

Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

“Uso del Diario Corporal Docente para profundizar en la presencia emocional durante la formación inicial de especialistas de Educación Física.”

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTORA: CLARA FERNÁNDEZ GÚTIEZ

TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ

PALENCIA, 2024

Resumen

El cuerpo es la condición básica de todo ser humano, en él influyen multitud de factores. Como maestros, debemos conocerlo y ser consciente de él. Dentro de estos múltiples factores, este TFG se centra en el ámbito emocional de las diferentes presencias corporales. Para ello, se presenta un proceso de investigación cualitativa de diferentes viñetas con un enfoque biográfico-narrativo. A través de diarios corporales docentes que tratan situaciones relevantes vividas por una futura maestra de Educación Física, se les suma un análisis de texturas emocionales que influyen en cada viñeta. Finalmente se presentará una reflexión consciente del proceso emocional experimentado y las conclusiones extraídas junto con las limitaciones acerca del modelo del Tratamiento Pedagógico de lo Corporal.

Palabras clave

Docencia, emociones, diario corporal docente, corporeidad, autoconocimiento, tratamiento pedagógico de lo corporal.

Abstract

The body is the basic condition of every human being, it is influenced by a multitude of factors. As teachers, we must know it and be aware of it. Among these multiple factors, this TFG focuses on the emotional sphere of the different body presences. To do this, a qualitative research process of different vignettes is presented with a biographical-narrative approach. Through teaching body diaries that are about relevant situations experienced by a future Physical Education teacher and adding an analysis of emotional textures that influence each vignette. Finally, a conscious thought on the emotional process experienced and the conclusions drawn along with the limitations about the model of the Pedagogical Treatment of the Body will be presented.

Key words

Teaching, emotions, teaching body diary, corporeity, self-knowledge, pedagogical treatment of the body.

Índice

0. INTRODUCCIÓN.....	6
1. JUSTIFICACIÓN.....	8
2. OBJETIVOS	10
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	11
3.1 Introducción	11
3.2. Las emociones	11
3.2.1 ¿Qué son?	11
3.2.2. ¿Cómo se producen?.....	13
3.2.3. Funciones	13
3.2.4. Clasificación	14
3.2.5. ¿Las emociones son fijas o evolucionan en desencadenantes emocionales ?.....	15
3.2.6. Sentimientos vs emociones.....	16
3.3. Educación física.....	17
3.4. Docente	17
3.5. Tratamiento Pedagógico de lo Corporal	19
3.5.1. ¿Qué es?	19
3.5.2. La lección.....	20
3.5.3. Ámbito emocional.....	20
4. METODOLOGÍA.....	22
5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA.....	25
1º Viñeta. Mi comienzo...	25
Fase 1.....	25
Fase 2.....	30
2º Viñeta. La línea roja.	31
Fase 1.....	31
Fase 2.....	36
3º Viñeta. La red.....	37
Fase 1.....	37
Nota: elaboración propia	41
Fase 2.....	42
4º Viñeta. Se acerca la despedida...	42
Fase 1.....	42
Fase 2.....	47
6. CONCLUSIONES.....	49
7. BIBLIOGRAFÍA.....	51

8. ANEXOS	55
Anexo 1	55
Anexo 2	60
Anexo 3	65
Anexo 4	69

0. INTRODUCCIÓN

El siguiente trabajo fin de grado presenta una reflexión y posterior propuesta acerca de la respuesta emocional que da el cuerpo de un docente que se basa en la línea teórica del “Tratamiento Pedagógico de lo corporal”. Para ello, se aplica una herramienta para la reflexión corporal docente que lleva por nombre Diario Corporal Docente y con el que se recogen de forma directa las emociones, temática principal de este trabajo.

La idea de tratar este tema y ser consciente de cómo las emociones de un docente y de su involucración dentro de un aula afectan corporalmente a un docente especialista de Educación Física es uno de los motivos de la elaboración de este trabajo.

A esto se le añade mi atracción por ir descubriendo infinidad de posibilidades que ofrecen las emociones entre mi cuerpo y el movimiento presentes en mi día a día y que, gracias a ello, me constituye como persona.

En las siguientes líneas de este apartado, expondré el proceso que he seguido para la elaboración de este trabajo. Para lograr esta propuesta, en primer lugar, se indica una justificación de su realización que va seguida de los objetivos que pretendo conseguir. Para ello, el apartado de fundamentación teórica recogerá autores, conceptos y teorías que facilitarán la concreción de lo que se busca y la comprensión e interpretación de lo que se recoge.

A continuación, se presenta la metodología utilizada en el estudio. Se sitúa en el paradigma cualitativo y, dentro de este, el enfoque biográfico narrativo. Se han elaborado viñetas, que se presentarán en el siguiente apartado, que recogen diferentes situaciones corporales propias de la tarea docente del especialista de Educación Física y sobre las que se reflexiona representando las texturas corporales del ámbito emocional implicadas.

Con respecto al punto seis, las conclusiones del presente trabajo están basadas en la elaboración de este proyecto que parten de los objetivos planteados en un inicio en este TFG. Además, se propondrá una posible línea de estudio de cara a un futuro debido a una limitación presentada en la elaboración de este trabajo.

Posteriormente, se expondrán las fuentes bibliográficas que he tomado como base para la elaboración del presente trabajo. Y para concluir, se exponen de forma gráfica y

visible los anexos, compuestos por las imágenes que pertenecen a las tablas de las cuatro viñetas que se encuentran en la propuesta con su respectiva cronología.

1. JUSTIFICACIÓN

El cuerpo es la condición básica de nuestra presencia en el mundo. Esto viene influido por la idea de que todos los seres humanos tenemos un cuerpo, lo cual, nos constituye como personas. Desde nuestro nacimiento, el cuerpo nos acompaña para el resto de nuestra vida transformándose, adaptándose y conformando una corporeidad influida por la experiencia que se tenga. En ella influyen multitud de factores como son la acción, emociones, percepciones...

De esta deriva, el constructo corpóreo tiene una influencia directa en la educación debido a que el cuerpo es objeto de tratamiento pedagógico. Pese a la importancia de su presencia en el conjunto de la escuela como afirma Marcelino Vaca (2006): "Cada una de las situaciones educativas que tienen lugar en el transcurrir de la jornada supone una presencia corporal" (p.27).

En este trabajo fin de grado me centraré en la materia de Educación Física. En palabras de Vicente (2010) en esta materia el cuerpo es lo permanentemente visible, lo permanentemente actuado, lo continuamente regulado, lo constantemente objetivado.

Esta perspectiva ha ido evolucionando con el tiempo debido a que la idea presente de corporeidad en la actualidad implica una transcendencia entre los dualismos cuerpo-mente y cuerpo-espacio (Fernández-Balboa y Prados, 2014, en Soto y Vargas, 2019). Pero para lograr este hecho es necesario un aprendizaje a través de la propia experiencia corporal mediante la exploración de los sentidos, cualidades, sensaciones físicas, pensamientos y emociones presentes en las diferentes situaciones de aprendizaje que se dan a lo largo de la jornada escolar (Johnson, 2008, en Soto y Vargas, 2019).

Para que ocurra lo anteriormente mencionado, cobra gran importancia la acción docente teniendo una finalidad concreta, crear experiencias corporales para que el alumnado pueda vivir a través de su presencia corporal sus pensamientos, sensaciones físicas y emociones. El último concepto mencionado, centra el trabajo fin de grado que se presenta. Esto es debido a que, desde la corporeidad consciente nos permite comprender el cómo nos sentimos, las emociones que nos precisan en la acción docente y también su forma de gestionarlo en el aula. Cabe destacar su transmisión a momentos no académicos.

¿Pero por qué son tan importantes las emociones? El informe Delors habla de la

importancia que tiene la educación emocional en el desarrollo cognitivo, debido a que la mayor parte de los problemas son derivados de las emociones. (Delors, 1996). Por ello, considero relevante, como futura maestra de Educación Física, conocer las emociones sobre la corporeidad para enfocar la práctica docente en situaciones de aprendizaje en las que se produzcan conflictos, imprevistos... ya que todos los alumnos reaccionan ante diferentes situaciones de diferentes formas.

En el presente Trabajo Fin de Grado se pretende hacer un análisis de la influencia de las emociones en un futuro docente de Educación Física que guarde relación con el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal y cómo la gestión emocional buscando una reflexión de cómo influye este concepto en el transcurso de las diferentes situaciones de aprendizaje que se dan de forma diaria en cualquier clase de Educación Física. Por ello, un recurso para evidenciar estas situaciones serán los relatos que esconden una esencia cultural otorgadora de sentido personal a la vida de las personas, en este caso, a la mía.

2. OBJETIVOS

El presente Trabajo Fin de Grado presenta los siguientes objetivos generales:

- Reflexionar sobre la práctica docente y la búsqueda de mi propio desarrollo profesional y personal a través de las posibilidades que da el Diario Corporal Docente.
- Reconocer mis propias competencias emocionales para favorecer mi futuro docente como maestra de Educación Física.
- Profundizar la relación existente entre el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal y las emociones en una clase de Educación Física teniendo presente como núcleo de estudio el cuerpo del maestro especialista.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1 Introducción

El enfoque de la concepción de la Educación física a lo largo del tiempo ha ido evolucionando. El modelo enfocado a la repetición de ejercicios deportivos para llegar finalmente al perfeccionamiento dejando de lado infinidad de condicionantes que capacitan el desarrollo humano que caracteriza el modelo tradicional ha dejado paso a la construcción del aprendizaje por parte del estudiante, siendo este el protagonista a partir de sus propias experiencias y reflexiones. Pero ¿en qué posición se encuentra el maestro especialista de Educación Física?

Las emociones son la esencia de nuestra vida, son un soporte de aprendizaje que convive en nuestro cuerpo a lo largo de nuestra existencia ayudándonos a adaptarnos a diferentes situaciones, socializar con otras personas y dirigir nuestra conducta hacia un objetivo. Es por ello, que este aspecto es de vital importancia para la toma de conciencia del profesorado en su práctica y que pasa a un segundo plano en el día a día laboral destacando la siguiente afirmación de Martínez (2013):

“La ignorancia del hecho de que los profesores son seres corpóreos es, quizá, aún más palmaria que la de que los niños y niñas tienen cuerpo más allá de la educación física y el recreo. En pocos casos se atiende a esto en la formación inicial, pese a que sea evidente en múltiples situaciones: cuando los nervios nos atenazan al hablar en público, cuando tenemos que elegir la imagen que queremos transmitir en prácticas, cuando sufrimos una afonía tras haber forzado una voz que no está acostumbrada a hablar en alto, cuando no sabemos dónde colocarnos ni qué hacer con las manos al explicar algo frente a un grupo de escolares, cuando caemos derrumbados en la cama tras la jornada escolar...”

3.2. Las emociones

3.2.1 ¿Qué son?

Bajo la concepción de “emoción” se esconde un proceso psicológico de gran complejidad y difícil de explicar. Por ello "casi todo el mundo piensa que sabe qué es

una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla" (Wenger, Jones y Jones, 1962, p.3 en Chóliz, 2005).

Si se indaga a lo largo de la historia, sus inicios se encuentran en el racionalismo, pero fue tomando importancia a lo largo de los siglos tras ver cómo de forma directa o tangencial los investigadores se han topado con las emociones. William James (1884 en Fernández-Abascal et al., 2010) propuso la siguiente pregunta "¿Qué es una emoción?". Este fue el punto de partida para cientos de autores en la búsqueda de una respuesta que, en la actualidad, aún no se ha encontrado. Ninguna de ellas es considerada como una definición definitiva por la falta de consenso de los investigadores de esta área.

Wundt (1896 en Fernández-Abascal et al., 2010) planteó la teoría tridimensional a partir de la cual se propusieron numerosas y diferentes definiciones y clasificaciones acerca de este término: emoción. En esta teoría se defendía que las emociones se pueden analizar en función de tres dimensiones:

- Agrado-desagrado
- Tensión-relajación
- Excitación-calma

Pero pese a no encontrarse una definición globalizada que recoja la emoción, se han perfilado once categorías en las que agrupar las formas de conceptualizar este término propuestas por Fernández-Abascal et al. (2010): "afectiva, cognitiva, basada en estímulos facilitadores, fisiológica, emocional/expresiva, disruptiva, adaptativa, multifactorial, restrictiva, motivaciones y escéptica."

