos, pueden estar más activos o menos, etc.

5. MARCO TEÓRICO.

5.1. ¿Qué se entiende por relajación?

Para analizar la relajación, es imprescindible definirla y conocer más acerca de ella. Por ello, vamos a consultar trabajos de fin de grado de compañeros/as relacionados con la relajación, para así poder ver lo que han hecho sobre este tema.

El trabajo de Pérez (2019) encaja perfectamente con la temática que abordamos por ello vamos a centrarnos en los autores que menciona para hablar sobre el concepto de relajación. A continuación, mostramos algunas definiciones que se han ido dando a lo largo de los años sobre la relajación:

Blay (1976) “La relajación es una puerta de entrada para el descubrimiento de sí mismo, erigiéndose como un paréntesis liberador entra la actividad y la agitación”. (Citado en Pérez, 2019, p.12)

Diaz (2011) dice que “La relajación es una técnica que persigue un reposo lo más eficaz posible, al mismo tiempo que una técnica de economía de las fuerzas nerviosas”. (Citado en Pérez, 2019, p.12)

Como menciona Escalera (2009) “La relajación es el medio por el cual podemos llegar a experimentar la libertad de vivir en el estado de conciencia que deseamos”. (Citado en Pérez, 2019, p.12)

De acuerdo con lo que aportan los autores anteriores, podemos considerar que la relajación, es una puerta para el descubrimiento de uno mismo, dado que podemos establecer una comunicación con nosotros mismos. Destacando que la relajación, es sobre todo una actitud mental y emocional, con la que experimentamos el estado de conciencia que deseamos.

5.2. Historia de la relajación.

Como dice Francos (2015) en su trabajo de fin de grado sobre lo que ha encontrado acerca de los orígenes de la podemos mencionar:

López (2011) dice que “Los orígenes de la relajación son bien difíciles de determinar, ya que casi todas las culturas del planeta han tenido sus propias maneras de relajarse, desde el milenario yoga (3000 a.C.), de la India o la hipnosis practicada por egipcios (1000 a.C.) y griegos (500 a.C.), hasta los baños turcos y masajes tailandeses, pasando por otras prácticas de pueblos como el romano, el árabe o el normando “. (Citado en Francos, 2015, p.9)

En la Antigüedad, Francos (2015) menciona que muchas órdenes religiosas lo practicaban, para llegar a alcanzar una armonía entre el cuerpo y la mente, favoreciendo así la comunicación con Dios. Por lo que cabe destacar, que la relajación estuvo estrechamente ligada a las prácticas religiosas y/o mágicas, tales como cantos, rituales, prácticas de meditación, etc. Aunque puedan parecernos extrañas, representan la fundamentación histórica sobre la que muchas técnicas modernas de relajación se apoyan.

De acuerdo con esta perspectiva, la mayoría de las técnicas de relajación actuales, están estrechamente ligadas a la cultura y la filosofía oriental. Francos (2015) habla sobre los métodos que se han llevado a cabo, antes la práctica de las artes marciales, como el Tai Chi, el Chi Kung, el Zen, el Aikido, etc.

Desde el punto de vista histórico, la relajación se ha asociado generalmente, a un estado de conciencia caracterizado por la calma, la serenidad, la paz interior, y otros estados alterados de conciencia. Según Amador citado por Kareaga, (1998, p.19) la palabra "relajación" es etimológicamente de origen latino y viene del verbo Relaxo-are, que significa aflojar, soltar, liberar, descansar.

Francos (2015) menciona que, en el siglo XIX, con los avances de la medicina, se descubrió la importancia de la relajación, lo que decían, es que para tener una buena salud era necesario que disminuyera la tensión física y mental.

Hoy en día se pone mucho más en práctica, Amador citado por Kareaga (1998, p.31) dice que “la relajación abarca un proceso cuyo objetivo es la búsqueda de un estado de equilibrio cuerpo-mente como vía de bienestar y salud”. Podemos ver como se hace más hincapié en los métodos de relajación en áreas como la salud, organizaciones educativas u organizaciones empresariales.

Por todo ello, tenemos que destacar que la relajación no es algo que nace en nuestra época, sino que viene desde mucho tiempo atrás, ya nuestros antepasados empleaban esta práctica y la utilizaban para alcanzar un montón de beneficios, es decir, en cada época ha sido utilizada pensando en alcanzar distintos beneficios y gracias a todo ello, poco a poco se han ido incrementando dichos beneficios hasta llegar a la actualidad, en la que la utilizamos la relajación para poder alcanzar un estado óptimo tanto mental como físico y sobre todo destacar que podemos utilizarla desde edades tempranas.

5.3. Técnicas de relajación.

Lo primero que vamos a mencionar es qué entendemos por métodos de relajación, para ello hemos sacado la definición que aporta Durand (1987) citado por Escribano (2018, p.20) dice que “aquellas técnicas que, a través del entrenamiento, pueden ayudar a conseguir el control de algunas de nuestras funciones corporales y, en consecuencia, también el de varios procesos mentales”.

Defontaine (1982) que los define como “procedimientos terapéuticos definidos que intentan conseguir la desconstrucción muscular y psíquica del individuo con la ayuda de ejercicios concretos y adecuados”. (Citado en Escribano, 2018, p.18).

Las técnicas de relajación antiguamente eran puestas en práctica para la meditación, centrándose también en el proceso de respiración, con lo que se quería alcanzar la relajación de cuerpo y mente.

Como mencionan Conde y Viciano (2011), existen gran variedad de métodos de relajación, pero hablamos de dos grupos diferenciados. La relajación analítica, en la que se busca la relajación progresiva de las diferentes partes del cuerpo y la relajación global, quiere lograr la relajación mental y la descontracción general de los músculos corporales, es decir mandamos consignas verbales al cerebro para conseguir una respuesta corporal global. (Citado en Gómez, 2013).

Como ya hemos mencionado, existen dos métodos principales, que aún se utilizan hoy en día. Estos métodos son los de mayor relevancia en Educación Infantil. Nos referimos a: la relajación progresiva de Jacobson y el entrenamiento autógeno de Schultz. Vamos a mencionarles a continuación. (Citado en Escribano, 2018).

❖ **Relajación progresiva de Jacobson:**

El psicólogo Edmund Jacobson creó la “Relajación progresiva”. Dicha técnica se basa en sus trabajos sobre fisiología muscular. Consiste en tensar un grupo muscular, para después soltar y percibir la sensación de relajación.

Escribano (2018) Para implementar este método, lo principal antes de comenzar es explicar previamente los ejercicios que se van a llevar a cabo; Cada ejercicio se va a hacer un mínimo de dos o tres veces, para finalizar con un recorrido mental por las zonas relajadas durante el proceso. (Citado en Escribano 2018).

Como cita Escribano (2018) en sus inicios este método era largo, pero varios autores lo han modificado, como, por ejemplo, Bernstein y Borkovec. Dicho método es definido como analítico por Defontaine (1982), ya que el cuerpo no se considera de una forma global, sino como un conjunto de diferentes grupos musculares.¹

¹ Información extraída de:
https://es.wikipedia.org/wiki/Relajaci%C3%B3n_muscular_progresiva_de_Jacobson.

❖ **Entrenamiento autógeno de Schultz:**

Este método global, se refiere a una técnica basada en la concentración en sensaciones físicas, donde se pretendía llegar a un estado de relajación basado en la hipnosis, adquiriendo un estado de calma de manera autónoma a través del propio pensamiento, es decir utilizando mentalmente frases e imágenes, para entrar en una relajación total del cuerpo. (Citado en Martínez 2014).

Esta técnica conlleva una mayor implicación cognitiva, por lo que se considera de difícil aplicación con niños/as de la etapa de Infantil. Carranque citado por Martínez (2014, p.22) dice que “el entrenamiento se desarrolla ejercitando la mente uno mismo voluntariamente para influir en el comportamiento del resto del organismo”.²

5.4. La importancia de la relajación en infantil.

En la sociedad actual, llevamos a los niños/as a un ritmo vertiginoso, que no les permite detenerse. Los niños/as están acostumbrados a realizar un montón de actividades a lo largo del día, sin pararse un momento entre una actividad y otra. Todos los niños/as tienen la necesidad de jugar y moverse, pero sobre todo también necesitan diferentes momentos para poder calmarse y relajarse.

Durante toda una jornada escolar, los niños/as tienen gran cantidad de actividad educativa, por lo que, a través de diferentes actividades de relajación, queremos ayudarles para que experimenten momentos de bienestar y relajación para poder continuar trabajando.

Para que los niños/as alcancen un estado de relajación, existen diversidad de juegos, con los cuales podemos fomentar la tranquilidad, disminuir el estrés y la ansiedad. La relajación presenta gran variedad de beneficios tanto para los niños/as como para los adultos, por ello debemos de practicarla habitualmente.

² Información extraída de: https://es.wikipedia.org/wiki/Entrenamiento_aut%C3%B3geno.