Lawler (1999 en Fernández-Abascal et al., 2010) define las emociones como estados evaluativos, sean positivos o negativos, relativamente breves, que tienen elementos fisiológicos, neurológicos y cognitivos. (p.219).

Según Bisquerra (2003): "Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno" (p.12).

Siguiendo a Bisquerra, nos encontramos también con la definición que presenta Ibarrola (2011) en la que define la emoción como "una reacción que se vivencia como una fuerte conmoción del estado de ánimo; suele ir acompañada de expresiones faciales, motoras, etc. y surge como reacción a una situación externa concreta, aunque puede provocarla también una información interna del propio individuo" (p.3).

Para Gondim y Estramiana (2010) “las emociones son el reflejo de estados afectivos personales y colectivos, influyen en las relaciones interpersonales y grupales y expresan nuestras reacciones ante los valores, costumbres y normas sociales que dan cuenta de las diferencias culturales” (p. 33).

En conclusión, se pueden entender las emociones como reacciones subjetivas del organismo que surgen como respuesta a situaciones externas o internas, pueden ir acompañadas de expresiones faciales, motoras.

3.2.2. ¿Cómo se producen?

Las emociones son reacciones subjetivas del ser humano, pero ¿dónde tienen su origen? Al igual que ocurre con su definición, múltiples son los autores que expresan su idea de origen. En este caso, me centraré en la basada en el cerebro. Entendiendo su origen desde el nacimiento acompañándonos toda nuestra vida. Las emociones procesan la información que nos va rodeando para poder adaptarse a la situación que se nos presente. Cabe destacar la variación personal en cada una de estas situaciones.

La estructura emocional se encuentra en el sistema límbico. Multitud de científicos han estudiado sobre este sistema cerebral. Phelps (2006 en Fernández-Abascal et al., 2010) destaca el conjunto de sistemas dentro de este, como el cíngulo, el tálamo, septal, cuerpos mamilares, hipocampo y amígdala, que se ubican en esta región cerebral. En este caso, quiero hacer especial énfasis en la amígdala, estructura cuya función es clasificar los datos que se envían al hipocampo (región del cerebro que alberga la información). Este aspecto guarda una estrecha relación con la memorización, ya que está fuertemente influido por la emocionalidad.

3.2.3. Funciones

Como se ha mencionado anteriormente, las emociones condicionan nuestro comportamiento. Por ello, todas las emociones cumplen unas funciones que les permiten ser útiles para el desarrollo del ser humano. Según Reeve (1994) citado en Chóliz (2005) estas funciones son: la función adaptativa, la función social y la función motivacional.

- Función adaptativa: toma su origen en Darwin, quien entendía que la emoción era facilitadora de la conducta apropiada a cada acción que le surgía a un individuo. De ahí apareció una de las primeras funciones de las emociones, preparar al organismo para ejecutar eficazmente una conducta exigida ante diferentes

condicionantes. Este hecho, en el caso de las emociones primarias presenta en cada una, una función adaptativa determinada en función al condicionante ambiental al que responda el individuo.

- Función social: tiene su base en la expresión de las emociones permitiendo al resto predecir el comportamiento que va a desarrollar el individuo. Por ello, la expresión de emociones facilita las conductas sociales a las que todo ser humano estamos expuestos por nuestra naturaleza social. Esta función, guarda una relación directa para su desarrollo con los sistemas de comunicación (verbal, artística, no verbal). Dentro de esta función cabe destacar al psicólogo Izard (1989 en Chóliz 2005)) que nombra varias subfunciones:
 - La de facilitar la interacción social.
 - La de controlar la conducta de los demás.
 - La de permitir la comunicación de los estados afectivos
 - La de promover la conducta prosocial.
- Función motivacional: Según Chóliz (2005) “la relación entre emoción y motivación es íntima, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada, dirección e intensidad” (p.6).

3.2.4. Clasificación

Son múltiples los autores que a lo largo de los años han clasificado las emociones en diferentes categorías. En numerosas ocasiones existen coincidencias en ellas, pero actualmente, no hay ninguna que haya tenido una aceptación general.

Bericat (2012) clasifica las emociones en primarias (de origen genético) y secundarias (varían en función del entorno del individuo).

Bisquerra (2009) diferencia las emociones en 5 grandes categorías:

- Emociones negativas: miedo, ira, tristeza, asco, ansiedad.
- Emociones positivas: alegría, amor, felicidad.
- Emociones ambiguas: sorpresa.
- Emociones sociales: vergüenza.
- Emociones estéticas: se experimentan en las obras de arte y belleza.

Plutchik (1980) citado en Díaz y Flores (2001) realizó un modelo taxonómico de emociones en donde indicó ocho primarias, en las que encontramos una oposición entre

las menos parecidas organizándolas de la siguiente forma: alegría-tristeza, disgusto-aceptación, ira-miedo, sorpresa-anticipación. También, este autor habló sobre las emociones secundarias las cuales las comprendía como una mezcla entre dos sensaciones primarias.

En conclusión, se encuentran varias formas de clasificar las emociones. Pero la predominante es la que agrupa las emociones en primarias y secundarias, más extendida entre los autores pese a luego diferir en su origen o las que establecen cada uno de estos campos.

3.2.5. ¿Las emociones son fijas o evolucionan en desencadenantes emocionales?

Las emociones nos acompañan a lo largo de toda nuestra vida, desde que nacemos hasta que morimos, pero ¿siempre son iguales? Las emociones como se mencionó con anterioridad se dan por consecuencia de un factor interno o externo que las origina en la región cerebral y son muy cortas de duración. Numerosos expertos estiman que una emoción tiene una duración de 90 segundos como máximo, y que, si sobrepasa este periodo de tiempo se considera sentimiento por su presencia racional en el proceso. Pero, cabe destacar que no siempre tiene por qué seguirse esta temporalización, dado que cada persona es diferente.

Las emociones no son fijas, por lo tanto, evolucionan a medida que el cerebro madura. Haciendo referencia con el planteamiento evolutivo de Piaget, el cerebro madura en diversas etapas del pensamiento. Por ello, Troya (2013) propone la teoría evolutiva de las emociones compuesta por seis etapas según maduran las diferentes partes cerebrales que influyen en las emociones ya que estas, son productos cerebrales.

1.º Etapa: las Proto-emociones o pulsiones.

Va de los 0 a los 6 meses de edad, cuya percepción de la realidad se encuentra fragmentada. Destaca de esta etapa las sensaciones corporales. (Troya, 2013).

2.ª Etapa: las Pre-emociones o impulsiones.

De 6 a 18 meses. Esta etapa todavía no se denomina las emociones, sino que es una etapa de transición y se sienten las impulsiones. (Troya, 2013).

3.º Etapa: las Emociones Simples.

La simbolización en el niño de 18 meses a 3 años. Esta etapa, pese a la evolución posterior, en momentos de estrés o tensión, las personas suelen volver a ella. (Troya, 2013).

4.º Etapa: las Emociones Sociales.

La ley, en el niño de 3 a 6 años. Estas emociones ya pasan a tener importancia en el recuerdo, la memoria y la sociedad. Esta etapa, el niño comienza a conocer y convivir con personas más allá de su núcleo familiar, esto hace que deba adaptarse a las normas sociales. (Troya, 2013).

5.º Etapa: las Emociones Culturales.

El otro, en el niño de 6 a 12 años. Esta etapa de aprendizaje y cultura que adquiere en su etapa escolar tiene una gran influencia en el pensamiento del alumnado debido a la comprensión de las operaciones concretas. Esta etapa manifiesta la capacidad de aceptar al otro, y en ella, se ponen de manifiesto las emociones surgidas en las otras cuatro etapas anteriores pero vistas influenciadas por la cultura en la que se vive, es decir, por las experiencias que van influyendo en la persona a lo largo del tiempo. (Troya, 2013).

6.º Etapa: las Emociones Morales.

La conciencia, en el joven de 12 a 18 años. La comprensión de amor y odio con su multitud de emociones que conllevan es la base que tiene esta etapa. (Troya, 2013).

En conclusión, las emociones tienen un proceso evolutivo, único en cada persona que debe buscar sus propias respuestas a lo largo del tiempo. Pero, pese a esto, es muy importante conocer y dar nombre a nuestras emociones para poder actuar de la mejor forma frente a los estímulos externos o internos que interfieran en nuestro cuerpo.

3.2.6. Sentimientos vs emociones

Muchas veces nos hemos preguntado acerca de emoción y sentimiento, y en numerosas ocasiones su concepción es errónea. Estos conceptos no son lo mismo, Gordon (1981, en Fernández-Abascal et al., 2010) distingue entre emociones y sentimientos, que según él serían pautas socialmente construidas de sensaciones, gestos expresivos y significados culturales organizados en torno a la relación con un objeto social. Carlson y Hatfield (1992 en Fernández-Abascal et al., 2010), el término sentimiento se refieren a la evaluación, momento a momento, que un sujeto realiza cada vez que se enfrenta a una situación.

Ibarrola (2011) indica que un sentimiento es más duradero en el tiempo que una emoción ya que, el sentimiento viene derivado de una emoción originaria. También indica que numerosos autores creen que el sentimiento es un componente cognitivo de la emoción.

En conclusión, la emoción es una reacción subjetiva del cuerpo que no podemos controlar debido a su desencadenante neurofisiológico que desencadena un estímulo. Los sentimientos, sin embargo, se encuentran derivados de las emociones, somos conscientes y podemos actuar frente a ellos.

3.3. Educación física

A lo largo del tiempo, múltiples han sido las concepciones de la Educación Física para su desarrollo en el contexto académico. Entendida desde la actividad física en la que el verdadero sentido de aprendizaje era educar a través de lo físico, es decir, servirse únicamente del cuerpo y sus posibilidades de movimiento para lograr los objetivos educativos. También se le añade el enfoque de salud, considerando esta materia como contribución a ejercicios cardiovasculares. Sin embargo, otros autores, comprenden la Educación Física desde otra perspectiva como es el caso de Cajigal, 1968 (citado en Baena 2011) entendiéndola como el proceso o sistema de ayuda al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión.

En definitiva, la Educación Física tiene como finalidad el desarrollo armónico de todas las posibilidades que tiene el alumnado teniendo en cuenta que todas las personas son diferentes. Por tanto, no todos los alumnos y alumnas tienen el mismo ritmo de aprendizaje y/o interés, le prepara para su desarrollo en la vida como persona y ciudadanos contribuyendo a la formación de su desarrollo físico, psicológico y social. Pero, dentro de esta concepción y enfoque, ¿dónde se encuentra el maestro especialista de esta materia?

3.4. Docente

Un docente de Educación Física no es únicamente la persona encargada de las competencias técnicas como diseñar, impartir, evaluar... los aprendizajes relacionados con la actividad física y el deporte, sino que va mucho más allá. Un docente es un ser humano, con una identidad corporal característica y única a cada persona donde se abordan multitud de factores para entender y ejercer la docencia.

La identidad corporal es un concepto que narra la realidad subjetiva. La siguiente definición recogida en Von Doellinger (2011) narra cómo Erikson entiende este término como:

“La formación de la identidad empieza donde la utilidad de la identificación acaba. Surge del repudio selectivo y de la asimilación mutua de identificación de la infancia y de la absorción de estas en una nueva configuración, la cual, a su vez, depende del proceso por el cual una sociedad identifica al individuo joven, reconociéndolo como alguien que tenía que convertirse en lo que es y que, siendo lo que es, es aceptado como tal.”

Dentro de la construcción del sentimiento de identidad corporal encontramos la imagen corporal de una persona, la cual es entendida por Raich (2000, citado en Vaquero et al. 2014) como “un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos” (p.164). La imagen del cuerpo es específica de cada persona y guarda una estrecha relación entre el sujeto y su historia.

El término de identidad corporal está relacionado con la corporeidad, entendida como una característica humana básica. Nuestro cuerpo, movimientos, pensamientos, emociones, costumbres, imagen... forman nuestra corporeidad, siendo un producto de la propia experiencia. Se construye a través de la relación de la persona con el mundo y con el resto de las personas de su entorno. En conclusión, el ser humano crea su mundo en y desde su corporeidad.

El cuerpo, como acabamos de ver es la esencia del ser humano y como maestros debemos conocerlo, por ello es importante como docentes ser conscientes de la escucha corporal entendida como la atención que muestra nuestro ser (corpóreo) ante una manifestación, reacción, adaptación o respuesta de los estímulos que se producen en nuestro entorno y que nos afectan físicamente en nuestro cuerpo. A esto, se le suma la expresión corporal entendida como la manifestación de emociones y sensaciones corporales capaces de comunicar a través del movimiento.

Como se ha mencionado anteriormente todas las personas tenemos una identidad corporal, pero los profesionales de la educación tenemos una identidad docente que como mencionan González y Martínez (2018) en palabras de Hagenauer & Volet (2014): “la identidad profesional va a venir determinada por la interacción entre las experiencias personales y el contexto social, cultural e institucional” (p.186). En conclusión, la identidad

docente es una construcción continua que se produce a través del diálogo con profesionales del ámbito, familias y alumnado.

Para finalizar con este epígrafe, Martínez y González, (2016) mencionan la importancia de prestar atención al cuerpo de la especialista en Educación Física es de vital importancia para el buen desarrollo de la práctica docente. Estos profesionales son “de carne y hueso” y deben “enseñar con cuerpo” (p.259).

3.5. Tratamiento Pedagógico de lo Corporal

3.5.1. ¿Qué es?

El Tratamiento Pedagógico de lo Corporal (TPC) es un modelo educativo que engloba la presencia del cuerpo en la educación y en la escuela teniendo como una característica: la psicomotricidad. Tiene su origen en la Facultad de Educación de Palencia perteneciente a la Universidad de Valladolid y concretamente, fue desarrollado por Marcelino Vaca.

El TPC guía la acción hacia la reflexión de la globalidad de presencias corporales que se producen a lo largo de una jornada escolar (Vaca, 2005). Específicamente en el área de la psicomotricidad y enfocando esta pedagogía a la materia de la Educación Física, abarca la idea de actividad motriz entendida a través de lecciones y que el autor Beunard (2000) citado en Bores (2005), la lección es sobre todo un tiempo y un lugar de encuentro entre el adulto que tiene la función de enseñar y unos alumnos reunidos en clase para aprender. Momento en el que, como se cita en Bores (2005), se crean vínculos y relaciones entre las personas protagonistas en este momento en el que se crean los conocimientos escolares.

A esto, se debe añadir las tres realidades que se encuentran en el modelo TPC y que propuso Vaca (2018) que permiten el desarrollo y la construcción de aprendizajes del alumnado. La primera recoge la planificación de la vida escolar teniendo en cuenta los horarios del alumnado tanto semanales como diarios. La segunda abarca la forma de atender y transformar las necesidades corporales básicas en situaciones educativas. Por último, la toma de importancia de situaciones que se encuentran dentro del proyecto de enseñanza y aprendizaje en el ámbito corporal demandando una planificación, desarrollo y evaluación del aprendizaje.

3.5.2. La lección

Un aspecto que destaca del modelo TPC es la lección, denominada por Vaca (2005) citado en Bores (2005) como un procedimiento sutil que busca desplazar los valores educativos y saberes del maestro hacia los del estudiante para permitirle aprender lo que es enseñado. Se concibe como un intercambio entre el profesor y alumno.

Centrando la atención de forma más teórica, la lección es una situación educativa específica en la que el cuerpo, el movimiento y la cultura motriz son objeto de tratamiento educativo (Vaca, 2005). Esta, tiene entidad en sí, es decir, es un suceso que se debe preparar, desarrollar y posteriormente reflexionar, tanto por parte del alumnado como por parte del docente que lo lleva a cabo. Pero, cabe destacar que para que el alumnado aprenda, es necesario la adecuación de que se quiere enseñar y la pedagogía que se va a llevar a cabo para incentivar el deseo de saber y conocer más.

Para poder llevar esto a cabo, la lección se estructura en tres momentos:

- Momento de encuentro.
- Momento de construcción de aprendizajes.
- Momento de despedida.

3.5.3. Ámbito emocional

El modelo TPC tiene como base el concepto de estar “educando físicamente” entendido por Martínez (en Bores 2005) como la inclusión de valores, tomar consciencia y saber actuar respecto a las dimensiones sociales, éticas y relacionales del movimiento.

Por consiguiente, una de las bases del aprendizaje y que no puede encontrar una separación es el ambiente donde se produce la enseñanza, siendo los componentes imprescindibles las personas y las relaciones que se establecen entre estas. Por ello, hay que destacar el clima afectivo y relacional que se instaura en el aula educativa entre el alumnado y profesorado. La construcción de un clima de aprendizaje seguro, ético, democrático, respetuoso y adaptado a las necesidades y posibilidades de todos y cada uno es, en sí, uno de los principales aprendizajes que se deben procurar, Martínez (2005) citado en Bores (2005). Otro aspecto que también destaca en este modelo es la necesidad de sentirse parte del grupo y de compromiso por parte del alumnado para evolucionar individualmente en las dimensiones sociales, éticas y relacionales.

En relación con la regulación de las lecciones, existen una serie de macro criterios para el maestro propuestos por Vaca (1996). Estos son tres equilibrios que los docentes

deben seguir para transformar las lecciones en oportunidades únicas de aprendizaje para todos los participantes.

1. Tendencia docente y tendencia discente.
2. Proyecto individual y proyecto grupal.
3. Estructura de las relaciones y la estructura de la materia.

En conclusión, con el modelo TPC se busca formar una persona integral, alejada de los dualismos que durante tanto tiempo han dominado a la educación. Consideramos que las personas funcionan como un todo complejo en el que interaccionan capacidades cognitivas, emocionales, relacionales y motrices. (Martínez et al. 2009 (p.150.)).

4. METODOLOGÍA

En el presente trabajo fin de grado, se hará un estudio de la dimensión corporal durante la docencia de una futura maestra especialista de Educación Física. Este estudio se centrará en la autobiografía y reflexión de diferentes sucesos ocurridos en el aula. Las emociones tendrán una gran importancia a la hora de actuar, a lo que se añadirá una revisión conceptual de los temas tratados con anterioridad en el marco teórico. Para ello, pese a poder hablar de dos tipos de investigación, cuantitativa y cualitativa, este trabajo plantea una perspectiva basada en el segundo tipo de investigación ya que los objetivos que se pretenden lograr en este escrito se refieren a la reflexión y reconocimiento de las competencias emocionales sobre la práctica docente y la búsqueda de mi propio desarrollo profesional y personal.

Para poder llevar a cabo esta investigación se empleará como herramienta de recogida de datos: el Diario Corporal Docente (DCD). En él hallando un enfoque basado en la autobiografía, reflexiones para el desarrollo en el ámbito personal, profesional, individual y social de cara a un futuro tanto en las escuelas, como en el desarrollo como ser humano. Mencionando a Martínez y González (2018) y en palabras de Leder, 1990 “El cuerpo, normalmente presencia ausente, se tiene en cuenta al escribir sobre él, y este acto de escribir desata, a su vez, los recuerdos y los argumentos necesarios para comprender su importancia y cómo condiciona la práctica pedagógica” (p.189-190). En conclusión, se utilizarán las ilustraciones verbales para tratar de dar respuesta a la investigación acerca de la presencia emocional, en torno a la presencia corporal del maestro especialista de Educación Física.

A esto se le añade un aspecto elemental para la reproducción de las reflexiones sobre las experiencias corporales y es la llamada escucha corporal que en palabras de Martínez y González (2018): “El cuerpo pasa al primer plano, por lo que tomamos conciencia de nuestra naturaleza corpórea y escuchamos al cuerpo” (p.191). Estas diferentes situaciones muestran una gran complejidad en identificar qué siente el cuerpo, dónde sucede, el motivo por el que ocurre... Pero probar la introspección de tu propio cuerpo con la práctica crea una toma de conciencia e identificación de las emociones y con ello, tomar las riendas de tu propio cuerpo y emociones para gestionar los diversos sucesos que puedan acontecer en un aula, así como extrapolarlo para la vida cotidiana.

La estructura que se podrá observar en este trabajo consta de 3 partes. Para comenzar, la base de esta propuesta tiene su origen en la elaboración de diferentes anotaciones durante mi periodo de prácticas escogiendo las cuatro viñetas más destacables para presentar en este trabajo. Su elección se debe a la gestión emocional en la que me vi inmersa y qué, como futura docente, me ocurrirán en un centro educativo. Desde el primer día, una conducta negativa de un alumno, los imprevistos hasta las despedidas. Hay que destacar la realización de forma continua de un diario corporal durante mi estancia en prácticas me ha permitido observar pequeños detalles que, en un primer momento, sin parar a reflexionar hubieran pasado desapercibidos.

La decisión de utilizar estas anotaciones personales para la elaboración de este trabajo se debe a mi reflexión derivada de la asignatura de Potencial Educativo de lo Corporal cursada en el tercer curso del grado. A lo largo de mis dos periodos de prácticas, el tomar conciencia del cuerpo del docente durante las clases impartidas fue un reto en el inicio de mi trayectoria como maestra. Recolectar las anotaciones en el cuaderno de campo e ir viendo las diferentes dificultades que me surgían para proyectar mediante narraciones mis emociones, donde se producían y el por qué de estas hizo que mi mirada en numerosas ocasiones se viera influida por el alumnado al que impartía docencia. Esto me hizo cuestionarme qué estaba realizando y el sentido de esto. ¿Por qué influía mi alumnado en mis escritos?, ¿cómo la lección que yo presentaba influía de formas muy diversas a los diferentes alumnos y alumnas del aula?

Indagar sobre mis propias emociones, mis aprendizajes me han hecho tomar conciencia acerca de mi evolución en el análisis y observación de mi propio cuerpo. Identificar diferentes dificultades al narrar mis propias emociones, me ha ayudado a darme cuenta de que debemos aprender a escuchar nuestro cuerpo y dedicarle el tiempo suficiente para que las experiencias vividas queden como información interna dentro de mí misma.

Para concluir este apartado, las viñetas presentadas tendrán un nombre y cada una hará referencia al momento significativo que ocurre en el aula. Además, estas anotaciones recogidas en mi diario corporal fueron seleccionadas debido a la influencia emocional que experimenté durante mi estancia como maestra en prácticas. No se puede olvidar que los diarios corporales nos permiten preguntarnos acerca de la importancia que tiene el cuerpo dentro del proceso educador, desarrollando propuestas de transformación docente

y haciendo que el maestro se interrogue sobre su propia práctica pedagógica (Martínez y González, 2018).

Posteriormente y como complemento a esta parte de viñetas se expondrá una tabla que toma como base la actividad interoceptiva de nuestro cuerpo, según Barrett (2018) lo que se indica son señales que surgen del cuerpo y que, de manera global, son percibidas de forma agradable o desagradable y con una cierta intensidad. En mi caso, siguiendo el estudio de Poblete-Christie (2023) me ciño a su propuesta en describir los diferentes tipos de texturas corporales de la experiencia emocional. Estos ejemplos van acompañados de descripciones de forma gráfica como escrita obtenidas a través de mi propia reflexión.

Finalmente, se presenta una segunda fase basada en la reflexión de esas viñetas relacionándola con los conceptos teóricos presentados en el apartado 3 que han podido incidir sobre mis reacciones de forma reseñable.

5. PRESENTACIÓN DE DATOS O DE LA PROPUESTA

Las emociones no se dan de forma exacta en todos los seres humanos, como se ha mencionado con anterioridad en el marco teórico. Las emociones son estados complejos del organismo únicos en cada persona condicionados por su vivencia, es decir, son reacciones subjetivas del ser humano que con gran dificultad logran ser entendidas hecho de gran relevancia en la propuesta que se muestra a continuación.