Franco (2015) nos habla de la diferencia entre **relajación escolar** y **relajación infantil**:

- Hablamos de relajación infantil, debemos utilizar ejercicios que podamos realizar en cualquier espacio y en cualquier ámbito, para que un niño/a de 0 a 6 años, pueda controlar sus emociones primitivas.
- Por relajación escolar, son los ejercicios que llevamos a cabo dentro del aula para mantener en calma a los alumnos/as y el seguimiento que puede hacerse para controlar su estado emocional.

Nuestra principal tarea es formar a nuestros alumnos/as, tanto a nivel académico como personal. Porque la labor del profesional junto con la relación familia-escuela, ayudan en su formación como personas.

Las aulas son lugares destinados a actividades de enseñanza, para practicar la relajación necesitamos un lugar agradable, para que los niños/as puedan disfrutar relajándose.

Franco (2015, p.12) habla de obtener un estado de relajación, de tranquilidad y de paz interior, citando a Abozzi (1997) menciona que “cuando nos relajamos establecemos una comunicación con nosotros mismos y restablecemos el equilibrio perdido”.

Debemos destacar que después de llevar a cabo las actividades de relajación el rendimiento de los alumnos/as aumenta, mejorando su capacidad de adquisición de conocimientos. Todo esto es debido a que los niños/as se encuentran en un estado de calma, con lo que pueden concentrarse más fácilmente. Para alcanzar una relajación óptima, debemos aprender a respirar de forma consciente. (Citado en Pérez 2019, p.15).

Considerando todo lo anterior, creemos que es necesario la implementación de actividades de relajación dentro de las aulas, para poder trabajar con los niños/as en los diferentes momentos del día, ya que es una forma centrar a los niños/as, de activarlos y pararlos a pensar, a ver lo que les rodea, para que realizando dichas actividades alcancen un estado óptimo, para seguir aprendiendo durante la jornada.

Como ya sabemos la respiración también es una parte importante de la relajación, porque si no somos conscientes de nuestra respiración, nunca vamos a poder relajarnos. Tanto con los niños/as como con los adultos es recomendable realizar una respiración pausada y tranquila para alcanzar el estado que pretendemos.

En nuestro caso vamos a hablar sobre la metáfora “el estómago es un globo” que menciona Peñalba citado por Francos (2019) en su trabajo, es una técnica que sirve para ayudar a los niños/as a entender mejor el proceso de respiración.

Consiste en que los niños/as comprendan la respiración de manera divertida, se les dice que la tripa es un globo que al llenarlo de aire se infla y al sacar el aire se desinflan, de esta manera los niños/as entienden mejor la respiración.

A continuación, Escribano (2018) menciona algunos de los muchos beneficios que puede aportar la relajación:

- Nos ayuda a superar situaciones de estrés.
- Aumento de la capacidad de concentración y de la memoria.
- Incremento de la habilidad para relajarse.
- Disminuir el estrés muscular y mental.
- Aumento de la capacidad de reflexión.
- Mejora la concentración y el aprendizaje.
- Ayuda a aumentar la confianza en uno mismo.
- Sensación de eliminación de tensiones.
- Permite llegar a un estado de bienestar y tranquilidad.
- Ayuda a mejorar la calidad del sueño.

Es algo realmente interesante, iniciar la práctica de actividades de relajación en el ámbito de educación infantil, ya que, a estas edades los niños y niñas tienen una gran capacidad aprendizaje, si como docentes la utilizamos adecuadamente, nos va a resultar muy fácil introducir a los niños/as en la relajación.

Para llevar a cabo una relajación adecuada nos van a influir muchos aspectos, por ello debemos de tener organizadas las sesiones, el lugar de realización y sobre todo los materiales que vamos a emplear para llevar a cabo la relajación, pero sobre todo lo más importante es la predisposición de los docentes a la hora de llevar a cabo la actividad.

Para concluir Gómez (2013, p.40) recoge algunos aspectos clave para realizar un buen trabajo de la relajación:

- La escasa atención de los niños/as suponen que estas propuestas no deben durar demasiado tiempo.
- Deben llevarse a cabo en un sitio tranquilo y grande, sin excesiva luminosidad ni ruidos que puedan distraer a los niños/as.
- Se recomienda utilizar alfombras o colchonetas.
- La presencia del docente debe ser discreta, dando consignas verbales breves.
- La ropa tiene que ser cómoda.

5.5. ¿Qué es educación artística?

Debemos tener presente que, en la etapa de educación infantil, gracias a la educación los niños/as adquieren unas normas, unos valores, unos conocimientos y unas habilidades. Con una educación a través del arte los niños/as pueden canalizar sus emociones mediante determinadas formas de expresión.

Entendemos como arte, toda forma de expresión de carácter creativo que se puede tener, es decir, el arte se entiende como cualquier actividad realizada con una finalidad, mediante la cual podemos representar nuestros sentimientos, emociones y percepciones, a través de la música, la danza, la pintura, etc.³

Por lo que la educación artística es necesaria para contribuir al desarrollo cultural y social de los niños/as, permitiendo así, que puedan alcanzar un desarrollo integral pleno.

Hoy en día, el concepto con el que más se suele relacionar la educación artística es el de las manualidades. Ya que se tiende a creer que la educación artística consiste solo en pintar y dibujar. Pero no es así, si no que es el método de enseñanza que ayuda a los niños/as a comunicarse y expresarse y gracias a ella los niños/as desarrollan sus capacidades, actitudes, hábitos y comportamientos, potenciando sus habilidades

Hay que destacar sobre todo en estas edades el papel del profesor, debe ser de gran utilidad para los alumnos/as, ofreciéndoles las herramientas adecuadas para que lleguen a desarrollar toda su potencialidad. Acompañándolos en todo momento en su crecimiento y desarrollo, siendo el guía de sus emociones.

5.6. Dripping.

El dripping (del término inglés drip, gotear) es una técnica pictórica que consiste en dejar gotear la pintura sobre el lienzo o cualquier otro soporte, para conseguir formas y manchas que el artista irá creando espontáneamente. Su máximo representante es Jackson Pollock.⁴

Siguiendo con la fuente consultada indicada con la nota al pie de página, la técnica consiste en movimientos libres que realiza el artista derramando pintura sobre el soporte elegido, mediante la utilización de diversos materiales. Los distintos materiales empleados, pueden llegar a ser desde recipientes

³ Información extraída de: <https://concepto.de/arte/>

⁴ Información extraída de: <https://www.ecured.cu/Dripping>
<https://angladearte.wordpress.com/2016/06/15/la-tecnica-del-dripping-documental-jackson-pollock/>

agujereados, las mismas manos o bien a salpicaduras con los pinceles o paletas...ya que cualquier opción es válida.

Como hemos mencionado antes haciendo referencia a la nota de pie de página, la técnica del dripping forma parte del action painting (o pintura de acción). El cual es un movimiento dentro de la pintura abstracta, surgido en el siglo XX, mediante el cual se hace uso del color y la materia para expresar sensaciones como el movimiento, la velocidad y la energía.

5.7. Jackson Pollock.

Paul Jackson Pollock nació el 28 de enero de 1912 y murió el 11 de agosto de 1956. Fue un influyente pintor estadounidense, el máximo representante del action painting.⁵

Siguiendo con la fuente consultada indicada con la nota al pie de página, su carrera profesional se desarrolla principalmente entre la mitad de los años 30 y el año de su fatídica muerte bajo los efectos del alcohol en un accidente de tráfico. Su carrera profesional se encuentra ligada al desarrollo del movimiento del expresionismo abstracto. Aportando un modo de entender y vivir el arte que daría lugar al primer movimiento de vanguardia de origen puramente norteamericano.

Una de las técnicas más famosas y que caracteriza la obra de Jackson Pollock es la técnica de goteo o dripping, así como por el empleo de nuevas herramientas como jeringas, pinceles endurecidos, palos, pinturas, etc. Dicha técnica consiste en colocar el lienzo en el suelo con el fin de poder salpicar la pintura en todas las direcciones. Está técnica puede ser consultada en la referencia que aparece a pie de página.

⁵ Información extraída de <http://arteac.es/jackson-pollock-expresionismo-abstracto/>
<https://www.buscabiografias.com/biografia/verDetalle/108/Jackson%20Pollock>

Una obra fundamental en su trayectoria como bien referencia la nota a pie de página fue “Azul Poros” pintada en 1952. Fue entonces cuando poco a poco Pollock dejaría de nombrar con títulos las obras y comenzaría a enumerarlas con números, según su modo de entender el arte, los números eran neutrales y favorecían que el espectador apreciase la pintura por lo que realmente era.

El arte fue sin duda alguna el modo de expresión a través del cual, Jackson Pollock nos dejó su modo diferente e inigualable de entender la creación artística.

6. DISEÑO DE INTERVENCIÓN.

6.1. Introducción.

Esta propuesta de intervención, denominada “Nos relajamos con el dripping” está elaborada para trabajar la relajación, mediante actividades artísticas, que implican utilizar solamente la técnica del dripping.

Este proyecto se realiza con el fin de poder valorar si dicha intervención es positiva para que los niños/as puedan alcanzar un estado de relajación a través de actividades de expresión plástica. Por ello hemos decidido llevarla a cabo en el aula de segundo de infantil, con niños y niñas de cuatro años.