La siguiente propuesta presenta un proyecto personal acerca de diferentes situaciones acontecidas durante el periodo de prácticas en el curso 2022-2023 en el que las emociones y el cuerpo del docente, son los ejes vertebradores de ella guardando una estrecha relación con los conceptos trabajados de forma teórica en el apartado 3.

Seguidamente, se presentarán cuatro viñetas elaboradas en función a la experiencia corporal vivida y su posterior análisis mediante una tabla en la que se reflejan emocionalmente las texturas corporales acontecidas. Para finalizar, se refleja una segunda fase en la que se hace un análisis de los aspectos más significantes tratados en el marco teórico.

1º Viñeta. Mi comienzo...

Febrero de 2023. Primer día de prácticas en el centro. Tomar el primer contacto con mi tutor, profesorado y alumnado con el que iba a compartir mi periodo de prácticas.

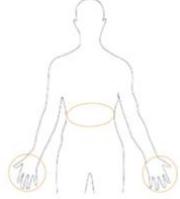
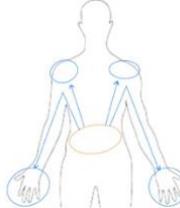
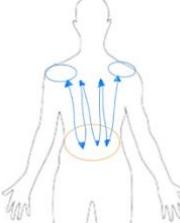
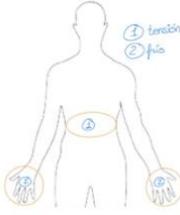
Fase 1.

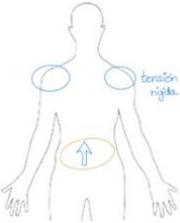
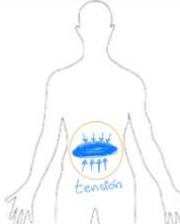
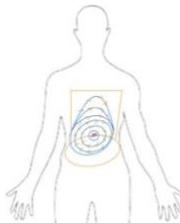
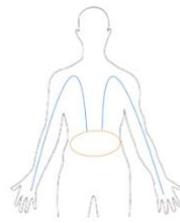
Llegó el primer día de clase, me levanto media hora antes del sonido del despertador. Estoy tan nerviosa que me activo muy rápido, recojo por segunda vez la habitación y voy a vestirme. No me decido con la ropa que ponerme, es el primer día y quiero dar buena imagen. ¿Me pinto la raya de abajo? ¿Me recojo el pelo? ¿Lo llevo suelto?

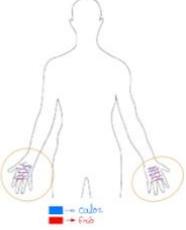
Noto los nervios en mi estómago, lo recorren de arriba a abajo. Salgo por la puerta de casa para coger el coche, mis manos tiemblan al agarrar el volante y llego al centro. A la par de mi llegada está mi tutor y compañera de prácticas. Los nervios del estómago continúan su baile, de arriba abajo, de un lado a otro y vuelta a empezar, es un no parar.

Mis manos han cambiado su forma de estar, ahora frías y rígidas, como cuando estoy nerviosa, una reacción corporal de mi cuerpo que ya voy conociendo, pero que no puedo evitar que me ocurra. Una vez hechas las presentaciones y entrados en el centro esto se pasa, y mi cuerpo pese a seguir en estado de alerta, comienza a relajarse y mis manos poco a poco entran en calor.

A continuación, se presenta un estudio corporal que describe los diferentes tipos de “texturas corporales de la experiencia emocional” (Poblete, 2023) describiendo de forma verbal y gráfica la zona del cuerpo en la que sucedió esta viñeta

TEXTURA	ZONA DEL CUERPO	SENSACIÓN	EXPLICACIÓN	IMAGEN
Textura 1	Zona abdominal Manos	Tensión, miedo, hormigueo Frío, movimiento	Comienza mi periodo de prácticas en el centro escolar, y antes de mi llegada comienza el festival de hormigas dentro de mi estómago que refleja el miedo al comienzo. Esto se va trasladando a las manos con pequeñas sensaciones de movimiento y frío, mucho frío.	
Textura 2	Zona abdominal, hombros y manos	Tensión, rigidez contracción y frío	Mi tensión estomacal se distribuía por los hombros y manos a mi llegada al centro haciendo que esto se mostrara más rígido y contraído sin apenas prestar a moverse.	
Textura 3	Zona abdominal y hombros	Expansión y rigidez	Sentía una expansión que ascendía y descendía de forma constante en el estómago que se dirigía hacia mis hombros rígidos que no me permitían hacer movimientos de gran dimensión.	
Textura 4	Zona abdominal Manos	Nerviosismo Frío	El primer lugar en el que aparece el nerviosismo es en el estómago que después se traslada uniéndose al frío en mis extremidades de la mano.	

Textura 5	Zona abdominal y hombros	Tensión Rigidez	Comienza mi sensación en la zona abdominal y va transitando de forma ininterrumpida hacia arriba de mi cuerpo hasta llegar a los hombros que se transforma en rigidez, la cual me impide hacer movimientos de forma involuntaria sin antes ser consciente de la indicación del movimiento por mi cerebro.	
Textura 6	Zona abdominal	Tensión	Permanente sensación de tensión contraída en el abdomen que perdura en el tiempo pero que según va evolucionando mi momento de llegada se va convirtiendo en una sensación contraria de tensión expandida a lo largo de todo mi estómago.	
Textura 7	Zona abdominal Zona torácica	Comprensión y expansión	Esta sensación toma como centro de partida el centro del estómago y va partiendo hacia todas las partes de mi zona abdominal notando como se expanden mis pulmones buscando una calma a mi llegada al colegio.	
Textura 8	Estómago Hombros Manos	Tensión, hormigueo y frío	Comienza en mi estómago la sensación de nerviosismo que se mueve hacia los lados cuando me levanto y según van pasando los minutos hasta mi llegada al centro este movimiento de hormigueo se distribuye hacia mis hombros causándoles tensión y terminando en mis manos las cuales frías sienten esa sensación de hormigueo de forma constante.	

Textura 9	Manos	Calor y frío	Al llegar y hacer las presentaciones y dentro del centro, mi cuerpo sigue en alerta, pero mis manos han pasado ese momento de miedo y estar frías a entrar en calor tras el conocimiento del lugar en el que estaría realizando mis prácticas.	
-----------	-------	--------------	--	---

Nota: elaboración propia

Fase 2.

Esta viñeta narra mi comienzo como docente especialista de Educación Física. Las primeras impresiones, la imagen como maestra, los dilemas que esto genera y las emociones que se encuentran implicadas, son los conceptos más destacables de esta viñeta.

Las primeras impresiones son el momento en el que se ve a una persona por primera vez y surgen múltiples dudas acerca de la imagen que queremos que nos caracterice. Este punto tiene gran relevancia, y más en la educación, dado que se trata de la oportunidad para formar el concepto de persona para el observador, en este caso mi alumnado, profesorado con el que compartiría mi día a día y mi tutor de prácticas, al que no conocía. Este hecho, es un condicionante para la relación que se establece en el futuro con las personas con las que tienes dicho contacto y pese a que no se puede controlar en su totalidad es un proceso que no se puede dejar al azar de su propio desarrollo.

Relacionando este hecho con la imagen docente, la primera impresión también supone la proyección del maestro sobre el alumnado. Por ello, el hecho de cómo iba vestida, si me arreglaba o no, cómo llevaba el pelo fue un condicionante a la hora de ir a la escuela ese primer día. La imagen corporal en este caso, haciendo referencia a la vestimenta está relacionado con la cultura social en la que me encuentro inmersa y de la interacción e influencia con el contexto que esta tenga. La imagen corporal de un docente debe de ir acorde con la situación que se le plantee en el desarrollo de ese día, analizando todas las variables (temperatura, lluvia, actividades que se van a realizar...). Tras esta reflexión sobre la imagen corporal se ve presente la definición propuesta en el marco teórico por Raich (2000) presentándola como un constructo complejo destacando la percepción que tenemos de todo el cuerpo, así como de cada una de sus partes.

Acerca de mis emociones, el estar en constante duda por ese primer día de clase hizo que mi respuesta emocional estuviese condicionada por imagen corporal que figuraba de forma subjetiva en mi cabeza y que deseaba que me representara frente al resto. Por ello, salieron esos nervios estomacales y mi reacción corporal en las manos,

pero que, por las múltiples primeras impresiones a las que me he enfrentado en mi vida, supuso un momento de gestión emocional que ya era consciente de cómo canalizarla. Esto puede deberse a la función adaptativa de las emociones facilitadora de la conducta más apropiada que debía experimentar en ese momento relacionándola con la función motivacional debido a la direccionalidad e intensidad de mi conducta, como presentó de forma teórica Chóliz (2005).

En conclusión, el primer día es un momento de gran repercusión emocional en la vida de un docente, y pese a ser específica de cada persona y guardar una estrecha relación entre el sujeto y su historia, es un momento clave en la vida de cualquier docente. Por ello, es relativamente habitual el querer tener esa primera impresión de forma adecuada dando tanta importancia a la imagen transmitida y a las emociones que se vivencian.

2º Viñeta. La línea roja.

Abril de 2023. En el gimnasio del centro comenzamos la clase como cualquier otro día, rutina del calentamiento, dos protagonistas, el resto les siguen. Una vez acabado, es momento de corro para iniciar con el tema a trabajar en ese día, mi función estaba clara, mi rol ese día era de maestra y no de observadora.

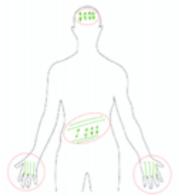
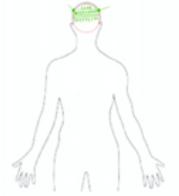
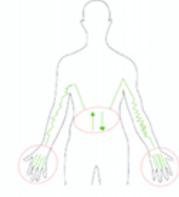
Fase 1.

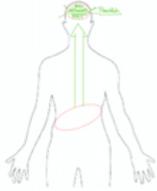
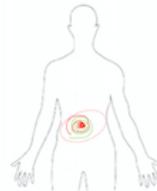
Tranquilidad, confianza, sosiego y paciencia. Estas cuatro palabras definen mi puesta en práctica de la sesión, pero con el paso de la clase, esto se va modificando. Empiezo a sentir cómo el enfado frente a las faltas de respeto oprime mi estómago y, sobre todo, se siente en mis manos ante la rigidez que presentan mis dedos. Esto ocurrió en el momento en el que, estando en corro, dos de mis alumnos interrumpieron la clase que yo estaba impartiendo. No era el primer aviso que les daba, desde su llegada era continuo su mal comportamiento. El volver a arremeter frente a la situación que se presentaba, me hizo mandarles a sentar para que dejaran de participar en la clase hasta que conversara con ellos. Cuando hice esto, nada más poner en marcha al resto de la clase, uno de los alumnos mostró un tono desafiante y prepotente ante mí frente al hecho por el que le había sentado. Esto hizo que sintiera cómo mi cuerpo pesaba. Mi cabeza quería expresar una infinidad de

adjetivos poco apropiados a la situación, así como gesticular facialmente diferentes muecas. Logré controlarlo y ejecutar una afirmación coherente y adecuada a la postura que debía transmitir en ese momento recordando el lugar en el que me encontraba y el rol que estaba llevando a cabo. Intenté de nuevo darle una oportunidad en esa conversación, pero no atendía a razones. Él seguía en que estaba “castigado”, pese a no utilizar ese concepto en ningún momento asegurando el no haber hecho nada. Hablé de nuevo con él, le di la oportunidad de explicarse, no la cogió y estuvo lo que restó de la hora sentado. Sentí enfado y cabreo, sobre todo en mi cabeza cómo esa presión se apoderaba de mí, pero, cuando tuve que volver a hacerme cargo de mi clase, del resto de sus compañeros ese enfado pasó a un segundo plano y mis manos, brazos y piernas se destensaron. Mi concentración y atención se dirigió al resto sin atender al suceso que estaba ocurriendo de forma individualizada con este alumno.

A continuación, se presenta un estudio corporal que describe los diferentes tipos de “texturas corporales de la experiencia emocional” (Poblete, 2023) describiendo de forma verbal y gráfica la zona del cuerpo en la que sucedió esta viñeta.

Tabla 2*Texturas corporales de la experiencia emocional*

TEXTURA	ZONA DEL CUERPO	SENSACIÓN	EXPLICACIÓN	IMAGEN
Textura 1	Estómago Manos Cabeza	Opresión, rigidez y tensión	La opresión fue la primera sensación en aparecen en mi cuerpo, concretamente en mi estómago procedida de una especie de rigidez en los dedos de mis manos enmarcadas por la tensión que estaba sufriendo ante la situación de castigo que se me presentaba delante. Tras esto, y sucedido en el tiempo mi cabeza comenzó a sufrir diferentes dolores, todos ellos muestran de la tensión que se encontraba generada dentro de ella.	
Textura 2	Cabeza	Tensión y pesadez	Mi cabeza sentía un gran dolor que comprendía un enfado y cabreo derivado en presión que abarcaba ambos lados de la cabeza era intenso e incapacitante.	
Textura 3	Estómago Manos	Tensión y rigidez	Siento la tensión cómo sube y baja por todo mi estómago y se dirige hacia mis manos con un cosquilleo que se apodera de mi cuerpo, pero sobre todo de mis dedos convirtiendo su movilidad en rigidez total como respuesta emocional.	
Textura 4	Estómago Manos Cabeza	Presión Rigidez	Mi cuerpo comienza sintiendo la presión en el estómago que instantáneamente se dirigió a mis dedos de ambas manos siendo estos muy rígidos. Posteriormente, tras la conversación con el alumno en la que no atendía a razones mi cabeza mostró una gran tensión y dolor que no se apaciguaba pese al paso del tiempo.	

Textura 5	Estómago y cabeza	Presión	Esa sensación que recorre mi estómago comienza a subir por todo mi cuerpo hasta llegar a la cabeza en forma convirtiéndose en enfado toda la presión que mi cuerpo acontecía.	
Textura 6	Cabeza	Presión	Mi cabeza nota el enfado y el cabreo a través de una gran presión que nace en ambos lados de mi cabeza y siendo muy fuerte se concentra en el interior de mi cabeza.	
Textura 7	Cabeza	Presión	Vuelve a estar presente esa sensación que tiene como epicentro la parte más interna de mi cabeza siendo esta una gran presión, que entrelace la energía enfadada con un movimiento interior que se produce en él.	
Textura 8	Estómago	Tensión	Comienza en el centro del estómago de dentro hacia afuera y luego cambia de perspectiva.	

Textura 9	Estómago Cabeza	Tensión	La misma sensación de tensión aparece en mi cuerpo de forma rápida pero muy duradera en mi estómago y cabeza tras el enfado que me supuso la situación que viví con este alumno.	
-----------	--------------------	---------	--	---

Nota: elaboración propia

Fase 2.

Esta viñeta recoge una reflexión acerca de las conductas del alumnado en un aula de Educación Física y la respuesta que emite el docente ante este proceso, como se dio en mi caso.

Comenzando con la temática que recoge el comportamiento disruptivo del alumno en la clase. Identifico un momento que, siendo esta sesión un jueves de 12:30 a 14:00 es destacable señalar dado que el cuerpo del alumno (y aspecto muy común que se da en esta materia) muestra la libertad corporal del alumnado después de las horas sentados en el aula (cuerpo silenciado). Puede que este aspecto sea un condicionante que derive en este tipo de comportamiento. A esto se le suma el contexto en el que se encuentra el alumnado, en este caso, después del suceso acontecido en el aula y la actitud desafiante que mostró dicho alumno, mantuve una conversación con su tutora, la cual me informó de la situación que estaba viviendo. Siendo consciente de cómo la influencia que tiene su vida fuera del aula guarda una estrecha relación con lo que ocurre dentro de esta.

Centrándome en la conducta disruptiva que presentó y siguiendo a Gotzens (1986) que divide esto en cinco grupos: motrices, ruidosas, verbales, agresivas y de orientación en la clave, se muestra en esta viñeta cuatro comportamientos: motriz, ruidoso, verbal y de orientación en la clase a lo que se le suma el nivel en el que se muestra el desafío hacia el docente. Preguntarme por qué actuó de esta manera me llevó a reflexionar acerca de cómo las relaciones entre el alumnado y el profesorado influyen de forma significativa en las conductas, porque muestra su fuerza y superioridad en los diferentes agrupamientos que forman dentro del aula. Relacionando este apartado con el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal se ve la influencia del proyecto individual del propio alumnado dentro de la necesidad de sentirse parte del grupo desde una conducta disruptiva para estar integrado con otros miembros que forman el proyecto grupal del aula.

A esto, se le suma su vida fuera del colegio y los problemas a los que debía enfrentarse pese a su corta edad, mostrando en el aula sus sentimientos. Comprendidos como una deriva de emociones de los que somos conscientes y ante los cuales sabemos actuar.

Relativo a mi respuesta corporal, el planteamiento del tema desde la expresión corporal y las emociones del docente en este caso hicieron en mí ser consciente de cómo

una ligera emoción condiciona un gesto y dicho gesto, impulsa el crecimiento de la emoción que produce mi cuerpo adquiriendo un gran significado al tener en cuenta la relación entre los gestos corporales y las emociones. Esto que surge, debe ser de vital importancia ya que canalizar las emociones hacia una perspectiva positiva hace que la actuación se condicione. Esa perspectiva sobre la actuación se ve condicionada por la función social prediciendo en algunos momentos el comportamiento que puede desarrollar el individuo. Muy importante, la relación que se establece con el sistema de comunicación que empleé con el alumno dado que facilita el control de la conducta. Cabe destacar, que un maestro debe ser un buen comunicador tanto del lenguaje verbal como no verbal a través de la comunicación corporal, aspecto que, pese a mi enfado, logré gestionar.

Por último, tras este pequeño análisis quiero mencionar cómo el docente en el aula siempre va a terminar encontrando situaciones complicadas en las que deba saber responder de forma adecuada, positiva y precisa a la situación que se plantee. Además, tener presente cómo su cuerpo reacciona a las condiciones que se den debido a que es una forma de contemplar la realidad porque expresamos a través de él.

3º Viñeta. La red.

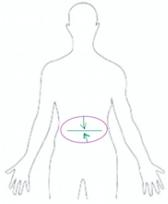
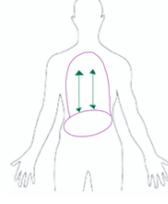
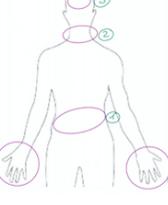
Mayo de 2023. Próximos a los días festivos del pueblo, múltiples eran las variables que gestionaba para la puesta en práctica de mi unidad didáctica durante esos días bajo previo aviso. Lo que no esperaba era que ese momento se adelantara. Fue ahí cuando la improvisación y el conocimiento del lugar tomaron el protagonismo de la sesión.

Fase 1.

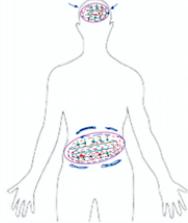
Toda la sesión planificada, con sus materiales, intenciones y actividades que se desarrollarían, todo dentro de mi control. Estaba tranquila a la llegada al colegio hasta que vi el polideportivo. Llegaban las fiestas del pueblo y como era costumbre este lugar le usarían para el pregón. Aún quedaba una semana, pero se adelantaron y llenaron el lugar de sillas y mesas para una actividad sin previo aviso. Me tocaba improvisar el lugar en el que hacer la sesión. Para mi sorpresa, esta situación de incertidumbre no generó en mí malestar, sino que seguía calmada pensando en dónde iba llevarla a cabo. Tuve una gran suerte por el buen día que hacía y los múltiples recursos que tenía el pueblo en el que me

encontraba (y mi conocimiento sobre él). Pero todo esto cambió cuando llegamos a las pistas del parque que se encontraban a 5 minutos del colegio y no se podía poner la red. Estábamos trabajando la unidad didáctica de voleibol y no teníamos red. Por más que con la ayuda de mi compañera intentamos colocarla de diferentes formas era imposible, no llegaba. Me empecé a agobiar, sentí cómo comenzaba a tener mucho calor, aumentaba un nerviosismo en mi estómago, me empezó a doler, reconozco este sentimiento de incertidumbre en mi cuerpo tras muchos años ya logro reconocerlo y sé cómo afrontarlo. Comencé a fijarme en mi respiración, para que este dolor se me pase debo respirar profundamente, pero no lo lograba, sentía un gran nudo en mi garganta que seguía subiendo, sintiendo frío en mi cara del nerviosismo y posteriormente esa presión subió a mi cabeza.

A continuación, se presenta un estudio corporal que describe los diferentes tipos de “texturas corporales de la experiencia emocional” (Poblete, 2023) describiendo de forma verbal y gráfica la zona del cuerpo en la que sucedió esta viñeta.

TEXTURA	ZONA DEL CUERPO	SENSACIÓN	EXPLICACIÓN	IMAGEN
Textura 1	Estómago	Dolor y presión	El agobio hizo mella sobre mi cuerpo, especialmente sobre mi estómago ocasionándome un fuerte dolor ante la sensación de agobio por no conseguir colocar la red en el nuevo espacio al que me tocó reconducir la sesión.	
Textura 2	Estómago	Presión	Mi estómago notaba una gran presión que se expandía hacia mis pulmones y con ello alteraba mi respiración costosa en una primera instancia.	
Textura 3	Zona abdominal	Expansión y contracción	Mi estómago tras sentir una gran presión hizo que mi respiración se comenzara a agitar de forma continuada repercutiendo esto sobre mi zona abdominal produciéndose esta mediante una expansión y contracción constante y muy agitada.	
Textura 4	Estómago, garganta, cabeza, manos	Presión, dolor, nerviosismo y agobio	Comienza mi situación en mi estómago con una fuerte presión que va en aumento a medida que no logro controlar la situación, quizás es por este motivo por el que sube hacia mi garganta en forma de presión que hace alterar mi respiración. Tras no lograr mi objetivo mi cabeza empieza a experimentar esa sensación de presión en ambos lados de mi cabeza. Finalmente, mis manos comenzaron a sentir un dolor frío y enigmático.	

Textura 5	Estómago, garganta y cara		<p>Mi agobio en aumento al no conseguir colocar la red de lado a lado y haber probado todos los intentos posibles, comienza en mi estómago esa sensación de presión que pasa hacia mi garganta, sintiendo una gran rigidez en mi cuello que no me permite apenas emitir sonidos y finalmente noté cómo mi cara se volvió fría como el hielo porque el nerviosismo se había invadido sobre mí.</p>	
Textura 6	Estómago	Presión	<p>El nerviosismo y agobio estaba instaurado en mi cuerpo concretamente en mi estómago, un dolor que iba de los extremos hacia el centro y esto supone en mi estómago una gran presión.</p>	
Textura 7	Estómago	Agobio	<p>La sensación de agobio ante la situación debido a no lograr colocar la red supuso un gran agobio en mi convertido en dolor estomacal mezclado con presión que hizo que se expandiera hacia mi tripa.</p>	
Textura 8	Zona abdominal	Expansión y presión	<p>Mi presión comenzó en el centro del estómago, este fue su epicentro de origen y se fue trasladando esa sensación de rabia hacia el resto de la zona abdominal llegando a sufrir un dolor de dentro hacia afuera impregnándose en mi respiración con gran agitación al no lograr conseguir mi objetivo.</p>	

Textura 9	Estómago y cabeza	Presión	Mi situación de nerviosismo hizo que mi estómago fuera un carrusel de subidas y bajadas, movimientos de gran presión hacia dentro de él, sin desaparecer durante un largo periodo de tiempo que posteriormente se trasladó a mi cabeza, sintiendo esa presión en los lados	
-----------	-------------------	---------	--	---

Nota: elaboración propia

Fase 2.