A continuación, hablamos de cada una de las partes, en las que dividimos esta unidad didáctica, comenzando por la justificación del tema, seguido de la contextualización donde la vamos a llevar a cabo, los objetivos y contenido que queremos alcanzar, la metodología utilizada y el diseño didáctico de dicha unidad, así como la evaluación.

6.2. Justificación.

Hemos decidido llevar a cabo este proyecto porque consideramos que la relajación, es algo muy importante que debemos tener presente en todas las edades, pero en especial en edades tempranas.

Este proyecto es globalizado porque se trabajan las tres áreas de conocimiento de Educación Infantil: conocimiento de sí mismo y autonomía personal, conocimiento del entorno, y lenguaje: comunicación y representación.

Podemos hablar de la relajación como una técnica que busca un reposo lo más eficaz posible. Abozzi nos dice que “cuando nos relajamos establecemos una comunicación con nosotros mismos y restablecemos el equilibrio perdido”. (Citado en Francos, 2015, p.12).

A través de esta intervención queremos lograr que los niños/as alcancen un estado óptimo de relajación, mediante la implementación de actividades de expresión artística.

6.3. Contextualización.

La unidad didáctica la vamos a llevar a cabo en el centro de educación Infantil Sofía Tartilán, es un centro de titularidad pública que consta de dos instalaciones diferenciadas, una para Educación Infantil y otra para Primaria.

El centro está situado en la ciudad de Palencia, en la zona noroeste de la ciudad, en el Barrio de Eras del Bosque/San Juanillo. El centro es de línea tres, es decir con tres líneas por curso en todas las etapas.

El alumnado que asiste a este centro proviene principalmente de la zona de influencia del Colegio, siendo la mayor parte habitantes de nuestra localidad y de pueblos cercanos a la capital palentina. También hay un reducido grupo de alumnos/as descendientes de inmigrantes.

Dicha unidad la vamos a desarrollar en el aula de segundo curso, grupo B, de segundo ciclo de educación infantil, compuesto por 24 alumnos de cuatro años. Dentro del grupo clase hay diversidad de ritmos, la mayoría del alumnado no presenta ninguna dificultad en el aprendizaje, exceptuando dos niños/as diagnosticados con problemas en el lenguaje.

6.4. Características del alumnado.

El aula de 4 años B de Educación Infantil, cuenta con un grupo formado por 24 niños y niñas, de los que 10 son niñas y 14 niños, por lo que hay un “equilibrio” en lo que al género se refiere. Es un grupo bastante dispar en cuanto a su capacidad, intereses y actitudes. Hay dos niños diagnosticados que presentan dificultades en el aprendizaje.

El grupo de 24 alumnos/as que forman la clase es heterogéneo, ya que no todos los niños/as presentan las mismas características, ni habilidades. Cada niño/a tiene un ritmo diferente de aprendizaje, hay niños/as altamente capacitados para realizar las tareas encomendadas, otros niños/as que les pueden costar más, pero podría decirse, que alcanzan los objetivos que se les piden.

En cuanto a las relaciones interpersonales dentro del aula, en general, son buenas, no suelen tener conflictos fuera de la etapa egocéntrica en la que se encuentran. Cabe destacar algunos hábitos y normas de aula que tienen adquiridas:

- Muestran el trabajo a la profesora una vez realizado.
- Cuando es el momento de recoger, cada niño/a recoge el material que está utilizando, colocando cada cosa en su lugar.
- Respeto por los profesores y los compañeros/as.
- Juegos responsables en el aula.
- No jugar hasta que no se ha finalizado la tarea.
- No coger los materiales de otros niños/as a no ser que se los presten.
- Jugar colectivamente.

6.5. Objetivos.

Los objetivos generales de etapa y los objetivos de área, han sido sacados del Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

❖ **Objetivos Generales de Etapa:**

- Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.
- Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.
- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.

❖ **Objetivos de Área:**

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

- Realizar, con progresiva autonomía, actividades cotidianas y desarrollar estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.
- Mostrar interés hacia las diferentes actividades escolares y actuar con atención y responsabilidad, experimentando satisfacción ante las tareas bien hechas.
- Tener la capacidad de iniciativa y planificación en distintas situaciones de juego, comunicación y actividad. Participar en juegos colectivos respetando las reglas establecidas y valorar el juego como medio de relación social y recurso de ocio y tiempo libre.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, actuar con confianza y seguridad, y desarrollar actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración.

Conocimiento del entorno.

- Observar y explorar de forma activa su entorno y mostrar interés por situaciones y hechos significativos, identificando sus consecuencias.

- Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, ajustar su conducta a las diferentes situaciones y resolver de manera pacífica situaciones de conflicto.
- Actuar con tolerancia y respeto ante las diferencias personales y la diversidad social y cultural, y valorar positivamente esas diferencias.

Lenguajes: Comunicación y representación.

- Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.
- Acercarse al conocimiento de obras artísticas expresadas en distintos lenguajes, realizar actividades de representación y expresión artística mediante el empleo creativo de diversas técnicas, y explicar verbalmente la obra realizada.
- Demostrar con confianza sus posibilidades de expresión artística y corporal.

❖ **Objetivo General:**

- Fomentar en los niños/as la aplicación del dripping a través de diferentes actividades artísticas, en distintos momentos de la jornada escolar, para que los niños/as puedan alcanzar un grado óptimo de relajación.

❖ **Objetivos Específicos:**

- Favorecer la relajación en los niños/as mediante diferentes actividades artísticas.
- Potenciar la escucha activa en los niños/as.
- Utilizar el dripping como método para llegar a la relajación.
- Fomentar en los niños/as un estado de relajación en diferentes momentos de la jornada escolar.
- Valorar de forma positiva del dripping como un medio de comunicación más.

6.6. Contenidos.

Los contenidos de área han sido sacados del Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

❖ **Contenidos de área:**

Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

- Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones propias.
- Valoración adecuada de sus posibilidades para resolver distintas situaciones y solicitud de ayuda cuando reconoce sus limitaciones.
- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Dominio sucesivo del tono muscular, el equilibrio y la respiración para que pueda descubrir sus posibilidades motrices.
- Destrezas manipulativas y disfrute en las tareas que requieren dichas habilidades.
- Gusto y participación en las diferentes actividades lúdicas y en los juegos de carácter simbólico.
- Comprensión, aceptación y aplicación de las reglas para jugar.
- Valorar la importancia del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.
- Valoración del trabajo bien hecho de uno mismo y de los demás.
- Acciones y situaciones que favorecen la salud y generan el bienestar propio y el de los demás.

Conocimiento del entorno.

- Actitudes de cuidado, higiene y orden en el manejo de los objetos.
- Iniciativa, responsabilidad y colaboración en la realización de sencillas tareas de casa y de la escuela.

- Regulación de la propia conducta en actividades y situaciones que implican relaciones en grupo.

Lenguajes: Comunicación y representación.

- Curiosidad y respeto por las explicaciones e informaciones que recibe de forma oral.
- Utilización apropiada de producciones de vídeos, películas y juegos audiovisuales que ayuden a la adquisición de contenidos educativos. Valoración crítica de sus contenidos y de su estética.
- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías. Iniciativa y satisfacción en las producciones propias e interés por comunicar proyectos, procedimientos y resultados en sus obras plásticas
- Exploración y utilización creativa de técnicas, materiales y útiles para la expresión plástica. Experimentación de algunos elementos que configuran el lenguaje plástico (línea, forma, color, textura, espacio) para descubrir nuevas posibilidades plásticas.
- Percepción de los colores primarios y complementarios. Gama de colores. Experimentación y curiosidad por la mezcla de colores para realizar producciones creativas.
- Participación en realizaciones colectivas. Interés y consideración por las elaboraciones plásticas propias y de los demás.
- Respeto y cuidado en el uso de materiales y útiles.
- Observación de algunas obras de arte relevantes y conocidas de artistas famosos.
- Utilización del cuerpo en actividades de respiración, equilibrio y relajación. Posibilidades motrices del propio cuerpo con relación al espacio y al tiempo

❖ **Contenidos Conceptuales:**

- La relajación.
- El dripping.

❖ **Contenidos Procedimentales:**

- Utilización del dripping como método para llegar a la relajación.
- Fomentación en los niños/as de un estado de relajación en diferentes momentos de la jornada escolar
- Potenciación de la escucha activa en los niños/as.
- Favorecimiento de la relajación en los niños/as mediante diferentes actividades artísticas.

❖ **Contenidos Actitudinales:**

- Valoración positiva del dripping como un medio de comunicación.
- Valoración respetuosa tanto de las obras propias como las de los demás.
- Adquisición del control de las emociones a través de la técnica del dripping.

6.7. Metodología.

En esta unidad didáctica vamos a trabajar las **tres áreas del conocimiento** que son:

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.
- Conocimiento del entorno.
- Lenguajes: Comunicación y representación.