Esta viñeta recoge una situación de incertidumbre en una sesión de Educación Física en la cual todo estaba planteado para su ejecución en un lugar determinado en el que, con gran precisión, todo estaba organizado.

La incertidumbre y los imprevistos son un aspecto cotidiano que nos acompaña día tras día a todo profesional de la educación. A raíz de esto y tras tomar conciencia de la respuesta que ejercitó mi cuerpo y hacia la cual yo lo conduje, vi como la función adaptativa (mencionada en el marco teórico y propuesta por Reeve (1994)) estuvo presente en esta viñeta. A causa de la función adaptativa, mi organismo estaba preparado para el condicionante ambiental externo que influyó en mi persona. Por ende, logró ejecutar una conducta acorde a la situación planteada. Mi organismo fue ejecutor de una respuesta que era la esperada de mí en ese momento.

Esta última afirmación, hace referencia a mi miedo en ese momento, identificado como una emoción negativa por Bisquerra (2009) que me hizo generar un nivel mayor de presión y era el hecho de “ejecutar una respuesta esperada a mi lugar”. ¿Por qué hago referencia a este aspecto? Se debe a la fecha en la que se produjo esta viñeta, la semana 10 de prácticas, fecha próxima a la finalización de este periodo de 14 semanas de duración. En esta situación de incertidumbre derivada en presión por querer estar a la altura de la que debía de hacer fue de relevancia el saber actuar ante las dimensiones sociales, destacando el clima afectivo y relacional vigente en el aula con el alumnado y también, con mi tutor de prácticas.

4º Viñeta. Se acerca la despedida...

Mayo de 2023. El viernes de esa semana finalizaba mi periodo de prácticas en el centro, como otro día normal en mi horario junto a mi tutor y compañera de prácticas cruzamos la puerta del aula de primaria y la sorpresa se apoderó de mí.

Fase 1.

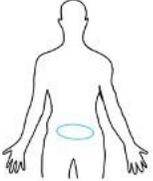
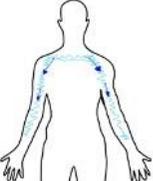
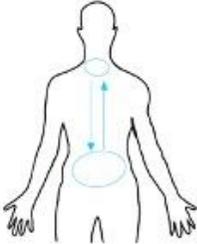
Era miércoles, nos dirigíamos al aula de primaria en el que mi tutor impartía matemáticas. Entré por la puerta de la clase. A mi llegada uno de los alumnos me asaltó

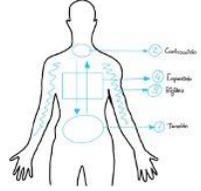
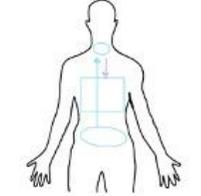
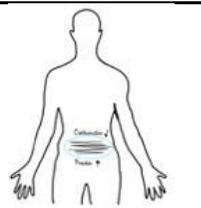
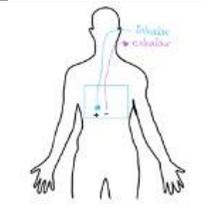
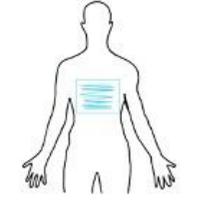
en forma de abrazo. Por sorpresa, sin yo esperarlo, le tenía agarrado a mí sin soltarme. Aún me quedaban 2 días para despedirme del centro, pero él no quería que me fuera. Sentí un nudo en el estómago que según el niño me apretaba el abrazo hacía que mi respiración se cortara y mi corazón latiera más y más rápido. Seguía abrazado a mí, yo también le abrazaba y noté como al principio predominaba la rigidez de mis brazos y posteriormente se volvieron más flexibles, estaban relajados y cómodos. Mi espalda se encontraba rígida al principio, pero después cedió. Noté mis ganas de llorar, pero sin saber como, logré pararlas.

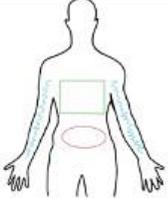
A continuación, se presenta un estudio corporal que describe los diferentes tipos de “texturas corporales de la experiencia emocional” (Poblete, 2023) describiendo de forma verbal y gráfica la zona del cuerpo en la que sucedió esta viñeta.

Tabla 4.

Texturas corporales de la experiencia corporal.

TEXTURA	ZONA DEL CUERPO	SENSACIÓN	EXPLICACIÓN	IMAGEN
Textura 1	Zona abdominal	Presión y tensión	Sensación de nudo en el estómago ante la aparición por sorpresa del alumno que repercutió en el estómago.	
Textura 2	Hombros y brazos	Tensión	En el momento del abrazo, la rigidez en mis brazos se desplazaba impidiendo el movimiento de la articulación de los hombros hacia los brazos.	
Textura 3	Garganta y zona abdominal	Tensión	En el momento que el abrazo continuaba por parte del alumno, mi nudo del estómago se desplazó a la garganta, sentía como subía y bajaba esa tensión y se expandía por todo mi cuerpo por no saber como reaccionar ante la situación que me había pillado por sorpresa, pero sobre todo noté esta sensación en la garganta, sin poder apenas tragar en esos segundos que duró la acción.	

Textura 4	Garganta, zona abdominal y brazos	Rigidez, tensión y contracción	Por orden de aparición de las sensaciones corporales según se inició la acción en primer lugar se dio en el estómago sintiendo una gran tensión que posteriormente ascendía de forma intermitente hacia la garganta contrayéndola, después se desplazó a los brazos haciendo que estos mostraran una gran rigidez y por último cuando las ganas de llorar comenzaron a apoderarse de mi cuerpo entró en juego la zona torácica expandiéndose.	
Textura 5	Zona abdominal, zona torácica y garganta.	Expansión, calor	Comenzó en el estómago con el nudo en el estómago, fue en aumento en la comunicación intermitente de mi saliva en donde notaba este desplazamiento como ardía en mi garganta y finalmente, esa sensación de ardor finalizaba en los pulmones expandiéndose.	
Textura 6	Zona abdominal	Contracción, rigidez	El estómago al encontrarse encorsetado ante la sorpresa de la situación sentía como se contraía y volvía rígido ante la presión que estaba soportando de forma directa sobre él.	
Textura 7	Zona torácica	Expansión y contracción	Tras sentir la sorpresa y la aparición de mis ganas de llorar, mi caja torácica hacía movimientos de inhalación y exhalación eran cada vez más profundos y controlados para poder controlar esta reacción de mi cuerpo.	
Textura 8	Zona torácica	Expansión	El tener la sensación de querer llorar supuso en mi cuerpo una extensión en la zona pulmonar hacia las extremidades de mi cuerpo que partía como centro de expansión de este lugar.	

Textura 9	Zona abdominal, zona torácica y brazos.	Tensión, rigidez y contracción	Las ganas de llorar fue el detonante que hizo que mi estómago (color rojo) volviera a esa sensación de nudo, que mis brazos volvieran a estar rígidos (color azul) y el detonante fue la contracción de mi caja torácica (color verde) notando como la respiración se aceleraba	
-----------	---	--------------------------------	---	---

Nota: elaboración propia.

Fase 2.

Esta viñeta corresponde a una reflexión acerca de los vínculos afectivos que se crean con el alumnado. Tras analizar esta narración me crearon múltiples preguntas sobre mi reacción. ¿Es malo esto que me ha ocurrido? ¿Es algo normal? ¿Por qué me afecta más con unos alumnos que con otros? ¿Por qué contuve mis lágrimas? ¿Por qué reaccioné de esta forma?

Estas preguntas me hicieron indagar acerca de lo ocurrido encontrando una relación en el ámbito emocional en el que la emoción que adquirió el protagonismo corporal fue la sorpresa centrada en mi zona abdominal como lugar predominante.

A través de esta emoción, clasificada por Bisquerra (2009) dentro de la categoría de emociones ambiguas, tiene una fuerte relevancia las funciones adaptativa y social del ser humano. Haciendo referencia a la primera función presentada, adaptativa se muestra como mi organismo, influenciado por vivencias anteriores es capaz de gestionar la conducta emocional acorde al lugar en el que se encontraba. Se pone de manifiesto la concepción de imagen docente, entendida como la proyección del maestro sobre el alumnado de diferentes conceptos tanto personales como profesionales que quiere transmitir. Esta idea, creo que tuvo gran relevancia en mi forma de actuar intentando no demostrar una debilidad acorde a la situación en la que me encontraba. Por este motivo y relacionándolo con el tema central de este trabajo, las emociones primarias como son la sorpresa y su posterior exploración como respuesta adaptativa, según Bericat (2012). Se muestra en mi caso enfocada hacia la exploración de una respuesta emocional para la posterior alegría en la afiliación con este alumno desde el momento de su llegada al centro, pero sin mostrar en ningún momento una debilidad como maestra en el ámbito de la expresión, comunicación corporal, identidad docente e imagen corporal.

Tras esto, también entra en acción la función social, como he mencionado con anterioridad, en ella, se puede ver como la conducta me permitió comunicar mi estado afectivo hacia el alumno, pero controlando la propia actuación, su intensidad y durabilidad. A esto se le añade y respondiendo a la cuestión anterior, el hecho de que con algunos alumnos nos entendemos y compenetrarnos mejor, pero eso no debe hacernos

cambiar con el resto del alumnado presente en el aula.

En conclusión, las emociones generadas en la docencia se manifiestan en la base de esta profesión: las relaciones humanas. A lo largo de nuestra vida profesional y personal, nos encontraremos situaciones agradables, molestas, desapacibles... lo que debemos intentar es ser conscientes de las emociones que nos producen y cómo poder gestionarlas.

6. CONCLUSIONES

Para finalizar este Trabajo Fin de Grado, paso a exponer algunas conclusiones que he alcanzado a lo largo de la realización de él que se une a mis conocimientos adquiridos en la formación recibida durante estos cuatro años de grado.

El proceso de investigación que me ha permitido realizar este trabajo de forma bibliográfica como introspectiva sobre mi propia práctica docente ha permitido que tome conciencia de las interacciones que se producen de forma continua entre el cuerpo y las emociones. Además, ver cómo están condicionadas por mis vivencias pasadas. Se debe destacar cómo su realización y análisis me ha aportado una mejora en el desarrollo de mi conciencia corporal valorando mis experiencias emocionales formándome en lo personal y profesional a partes igualitarias logrando uno de los objetivos propuesto en la elaboración de este trabajo acerca de la competencia emocional.

A esto se le añade, que la capacidad de sentir emociones y sentimientos es algo esencial en el proceso de maduración, que como docentes debemos de tener en cuenta tanto en el alumnado como en nuestra propia figura como profesionales. Esto se debe a que las emociones encienden y mantienen la curiosidad y, por ende, en el descubrimiento e interés (Mora, 2013) que para los docentes son aspectos esenciales durante toda su vida profesional dado que se trata de una profesión de continua evolución y adaptación.

Considero importante que como futura maestra de Educación Física ser consciente como apunta Mier (2013) de la necesidad de analizar reflexivamente nuestra tarea práctica para adaptarnos a la realidad hecho que hoy en día, en algunas aulas el cuerpo pasa a un segundo plano llegando a descorporeizar la práctica docente, sin tomar conciencia de los procesos corporales y emocionales que ocurren al maestro dentro del aula y que conlleva a frustraciones por su práctica.

Además, el mundo interno y su distinción entre emociones y pensamientos a la hora de realizar el análisis introspectivo de las diferentes viñetas en mi práctica docente hace que en numerosos momentos, aunque se trata de un reflejo subjetivo de mi realidad individual,

me costaba llegar al punto de reflexión dado que la relación entre la emoción y la corporeidad se trata de un hecho subjetivo, fenomenológico y cualitativo.

Para ayudarnos a desarrollar esto, la herramienta propuesta para narrar la autoconsciencia corporal de la práctica docente en este trabajo: diario corporal docente y el posterior análisis de las texturas corporales y análisis, viene determinado porque estos relatos esconden el sentido de la vida de las personas que está escondida detrás del proceso que recorre cada persona a lo largo de su vida. A esto se le añade, que ayuda a entender el propio cuerpo, su forma de actuar y aplicar en el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula.