Para realizar esta unidad didáctica me he centrado en realizar las actividades en gran grupo, colocándonos por grupos para poder realizar las actividades y trabajar todos juntos, de esta manera todos ven qué están haciendo el resto de los compañeros/as. Dado que hacer actividades en grupo es beneficioso para los niños/as porque les hace darse cuenta de que no todos son iguales, ni piensan de igual manera. Al no relacionarse con sus amigos de siempre y tener un objetivo común, hay un intercambio de experiencias y aprenden rápidamente. Pero también debemos estar atentos para que se involucren todos los niños/as.

La metodología que he planteado para este proyecto es la metodología por rincones, dado que es la que trabaja la tutora en el aula. Como dice el pedagogo y psicólogo Zabalza, (2010) y la nota que viene referenciada al pie de página, las principales funciones que desarrollamos al trabajar rutinas y hábitos en el entorno infantil serían:⁶

- Ofrecer un marco de referencia. Una vez que se ha aprendido la correspondiente rutina, el niño/a es capaz de concentrarse en lo que está haciendo.
- Generar seguridad, dado que se trata de una actividad conocida por quien la realiza.
- Actuar como indicador temporal, aporta una percepción sensorial de los distintos momentos en los que debe efectuarse la actividad permitiendo saber qué es lo que hay que hacer antes y después.
- Potenciar procesos de captación cognitiva, referida a las distintas estructuras que presentan las diferentes actividades a realizar.
- Desarrollar virtualidades cognitivas y afectivas a nivel metodológico con motivo de las posibilidades de aprendizaje posterior que tendrán los niños/as respecto a la adquisición de estrategias de planificación y organización de los aprendizajes.

6.8. Atención a la diversidad.

La atención a la diversidad tiene que estar siempre presente a la hora de realizar todas las actividades, ya que cada alumno/a tiene unas necesidades diferentes y no todos aprenden de la misma manera.

En el aula nos podemos encontrar con una gran diversidad de alumnos/as en lo referente al aprendizaje, a las necesidades, etc. por lo que el profesor/a debe tener especial atención a esas diferencias, para que todos los niños/as puedan alcanzar los objetivos propuestos.

⁶ Información extraída de: <http://www.familias.apoclam.org/el-sistema-educativo-espanol/educacion-infantil/aprendizaje-de-rutinas-y-habitos.html>

En este caso las actividades van a ser las mismas para todos, dado que las vamos a realizar en gran grupo y todos van a estar observados durante la realización de estas.

Dichas actividades van a ser inclusivas, es decir, respetando las características y habilidades del alumnado, para que todos puedan realizarlas y no tengan ningún problema a la hora de llevarlas a cabo.

Como medida ordinaria, para atender a los alumnos/as con dificultades en el aprendizaje, vamos a tener especial cuidado a la hora de distribuirlos en los grupos, pero sobre todo vamos a estar pendientes por si necesitan una atención individualizada.

6.9. Temporalización.

Dicha propuesta consta de cinco sesiones, repartidas a lo largo de una semana del mes de mayo, cada sesión tendrá una duración de 20 minutos aproximadamente, llevándose a cabo durante el último trimestre del curso y en diferentes momentos de la jornada escolar.

Para la realización de estas sesiones, hemos decidido llevar cada actividad en un horario diferente cada día. La división es la siguiente:

❖ Sesión 1: 9:15 h

- Actividad Dripping: "Por goteo".

❖ Sesión 2: 11:15 h

- Actividad Dripping: "Plas".

❖ Sesión 3: 13:30 h

- Actividad Dripping: "¡Tocamos!".

❖ Sesión 4: 12:15 h

- Actividad Dripping: "¿Qué vemos?".

❖ Sesión 5: 9:45 h

- Actividad Dripping: "A lo loco".

Tabla 1.

Horario de las sesiones.

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

6.10. Actividades.

Antes de comenzar las actividades, dedicamos unos minutos para hacerles una pequeña introducción, lo primero que vamos a hacer es una lluvia de ideas, preguntándoles ¿Qué es para ellos la relajación?, ¿Si han hecho relajación alguna vez?, ¿Si han odio hablar del dripping?, ¿Qué es la pintura por goteo?, etc.

Una vez respondidas estás cuestiones, visualizamos dos obras de Jackson Pollock y proyectamos un vídeo para que puedan visualizar lo que vamos a llevar a la práctica. El vídeo que vamos a proyectar se localiza en YouTube y lo hemos recuperado de la página https://www.youtube.com/watch?v=GP1_VnZHVks.



Imágenes 1 y 2: Obras de Jackson Pollock. Fuente Internet.

Antes de iniciar las actividades, les recalcamos que todos podemos participar en las actividades y que vamos a poder hacerlas todos, nadie se va a quedar sin realizarlas y sobre todo que las actividades se van a hacer de manera calmada, sin gritos, sin carreras, sin empujar a los compañeros/as, etc.

Antes de comenzar cada actividad vamos a llevar a cabo una actividad introductoria, que explicaremos a continuación en la actividad n°1.

Sesión 1: “Por goteo”.
Materiales: cartones, tarros con tempera, pinceles, esterillas.
Temporalización: 20 minutos.
Espacio: Sala de psicomotricidad / Patio.
Descripción: Los niños/as cuando entran en el aula, se encuentran con esterillas en una parte de la sala y en la otra el suelo protegido y cuatro cartones grandes, alrededor de los cuales hay seis tarros con tempera y sus correspondientes pinceles. Para comenzar la sesión con los niños/as, hacemos una actividad introductoria de respiración, para que se centren antes de comenzar. Al entrar los niños/as se tumban en las esterillas, cuando están colocados boca arriba y con los ojos cerrados, comenzamos a darles indicaciones. Les decimos que imaginen que su tripa es un globo desinflado y vamos a jugar a inflarlo y desinflarlo. Poniendo las manos sobre la tripa, cogemos aire por la nariz, sintiendo como se infla “el globo” y expulsamos el aire por la boca, notando como “el globo” se desinfla volviendo a ser un globo desinflado. Lo repetimos varias veces antes de comenzar la actividad principal. (Véase Anexo 1)

Divididos a los niños/as en cuatro grupos de seis, cada grupo estará situado en su correspondiente cartón, cuando están todos colocados, les introducimos la actividad que vamos a llevar a cabo, se les explica lo que tienen que hacer en esta ocasión, es decir, deben gotear la pintura sobre el cartón que hay en el suelo, pudiendo mover el pincel por el aire de la manera en que se quiera, pero siempre teniendo en cuenta que hay compañeros/as a nuestro alrededor y no podemos molestarnos unos con otros, también les decimos que pueden coger cada uno un color y luego intercambiarlo con otro compañero/a.

Para dar por finalizada la sesión, todos juntos nos sentamos para observar las obras que acabamos de realizar y llevar a cabo la evaluación de la actividad.



Imagen 3. Por goteo. Fuente propia.

Sesión 2: “Plas”.

Materiales: cartones, globos con pintura dentro, caja grande, punzones, esterillas.

Temporalización: 20 minutos.

Espacio: Sala de psicomotricidad / Patio.

Descripción:

Antes de comenzar esta actividad la profesora previamente habrá hinchado los globos con pintura dentro. En esta ocasión los niños/as van a salir de cuatro en cuatro a realizar la actividad, mientras el resto de sus compañeros/as esperan sentados observando como lo hacen.

Comenzamos con la actividad introductoria, después van saliendo los niños/as de cuatro en cuatro, cogen un globo de la caja grande y un punzón y se colocan encima de los cartones con los brazos extendidos y cuando se les dice todos a la vez explotan el globo, derramando la pintura por el cartón, así sucesivamente van saliendo todos los niños/as a realizar la actividad, los niños/as que están sentados observando como lo hacen sus compañeros/as, van diciendo los colores que salen de cada globo, y el color que sale cuando se mezclan en el cartón. (Véase anexo 2).

Para dar por finalizada la sesión, todos juntos nos sentamos para observar las obras que acabamos de realizar y llevar a cabo la evaluación de la actividad.



Imagen 4. Plas. Fuente propia.

Sesión 3: “! Tocamos ¡”.

Materiales: cartulinas, tarros con tempera, pinceles, cajas de plástico, gomas, esterillas.

Temporalización: 20 minutos.

Espacio: Sala de psicomotricidad / Patio.

Descripción:

Comenzamos con la actividad introductoria al igual que en las demás sesiones. Divididos a los niños/as en cuatro grupos de seis, cada grupo tendrá a su disposición una caja de plástico con gomas y dentro de la caja una cartulina blanca, cuando estén todos colocados, les introducimos la actividad que vamos a llevar a cabo.

Les explicamos lo que deben hacer, en esta actividad tienen que pintar con el pincel las gomas colocadas en la caja y con los dedos o las manos dar golpecitos a las gomas, para que la pintura gotee en la cartulina que hay debajo. Cada grupo tiene diferentes botes de pintura, y pueden pintar las gomas tantas veces quieran, se pueden golpear las gomas con un dedo, con varios o todas las gomas a la vez, eso ya es como ellos/as prefieran. Siempre teniendo en cuenta que estamos trabajando con otros compañeros/as y tenemos que compartir. (Véase anexo 3).

Para dar por finalizada la sesión, todos juntos nos sentamos para observar las obras que acabamos de realizar y llevar a cabo la evaluación de la actividad.



Imagen 5. Tocamos. Fuente propia.

Sesión 4: “¿Qué vemos?”.

Materiales: Pomperos, temperas, jeringuillas, botes vacíos de espráis, cordones, cartones, esterillas, cartulina.

Temporalización: 20 minutos.

Espacio: Sala de psicomotricidad / Patio.

Descripción:

Comenzamos con la actividad introductoria y dividimos a los niños/as en cuatro grupos como en las anteriores sesiones. Les explicamos a los niños/as que todos vamos a rotar por las distintas actividades, el momento de cambiar siempre lo decide la profesora. Antes de comenzar con dichas actividades, lo que hacemos es explicarlas una por una.

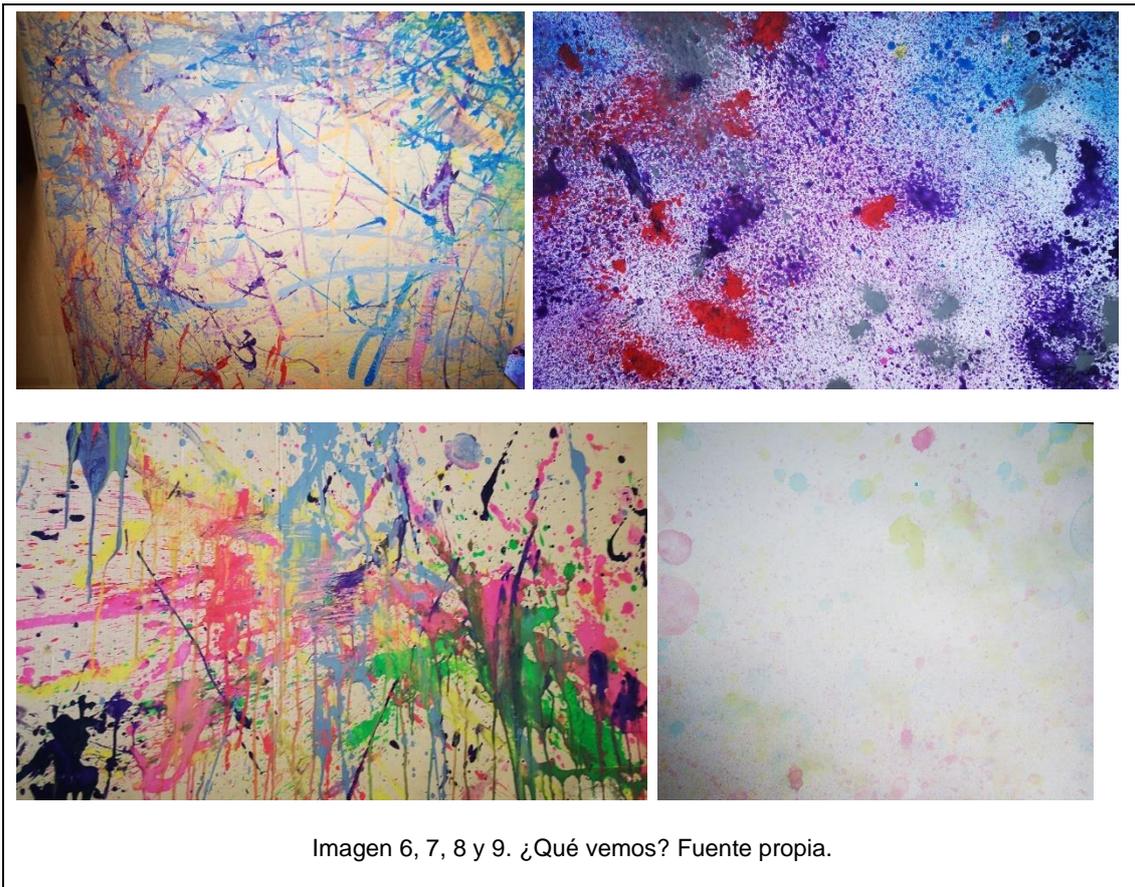
Comenzamos explicando la actividad de las jeringuillas, tenemos diferentes tarros con tempera de colores y sus respectivas jeringuillas, lo que tienen que hacer es cargar la jeringuilla con tempera y disparar al cartón con las jeringuillas, pueden cambiar con los compañeros/as el color de las temperas.

En otra de las actividades nos encontramos con una cartulina blanca en el suelo y diferentes sprais con temperas de colores, lo que tienen que hacer es disparar con los sprais en la cartulina desde diferentes lados y alturas.

La siguiente actividad nos encontramos con una cartulina blanca y pomperos con temperas de diferentes colores, lo que tienen que hacer son pompas y sin explotarlas dejar que caigan en la cartulina para que quede el color al explotar las pompas, al igual que en las otras actividades pueden cambiar con sus compañeros/as los colores. (Véase anexo 4).

En la última actividad nos encontramos un cartón y tarros de tempera con unos cordones, aquí lo que tienen que hacer es untar los cordones con tempera y deslizarlos por el cartón de la manera en que ellos quieran, haciendo un camino, dando golpecitos, cada uno puede hacerlo de la manera que prefiera.

Para dar por finalizada la sesión, todos juntos nos sentamos para observar las obras que acabamos de realizar y llevar a cabo la evaluación de la actividad.



Sesión 5: “A lo loco”.

Materiales: cartones, botellas con tempera, cuerda, esterillas.

Temporalización: 20 minutos.

Espacio: Sala de psicomotricidad / Patio.

Descripción:

Comenzamos con la actividad introductoria, después dividimos a los niños/as en parejas, las cuales van a estar colocadas alrededor de los cartones.

Esta actividad consiste en que por parejas los niños/as goteen la pintura moviendo botellas. Es decir, cada pareja va a tener una botella con pintura dentro y por supuesto unos agujeros en la parte de abajo.

Uno de los niños/as de la pareja va a comenzar agarrando la botella por la cuerda, mientras que el otro compañero/a va a hacer girar la botella de un lado para otro, los niños/as siempre se van a ir intercambiando las posiciones. (Véase anexo 5).

Para dar por finalizada la sesión, todos juntos nos sentamos para observar las obras que acabamos de realizar y llevar a cabo la evaluación de la actividad.



Imagen 10. A lo loco. Fuente propia.

Para finalizar la semana de actividades les dejamos a los niños/as que dibujen la actividad que más les ha gustado o una de las que más les haya gustado. (Véase anexo 6).

6.11. Recursos.

- **Humanos:** los 24 niños/as del grupo, maestra y la persona que planifica y desarrolla la actividad.
- **Materiales:** fotos, vídeo, ordenador, cartones, tarros con tempera, pinceles, esterillas, cartulinas, cajas de plástico, gomas, botellas con tempera, cuerda, pomperos, jeringuillas, cordones.
- **Espaciales:** Sala de psicomotricidad o patio (dependerá del tiempo).

6.12. Evaluación.

La técnica de evaluación que utilizamos es la observación sistemática y directa, así como el registro anecdótico y la escala de estimación no solo para los niños/as sino también para el profesor.

A lo largo de la unidad vamos a llevar a cabo tres evaluaciones:

- **Inicial:** tanto al comienzo de la unidad para ver los conocimientos previos de los alumnos/as antes de empezar. Así como en cada una de las sesiones para ver con que estado de ánimo entran los niños/as o en qué situación se encuentran en el momento de comenzar la sesión.
- **Continua:** se va a desarrollar a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Vamos a realizar una rúbrica de evaluación, para que cada alumno/a cuando termine la actividad pueda responder a unas cuestiones acerca de cómo se ha sentido durante la realización de la sesión.
Al igual que el docente va a realizar una evaluación por cada sesión del estado de la clase en general, durante la puesta en práctica de las actividades.
- **Final:** se tendrá en cuenta si los objetivos marcados para esta propuesta didáctica han sido alcanzados, así como el proceso de enseñanza-aprendizaje (para mejorar la práctica educativa) y la propia unidad didáctica (si ha sido adecuada, el grado de interés mostrado...). Así como también el estado con el que los niños/as terminan cada sesión.

❖ **Tabla 2.**

- *Evaluación del grupo-clase en cada sesión.*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.			
Grado de implicación.			
Grado de atención a las indicaciones.			
Motivación por la actividad.			
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.			
Grado de relajación.			
Grado de implicación.			
OBSERVACIONES.			

❖ **Tabla 3.**

- *Evaluación para el alumnado al final de cada actividad.*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Mucho 	Poco 	Nada 
Te ha gustado la actividad.			
Te has relajado.			
Has estado tranquilo.			
Volverías a hacer la actividad.			
OBSERVACIONES.			

❖ **Tabla 4.**

○ **Evaluación para el alumnado al final de las sesiones.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Mucho 	Poco 	Nada 
Te han gustado las actividades.			
Te has relajado.			
Volverías a hacer las actividades.			
Dibuja la actividad que más te ha gustado.			