A partir de esta investigación, de la que en un principio partía de establecer una relación entre en TPC y las emociones, como se indica en el último objetivo propuesto en este trabajo, supuso una limitación dado que en este modelo se habla del ámbito emocional de forma clara y precisa en la tendencia docente destacando cómo se entiende el cuerpo del docente aprovechando el enriquecimiento que se le presenta en el proceso de enseñanza-aprendizaje impulsando con este su propio desarrollo personal y profesional. A través de este hecho, dentro de la tendencia discente del Tratamiento Pedagógico de lo Corporal podría encontrar una propuesta para trabajar en un futuro centrándome en la autoconsciencia-corporal del maestro dentro del aula educativa enfocándose en las emociones y su influencia en el cuerpo a través del Diario Corporal Docente como herramienta para la escucha corporal, análisis y reflexión de los diferentes sucesos que ocurren en el aula al docente.

Para finalizar con este trabajo fin de grado me gustaría mencionar “La empatía, el acercamiento emocional, la conciencia del propio cuerpo es la puerta que abre al conocimiento y con él, a la construcción de un buen ser humano”. (Mora, 2013).

7. BIBLIOGRAFÍA

- Abardía, F. (2021). Apuntes de la asignatura Expresión y Comunicación Corporal. Departamento de Didáctica en Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Valladolid. Campus de Palencia.
- Baena, A (2011). Análisis del concepto de educación física escolar en primaria y secundaria.<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22051/1/1.%20Concepto%20EF.pdf>
- Barrett, L. (2018). *La vida secreta del cerebro. Cómo se construyen las emociones*. Paidós.
- Bericat, E. (2012). Emociones. Sociopedia.isa, 1-13. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra-Alzina, R. (2003) Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, Vol 21, nº 1.
- Bores, N. (2005). *Lecciones de psicomotricidad en Educación Infantil: los primeros pasos de la Educación Física Escolar*. Inde publicaciones.
- Chóliz, M. (2005): Psicología de la emoción: el proceso emocional. <https://www.uv.es/~cholz/Proceso%20emocional.pdf>
- Delors, J. (1996). La educación encierra un tesoro. Madrid: Santillana, Ediciones UNESCO. http://innovacioneducativa.uaem.mx:8080/innovacioneducativa/web/Documentos/educacion_tesoro.pdf
- Díaz, J. L., & Flores, E. (2001). La estructura de la emoción humana: un modelo cromático del sistema afectivo. *Salud Mental*, 24(4), 20-35. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2001/sam014c.pdf>
- Fernández-Abascal, E., Rodríguez, B., Sánchez, M., Díaz, M., & Sánchez, F. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramon Areces.
- González, G y Martínez, L. (2018). Los Diarios Corporales Docentes como Instrumentos de Reflexión y de Evaluación Formativa en el Prácticum de Formación Inicial del

- Profesorado. Estudios Pedagógicos 44 (2), 184–202.
<https://doi.org/10.4067/s0718-07052018000200185>
- Gondim, S., y Estramiana, J. (2010). Naturaleza y cultura en el estudio de las emociones. *Revista Española de Sociología*, 13
- Ibarrola, B. (2011). Cómo educar las emociones de nuestros hijos. Conferencia celebrada en el Auditorio CAM de Alicante, España.
- Linares, V., Rodríguez, J., González, A., y Guadalupe, L. (2009). Emoción y cognición: implicaciones para el tratamiento. *Terapia psicológica*, 27(2).
<https://doi.org/10.4067/s0718-48082009000200008>
- Martínez, L. Bores, N. et al. (2009). Una perspectiva escolar sobre la Educación Física: buscando procesos y entornos educadores. In R. Gómez & L. Martínez (Eds.), *La Educación Física y el deporte en Edad escolar: el giro reflexivo en la enseñanza*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Martínez, L. (2013). El tratamiento de lo corporal en la formación inicial del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27(3), 161-175.
<https://doaj.org/article/fc3ea6ae903042c1bd007400bb1419c8>
- Martínez, L., y González, G. (2016). Docentes de carne y hueso: enseñar con cuerpo. *Ágora Para La EF y El Deporte*, 18(3), pp. 259–275.
- Martínez, L. (2021). Apuntes de la asignatura Potencial Educativo de lo Corporal. Departamento Didáctica en la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Valladolid. Campus de Palencia.
- Mier, M. (2013). Reflejos de la identidad profesional: Historia de vida de una maestra de infantil. Universidad de Valladolid [TFG]. Campus de Palencia.
- Mora, F. (2013). Solo se puede aprender aquello que se ama. Alianza Editorial.
- Poblete-Christie, O. (2023). Texturas corporales de la experiencia emocional de profesoras chilenas en aula. *Márgenes*, 4(1), 53-70. <https://doi.org/10.24310/mgnmar.v4i1.14510>
- Águila Soto, C. y López Vargas, J.J. (2019). Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 35, pp. 413-421.

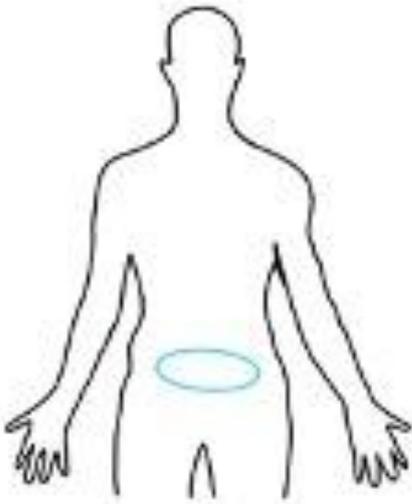
- <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6761710.pdf>
- Troya, M. (2013). Teoría Evolutiva de las emociones. <http://bonding.es/teoria-evolutiva-las-emociones/>
- Vaca, M. (1996). La Educación Física en la práctica en Educación Primaria. Planificación, desarrollo y análisis de unidades didácticas, Cuerpo, Educación y Motricidad. Palencia.
- Vaca, M. y Medina, M. (1997). Tratamiento pedagógico de lo corporal en educación infantil: construir el significado educativo de una práctica desde la interpretación y explicación compartida de lo ocurrido. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 1, 12. <http://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/11162/75931/1/00820093005746.pdf>
- Vaca, M. (2018). Taller del cuerpo. Cuarenta años de historia en los colectivos de renovación pedagógica – Crónica de intervención de Marcelino Vaca. Ponencia presentada en el Concejo Educativo de Castilla y León.
- Vaca, M y Varela, M^a Soledad (2006). Estoy dentro de mi cuerpo. Cuadernos de Pedagogía. N.º 353. pp. 26-28.
- Vaca, M y Valera, M^a Soledad (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)*. Graó.
- Vaquero, A., Macias, O. y Macazaga, A. (2014). La práctica corporal y la imagen corporal: reconstruyendo significados. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17 (1), 163-176. <https://www.redalyc.org/pdf/2170/217030664012.pdf>
- Vicente, M. (2010). Educación Física e ideología. Creencias pedagógicas y dominación cultural en las enseñanzas escolares del cuerpo. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 76-85. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34674/18785>
- Von Doellinger, O. (2011). Cuerpo e identidad estereotipos de género, estima corporal y sintomatología psiquiátrica en una población universitaria. [tesis doctoral,

8. ANEXOS

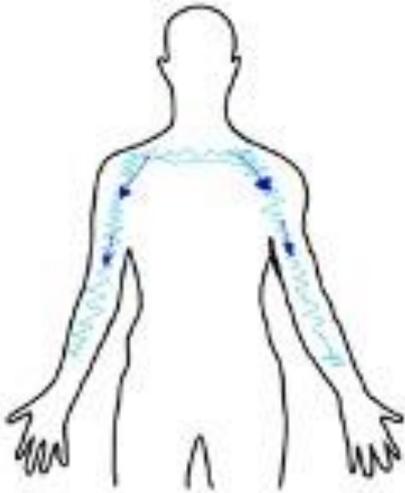
Anexo 1.

Imágenes de las texturas corporales pertenecientes a la viñeta 1.

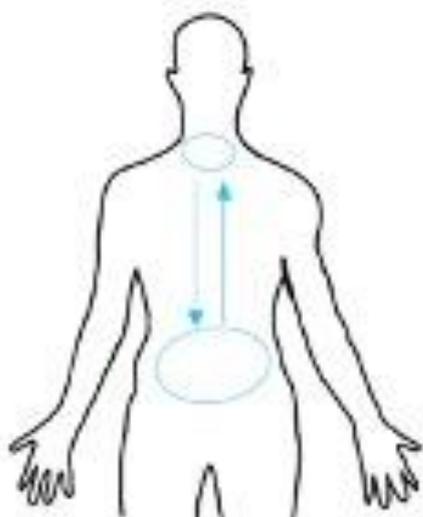
Textura 1.



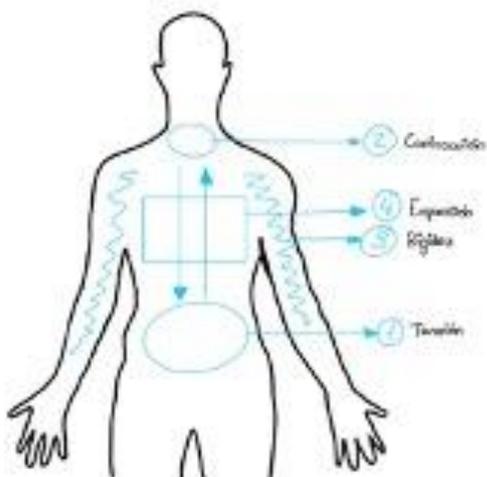
Textura 2.



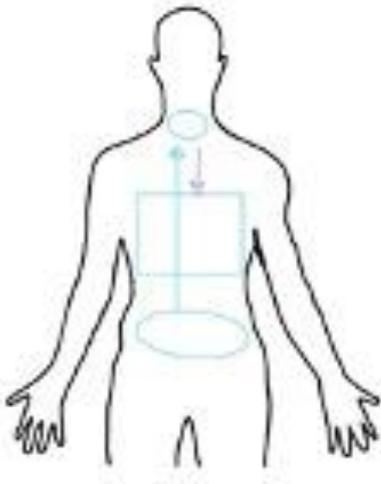
Textura 3.



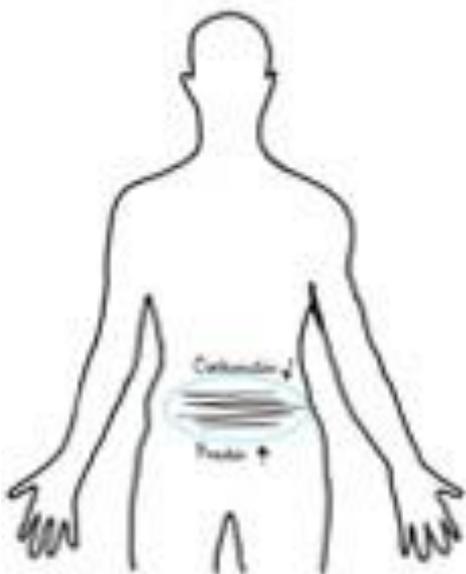
Textura 4.



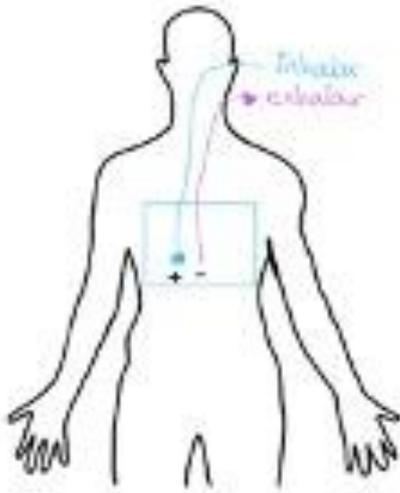
Textura 5.