❖ **Tabla 5.**

○ **Evaluación del docente.**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
Grado de implicación del docente.					
Relación entre el docente y los alumnos/as.					
Las actividades son las apropiadas.					
Se han adaptado las actividades en función de las necesidades de los alumnos/as.					
Favorece la autonomía en los alumnos/as.					
Se han tenido en cuenta los conocimientos previos de los alumnos/as.					

Se ha propiciado la participación de los niños/as en el proceso de enseñanza-aprendizaje.					
Los materiales han sido adecuados.					
Se ha facilitado el intercambio de información y la ayuda entre los niños/as.					
Los tiempos han sido los correctos.					
OBSERVACIONES.					

❖ **Tabla 6**

○ ***Evaluación del alumnado.***

La evaluación será continua, a través de la observación directa de cada niño/a, en cada sesión. Al finalizar la unidad didáctica, llevaremos a cabo una rúbrica de evaluación, de cada alumno/a.

Nombre de la unidad didáctica:			
Fecha:		Curso y grupo:	
Nombre del alumno/a:			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Conseguido	En proceso	No conseguido
Realizar una respiración pausada.			
Está atento a lo que la profesora indica.			
Posee un estado de relajación.			
Interviene en todas las actividades de forma activa.			
Ayuda a sus compañeros/as.			
Participa de manera relajada en las actividades.			

Utiliza correctamente la técnica del dripping.			
Pide ayuda cuando lo necesita.			
OBSERVACIONES.			

❖ **Tabla 7.**

○ ***Evaluación de la tutora de aula.***

Nombre de la unidad didáctica:					
Fecha:					
Valorar con 1 si está totalmente en desacuerdo / 5 totalmente de acuerdo					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.					
La explicación de la actividad es clara.					
La actividad es apropiada.					
Los niños/as se han relajado.					
Se fomenta la participación de los alumnos/as.					
Los materiales han sido adecuados.					
El tiempo ha sido el correcto.					
OBSERVACIONES.					

7. APLICACIÓN PRÁCTICA.

Antes de comenzar la práctica los niños/as estaban expectantes e intranquilos, porque todos querían saber que íbamos a hacer. La propuesta comenzó con una lluvia de ideas acerca de la relajación y el dripping, llamándonos mucho la atención que para algunos la relajación consistía en tumbarse y no hacer nada; Otros decían que sus papas se relajaban leyendo, esto dio pie a poder hablar sobre las diferentes formas en las que cada persona se relaja, nos podemos relajar leyendo, caminando, escuchando música, pintando, etc.

Durante el visionado del vídeo algunos niños/as decían que era feo lo que estaban pintando, debido a que ellos están acostumbrados a ver imágenes con formas y colores más estructurados, esto denota su privación de creatividad e intención artística. Después de haber visualizado unos minutos del video los niños/as fueron apreciando estas obras quedándose boquiabiertos con estas.

Nada más comenzar la primera sesión, los niños/as decidieron que no íbamos a utilizar las colchonetas, porque todos querían tumbarse encima de los cartones y las sábanas donde íbamos a trabajar, ya que para ellos es algo más llamativo y que se sale de lo común, esto fue decisión suya y sin ninguna directriz por parte nuestra.

La hora en la que llevamos a cabo esta sesión, era nada más entrar en el colegio, los niños/as estaban activos y dispuestos para hacer la actividad. Se comenzó introduciendo a los niños/as con la respiración, todos realizaron esta tarea de manera calmada y en silencio. Una vez colocados alrededor de los cartones, comenzaron a pintar de manera tranquila, se movían por estos e intercambiaban con sus compañeros/as los colores; cuando llegó la hora de finalizar la actividad ninguno quería ya que habían estado concentrados llevando a cabo su obra. Terminada la sesión todos juntos visualizamos nuestras obras y los niños/as intercambiaron impresiones sobre ellas, haciendo exclamaciones como: ¡qué bonita!, ¡me gustan esos colores!, etc.

La segunda sesión la realizamos en el patio, la hora no era la más adecuada, dado que era antes de salir al recreo y los niños/as estaban un poco alterados y nerviosos. La actividad introductoria les costó llevarla a cabo de forma tranquila.

Al comenzar con la actividad principal, los niños/as estaban todos sentados y cuatro de sus compañeros/as salían a realizarla, por lo tanto, los demás debían permanecer atentos, pero esto no se dio ya que no prestaban mucha atención y estaban distraídos ante lo que hacían sus compañeros/as.

En la tercera sesión los niños/as estaban muy alterados, dado que se llevó a cabo a la última hora de la mañana, antes de irse a casa. Hemos llegado a la conclusión que el motivo por el que estaban tan alterados, era debido al cansancio acumulado a lo largo de toda la mañana, por lo cual su atención y percepción ante la actividad disminuía, creando una baja atención e implicación en esta por parte de los niños/as. Una vez que comenzamos con la actividad nos dimos cuenta de que para ellos/as fue bueno, ya que se calmaron y empezaron a relajarse. En conclusión, a pesar de su cansancio físico y mental, los niños/as fueron capaces de realizar la actividad de manera concentrada y en silencio, llegando a concluirla favorablemente y consiguiendo los objetivos marcados para ella.

En la cuarta sesión los niños/as sin apenas indicaciones comenzaron a realizar la actividad introductoria, ya que estos empezaban a realizar ellos solos la rutina. Seguido les repartimos en cuatro grupos y en cada uno de ellos se realizó una actividad diferente, los niños/as a lo largo de todas las actividades se mostraron participes y concentrados en todo lo que estaban haciendo. A la hora de rotar de actividad debido a que estaban en grupo, lo han hecho con calma y en silencio, esto ha permitido que puedan disfrutar al máximo de cada actividad, para ello solo nos ha hecho falta ver sus caras al observar su expresión de felicidad, según estos iban dando forma a sus obras.

En la última sesión, todos esperaban ansiosos la actividad que se iba a realizar, previamente antes de comenzar con dicha actividad los niños/as realizaron ellos solos sin indicación alguna la sesión introductoria de respiración llevada a cabo a lo largo de todas las sesiones anteriores, siendo ellos participes y guías de las pautas para realizar correctamente la respiración.

Para comenzar la actividad repartimos en grupos de seis a los niños/as, entregando una botella por pareja llena de pintura. Estos estaban expectantes ya que no sabían lo que se iba realizar con dicho objeto. Se comenzó haciendo

pequeños agujeros en las botellas y al instante supieron que tenían que hacerlas girar sobre los cartones, para así quedar impregnada en ellos la pintura.

Según se iba realizando la actividad los niños/as fueron observando como los colores de cada una de las botellas se mezclaban a medida que sus compañeros/as las hacían girar. A medida que se desarrollaba la actividad, algunos comenzaron a girar las botellas con más fuerza y esto dio lugar a que mancharan de pintura a los niños/as de su alrededor: Fueron sus propios compañeros/as los que corrigieron esta acción indicándoles como tenían que hacerlo sin necesidad de la intervención por parte de la profesora. Es digno de ver como desde bien pequeños, los niños/as son capaces de corregir las acciones de otros compañeros/as, cuando la actividad no está siendo llevada a cabo correctamente según las pautas de la profesora.

Al concluir la intervención didáctica se expuso en el aula todas las obras realizadas por los niños/as, el fin de esta acción era que estos fueran conscientes que a través de la expresión artística pueden llegar a relajarse y además crear obras fáciles y atractivas para ellos.

También pudieron observar que han llevado a cabo la técnica del dripping como el verdadero artista Jackson Pollock sin darse cuenta y sin intención alguna, para ellos como ejemplo de esto, son las sábanas que se pusieron para cubrir el suelo, visualizando que estas tenían las mismas gotas que una obra de dripping.



Imagen 11. Visualizando nuestras obras. Elaboración propia.



Imagen 12. Dripping involuntario. Elaboración propia.

En general todas las actividades han tenido un alto grado de implicación por parte de los niños/as, han disfrutado mucho y sobre todo se han relajado que era nuestro principal objetivo en esta intervención.

Al realizar la evaluación final con todos ellos/as, nos han sorprendido ya que la actividad que más les ha gustado es la de explotar los globos. Bajo nuestro punto de vista era la actividad en la que menos centrados habían estado, pero por lo visto es en la que ellos/as más han disfrutado.

Nos ha parecido muy llamativo haberlo realizado en diferentes momentos de la jornada escolar, dado que de esta manera también podíamos ver el estado en el que los niños/as se encontraban, dependiendo del momento del día estaban más predispuestos o menos para realizar las actividades. Con ello nos hemos dado cuenta de que las horas en las que los niños/as estaban más dispuestos para hacer la actividad y escuchar las indicaciones era a primera hora y justo después del recreo, debido a que al principio de la mañana los niños/as están más predispuestos a realizar la actividad y no se encuentran cansados, así como después del recreo han liberado todas las tensiones acumuladas a lo largo de la jornada escolar, produciendo en ellos un estado de calma y serenidad con predisposición hacia la actividad.

8. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Una vez llevada a cabo y aplicada la propuesta de intervención didáctica, desarrollada a través de cinco sesiones, utilizando la técnica del dripping para fomentar la relajación a través de la expresión artística. Hemos sido conscientes de todas las referencias a las que nos hemos remitido a lo largo del documento, ya que hemos podido ver de primera mano como todas estas se cumplían, debido a que los niños/as eran capaces de relajarse a través de técnicas artísticas.

Remitiendo a nuestra pregunta de investigación ¿Favorece la educación artística los procesos de relajación en los niños y niñas de educación infantil? Creemos que, si se ha cumplido esta pregunta que gracias al dripping muchos de los niños/as han sido capaces de adquirir una relajación progresiva y una respiración adecuada, garantizando así un estado de calma y bienestar, potenciando en el niño/a un desarrollo psicosocial pleno. Además, gracias a esta intervención hemos proporcionado a los niños/as una técnica fácil y que está a su alcance para que la puedan utilizar en cualquier momento de su vida.

El tema de la relajación es algo muy difícil y abstracto para trabajar en el aula de infantil, ya que los niños/as no comprenden verdaderamente este término, pero gracias a la técnica de Jackson Pollock se hace más llevadera, cercana y fácil de entender, pero gracias a utilización de técnica del dripping los niños/as no solo entienden que es la relajación, sino que la vivencian con sus propios cuerpos y distintos materiales conocidos y de fácil manejo para ellos.

Después de haber llevado a cabo esta intervención didáctica, hemos encontrado a lo largo de su desarrollo unos puntos fuertes y débiles.

A lo largo de su aplicación algunos de nuestros puntos débiles han sido la incapacidad de coordinación con la profesora para poder realizar más sesiones, ya que este tema no solo debemos de trabajarlo en cinco sesiones, si no que se debería de dar a lo largo de todo el curso escolar, porque gracias a ello se puede ver el avance de los niños/as y como se van adaptando a las diferentes actividades.

También hemos sido conscientes que en la actividad de Plas, que consistía en explotar globos de pintura, al realizarlo de cuatro en cuatro el resto de los niños/as no eran capaces de permanecer sentados prestando atención, por lo consiguiente creemos que esto se podría mejorar realizando la actividad todos juntos teniendo una mayor cantidad de globos preparados, así garantizaremos que los niños/as presten atención y se impliquen más en la actividad, debido a que en estas edades les cuesta mucho respetar el turno y la capacidad de permanecer sentados hasta que puedan participar en la actividad.

Alguno de nuestros puntos fuertes han sido que en la mayoría de las actividades todos los niños/as han sido participes a la vez realizándolas al unisonó, lo que conlleva que los niños/as se centren más en realizar la actividad. En la actividad ¿Qué vemos? podemos destacar que los niños/as se han quedado impresionados porque podían utilizar diferentes materiales para plasmar sus obras, por lo que consideramos que ha sido muy llamativa, ya que ellos solos han podido manipular los diferentes materiales de manera creativa para la realización de las obras.

Remitiendo a nuestra evaluación y a al cumplimiento de nuestros objetivos, entendemos que esta intervención didáctica ha sido llevada a cabo de forma exitosa, ya que todos los niños/as han conseguido relajarse a través de cada una de las actividades llevadas a cabo.

A modo de reflexión fina podemos destacar lo difícil que ha sido entrelazar la realización de las actividades con la teoría aportada en el marco teórico, para que estas fueran sostenibles y tuvieran sentido con el tema tratado a lo largo del documento, como profesionales deberemos de ser conscientes de lo importante que es la relajación y la calma en los niños/as ya que al igual que los adultos lo pasan muy mal cuando están estresados, a los niños/as les genera también ese estado de ansiedad cuando están alterados y gracias a esta propuesta les damos unas técnicas fáciles para que ellos consigan su estado de relajación.

Finalmente podemos afirmar que la expresión artística es una asignatura a través de la cual los niños/as pueden adquirir un estado de bienestar pleno de una forma fácil y sencilla. Y debemos darle la importancia que se merece, ya que todas las asignaturas tienen la misma importancia en el marco escolar y ninguna es más prioritaria sobre otras.



Imagen 13. Frase Judith Hanson Lasarter.

9. BIBLIOGRAFÍA.

Calvo, A. (19 de abril del 2018). Jackson Pollock. Arte Ac Recuperado de <http://arteac.es/jackson-pollock-expresionismo-abstracto/>

Decreto 122/2007 Currículo del segundo ciclo de educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. Boletín Oficial Del Estado de Castilla y León, (N.º 1, 2 de enero, p. 6-16).

Dripping. (2012). EcuRed Recuperado de <https://www.ecured.cu/Dripping>

Entrenamiento autógeno. Wikipedia la enciclopedia libre. Fundación Wikipedia. (7 de noviembre de 2018). Recuperado de https://es.wikipedia.org/wiki/Entrenamiento_aut%C3%B3geno.

Escribano, N. (2018). La relajación en Educación Infantil. Propuestas de intervención para su desarrollo. Uvadoc. Universidad de Valladolid Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/3966/TFG-G338.pdf;jsessionid=1866B0DA2B4A1374AF4B8607A6BAE641?sequence=6>.

Francos, V. (junio de 2015). Técnicas de relajación en el aula: Propuesta teórica para desarrollar el autocontrol. Uvadoc. Universidad de Valladolid Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/13401/1/TFG-O%20528.pdf>.

González, A. (15 de junio de 2016). La técnica del Dripping. [Documental]. Recuperado de <https://angladearte.wordpress.com/2016/06/15/la-tecnica-del-dripping-documental-jackson-pollock/>

Gómez, A. (2013). La relajación en niños: principales métodos de aplicación. Emásf, (Ej. 24), pp.35-43.

Guzmán, M. (19 de enero de 2012). Rutinas y hábitos: aprendizaje fundamental en la Educación Infantil. [La educación es una tarea de tod@s]. Recuperado de <http://www.familias.apoclam.org/el-sistema-educativo-espanol/educacion-infantil/aprendizaje-de-rutinas-y-habitos.html>

Kareaga, A. (1998). Nuevas perspectivas sobre la relajación. Desclée De Brouwer S.A., Editorial.

Martínez, C. (21 de febrero de 2014). Programa para el desarrollo de técnicas de relajación y meditación en la etapa de primaria. Unir. Universidad Internacional de la Rioja Recuperado de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2262/Martinez-Clariana.pdf?sequence=1>.

Méndez, A (2014). Ilustración. Jackson Pollock y sus pinturas abstractas. Recuperado de <https://cultivacultura.jimdo.com/2014/03/26/el-expresionismo-abstracto-de-jackson-pullock/>

Moreno, V & Ramírez, M. (2019). Jackson Pollock. Busca Bibliografías. redacción de buscabiografias.com Recuperado de <https://www.buscabiografias.com/biografia/verDetalle/108/Jackson%20Pollock>

Olmos, D. (2017 Julio 23). Técnica de Dripping. [Video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=GP1_VnZHVks

Pérez, E. (febrero de 2019). Relajación a través de la música y el juego: Proyecto pedagógico en el aula de educación infantil. Uvadoc. Universidad de Valladolid Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/34900/TFG-L2293.pdf;jsessionid=F2E0C4B4EDFF932F028A9368DC92E652?sequence=1>.

Raffino, M. (5 de febrero de 2019). Concepto de arte. Concepto.de. Recuperado de <https://concepto.de/arte/>

Relajación muscular progresiva de Jacobson. Wikipedia la enciclopedia libre. Fundación Wikipedia (29 de abril de 2019). Recuperado de https://es.wikipedia.org/wiki/Relajaci%C3%B3n_muscular_progresiva_de_Jacobson.

Sancho, J (2015). Convergence de Jackson Pollock 1952. Ilustración. Recuperado de <https://sancho70art.wordpress.com/2015/08/23/convergence-jackson-pollock-1952/>

10. ANEXOS.

- Anexo 1.



Imagen 14. Somos globos. Elaboración propia.



Imagen 15. Respiramos. Elaboración propia.

- Anexo 2.



Imagen 16 y 17. Explotamos. Elaboración propia.

- Anexo 3.



Imagen 18. ¿Qué tocamos? Elaboración propia.

- Anexo 4.



Imagen 19, 20, 21 y 22. Observamos atentos que sale. Elaboración propia.

- Anexo 5.



Imagen 23, 24 y 25. ¿Qué colores salen? Elaboración propia.

- Anexo 6.



Imagen 26. Nos gusta la actividad. Elaboración propia.

- Anexo 7.

o **Tabla 8. Evaluación propia.**

Nombre de la unidad didáctica: “Por goteo” .			
Hora: 9:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.		X	
Motivación por la actividad.	X		
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de relajación.		X	
Grado de implicación.	X		
<p>OBSERVACIONES. Los niños/as entran con muchas ganas de ver lo que vamos a hacer, entran expectantes, nerviosos e hiperactivos, la verdad es que siguen las instrucciones perfectamente y de manera tranquila. Cuando termina la actividad todos salen muy tranquilos y contentos, pero sobre todo con ganas de que llegue la siguiente actividad.</p>			
Nombre de la unidad didáctica: “Plas” .			
Hora: 11:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.			X
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.		X	
Motivación por la actividad.	X		

Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de relajación.			X
Grado de implicación.		X	
<p>OBSERVACIONES. Los niños están bastante intranquilos por ver la actividad que nos toca realizar, han estado muy alborotados, creo que la consecuencia es que al solo salir los niños/as de cuatro en cuatro, los que están esperando están intranquilos, hablando y moviéndose.</p>			
<p>Nombre de la unidad didáctica: “¡Tocamos!”.</p> <p>Hora: 13:30 h.</p>			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de implicación.			X
Grado de atención a las indicaciones.			X
Motivación por la actividad.		X	
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.			X
Grado de relajación.	X		
Grado de implicación.	X		
<p>OBSERVACIONES. En esta actividad me han sorprendido gratamente, antes de comenzar la actividad estaban imparables, no atendían, en el momento que hemos comenzado a hacer la actividad todos se han calmado, han dejado de pensar en lo de alrededor y en esta actividad es en la que los niños/as más se han relajado.</p>			

Nombre de la unidad didáctica: “¿Qué vemos?”.			
Hora: 12:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.	X		
Motivación por la actividad.	X		
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.			X
Grado de relajación.	X		
Grado de implicación.	X		
OBSERVACIONES. Esta actividad considero que ha sido la más llamativa para ellos/as, porque han rotado para cambiar de lugar y han estado bastante relajados.			
Nombre de la unidad didáctica: “¡A lo loco!”			
Hora: 9:45 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.		X	
Motivación por la actividad.		X	
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de relajación.		X	
Grado de implicación.	X		

OBSERVACIONES. He observado que algunos niños/as golpeaban a las botellas con gran brusquedad, por lo demás la actividad ha salido perfectamente.

- **Anexo 8.**

o **Tabla 9. Evaluación de la tutora de aula.**

Nombre de la unidad didáctica: “Por goteo” .			
Hora: 9:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.	X		
Motivación por la actividad.	X		
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de relajación.		X	
Grado de implicación.	X		
OBSERVACIONES. Sorprendidos y encantados.			

Nombre de la unidad didáctica: “Plas” .			
Hora: 11:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de implicación.		X	
Grado de atención a las indicaciones.		X	
Motivación por la actividad.	X		
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de relajación.	X		
Grado de implicación.	X		
OBSERVACIONES. Se quedaron con ganas de más.			
Nombre de la unidad didáctica: “¡Tocamos!” .			
Hora: 13:30 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.	X		
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.	X		
Motivación por la actividad.	X		

Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de relajación.	X		
Grado de implicación.	X		
OBSERVACIONES. Muy concentrados y disfrutaron mucho de la actividad.			
Nombre de la unidad didáctica: “¿Qué vemos?”.			
Hora: 12:15 h.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo
Antes de comenzar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de implicación.	X		
Grado de atención a las indicaciones.	X		
Motivación por la actividad.	X		
Al terminar la actividad.			
Estado del cuerpo.		X	
Grado de relajación.	X		
Grado de implicación.	X		
OBSERVACIONES. Novedad para ellos jugar con distintos utensilios. Me sorprendió el buen manejo que hicieron de los mismos.			

Nombre de la unidad didáctica: “¡A lo loco!”					
Hora: 9:45 h.					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Alto	Medio	Bajo		
Antes de comenzar la actividad.					
Estado del cuerpo.	X				
Grado de implicación.	X				
Grado de atención a las indicaciones.	X				
Motivación por la actividad.	X				
Al terminar la actividad.					
Estado del cuerpo.	X				
Grado de relajación.	X				
Grado de implicación.	X				
OBSERVACIONES. Disfrutaron muchísimo. Atentos con la mezcla de colores.					
Nombre de la unidad didáctica: “Por goteo”.					
Hora: 9:15 h.					
1 (totalmente en desacuerdo) 2 3 4 5 (totalmente de acuerdo)					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.				X	
La explicación de la actividad es clara.				X	
La actividad es apropiada.				X	
Los niños/as se han relajado.				X	
Se fomenta la participación de los alumnos/as.					X

Los materiales han sido adecuados.					X
El tiempo ha sido el correcto.					X
OBSERVACIONES. Estaban con la ilusión de saber que iba a pasar. Salieron contentos y con ganas de seguir haciendo más actividades.					
Nombre de la unidad didáctica: “Plas” .					
Hora: 11:15 h.					
1 (totalmente en desacuerdo) 2 3 4 5 (totalmente de acuerdo)					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.					
La explicación de la actividad es clara.				X	
La actividad es apropiada.		X			
Los niños/as se han relajado.				X	
Se fomenta la participación de los alumnos/as.			X		
Los materiales han sido adecuados.			X		
El tiempo ha sido el correcto.				X	
OBSERVACIONES. Se necesitan muchos globos para poder disfrutar y sacar partido a la actividad, quizás estar descalzos o con bañador, en un espacio que se puedan manchar sin problema.					
Nombre de la unidad didáctica: “¡Tocamos!” .					
Hora: 13:30 h.					
1 (totalmente en desacuerdo) 2 3 4 5 (totalmente de acuerdo)					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.					X

La explicación de la actividad es clara.					X
La actividad es apropiada.					X
Los niños/as se han relajado.					X
Se fomenta la participación de los alumnos/as.					X
Los materiales han sido adecuados.					X
El tiempo ha sido el correcto.					X
OBSERVACIONES. Es el día que más relajados han salido de la actividad, aunque comenzaron la actividad eufóricos e inquietos.					
Nombre de la unidad didáctica: “¿Qué vemos?”.					
Hora: 12:15 h.					
1 (totalmente en desacuerdo) 2 3 4 5 (totalmente de acuerdo)					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.					X
La explicación de la actividad es clara.					X
La actividad es apropiada.					X
Los niños/as se han relajado.					X
Se fomenta la participación de los alumnos/as.					X
Los materiales han sido adecuados.					X
El tiempo ha sido el correcto.					X
OBSERVACIONES. Los cambios de sitio y material favorecieron la actividad. Muy motivados y experimentando sin parar.					

Nombre de la unidad didáctica: “¡A lo loco!”					
Hora: 9:45 h.					
1 (totalmente en desacuerdo) 2 3 4 5 (totalmente de acuerdo)					
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3	4	5
La clase está bien preparada.					X
La explicación de la actividad es clara.					X
La actividad es apropiada.					X
Los niños/as se han relajado.					X
Se fomenta la participación de los alumnos/as.					X
Los materiales han sido adecuados.					X
El tiempo ha sido el correcto.					X
OBSERVACIONES.					
Motivadora. Querían más.					

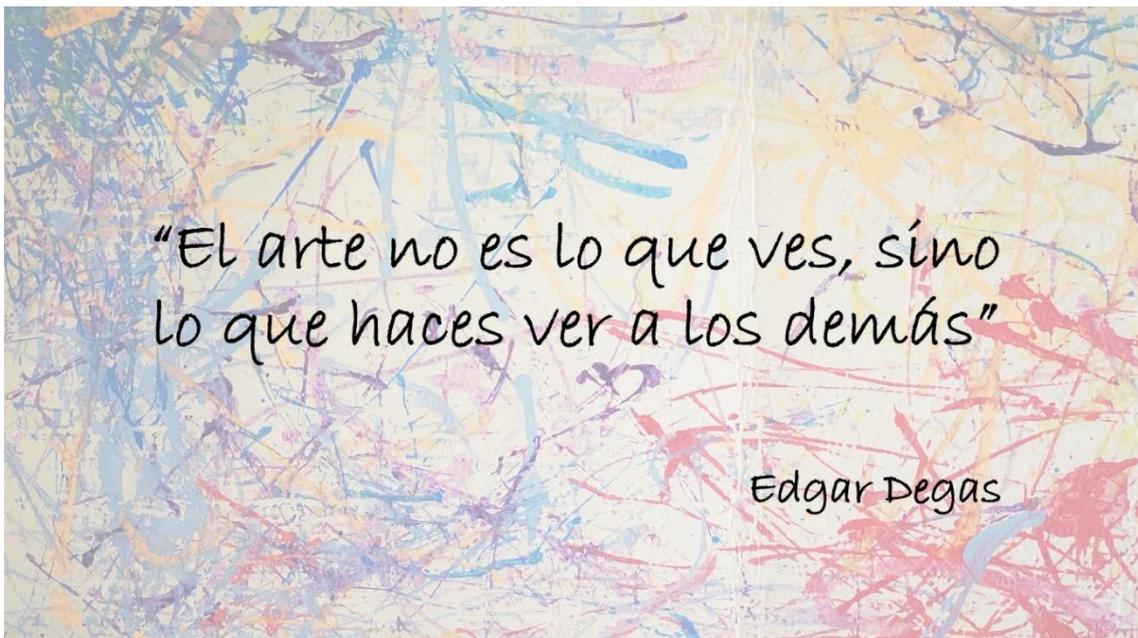


Imagen 27. Frase de Edgar Degas.