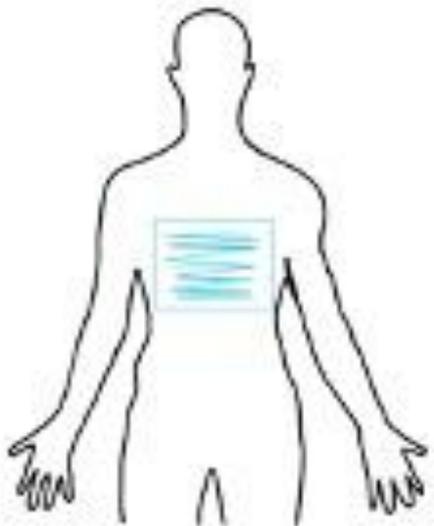
Textura 6.



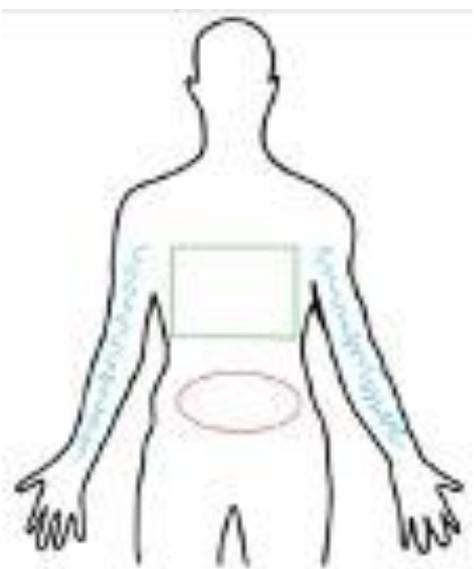
Textura 7.



Textura 8.



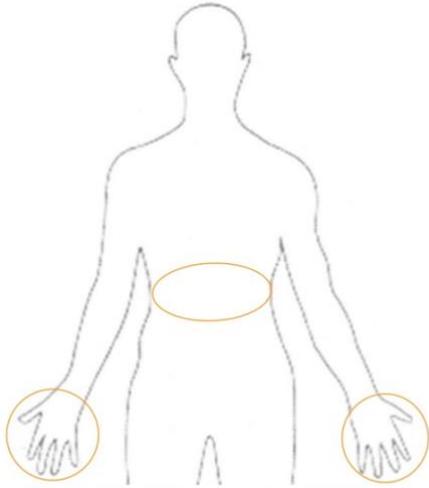
Textura 9.



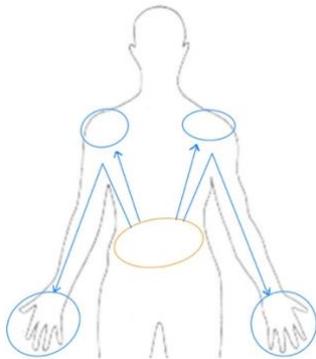
Anexo 2.

Imágenes de las texturas corporales pertenecientes a la viñeta 2.

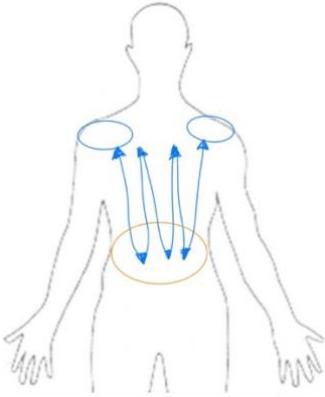
Textura 1.



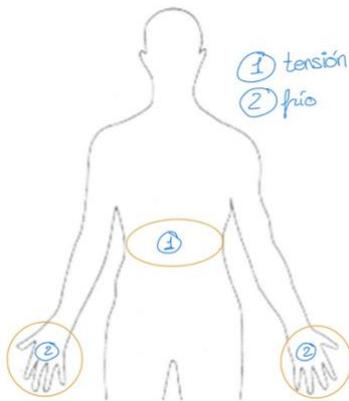
Textura 2.



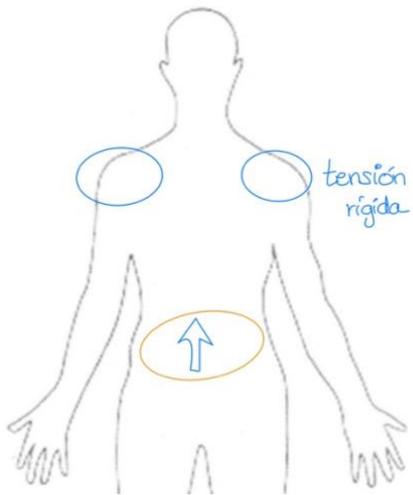
Textura 3.



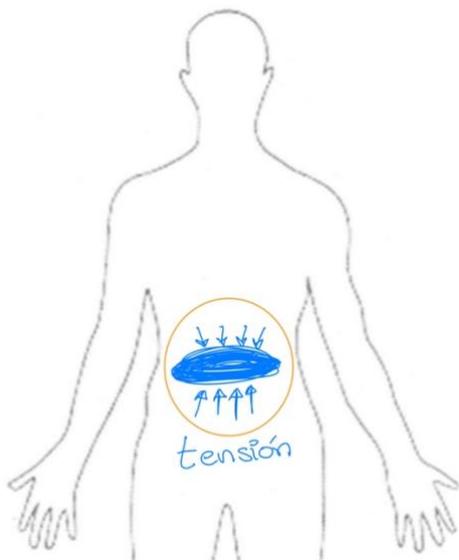
Textura 4.



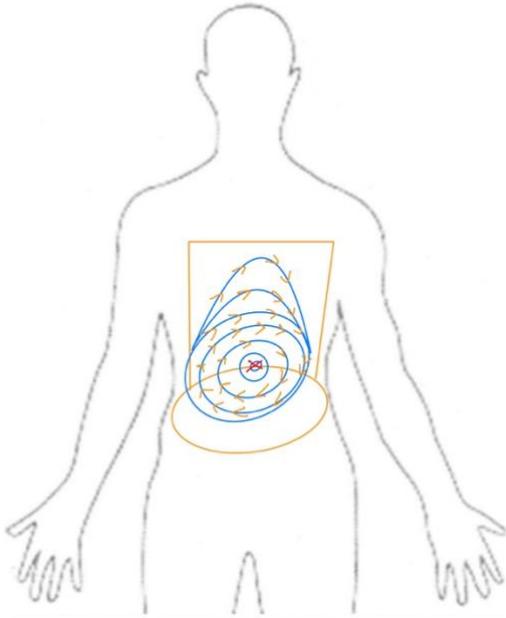
Textura 5.



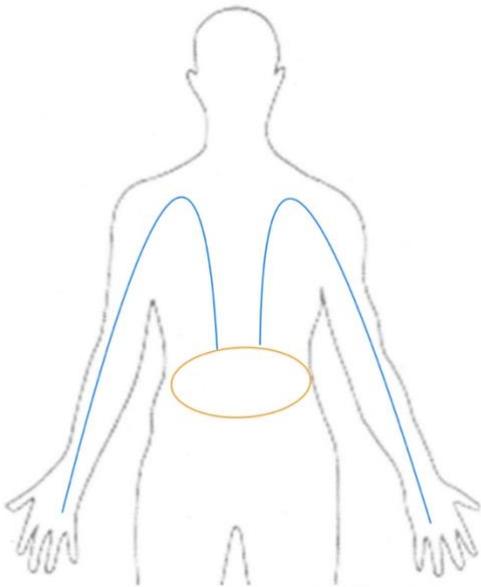
Textura 6.



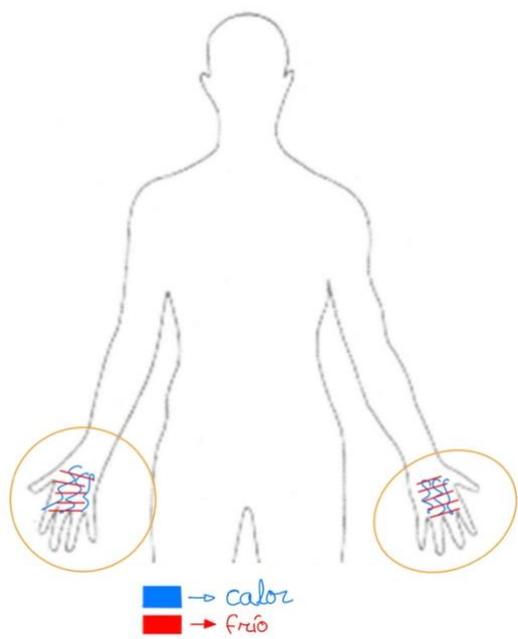
Textura 7.



Textura 8.



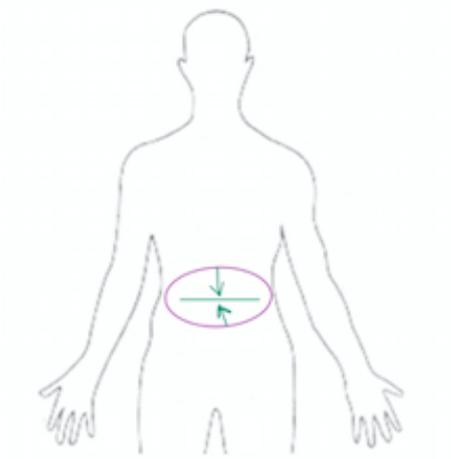
Textura 9.



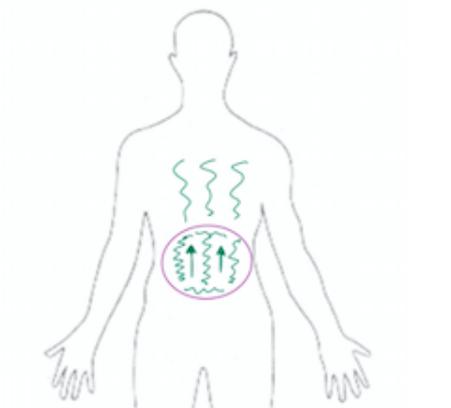
Anexo 3.

Imágenes de las texturas corporales pertenecientes a la viñeta 3.

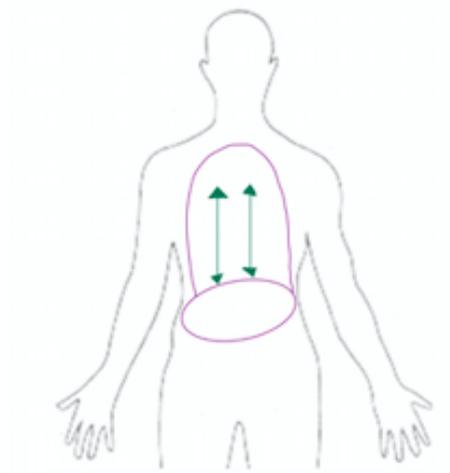
Textura 1.



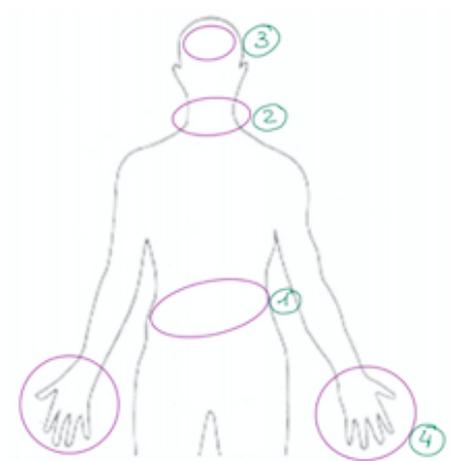
Textura 2.



Textura 3.



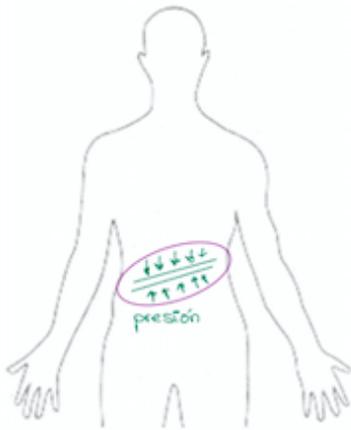
Textura 4.



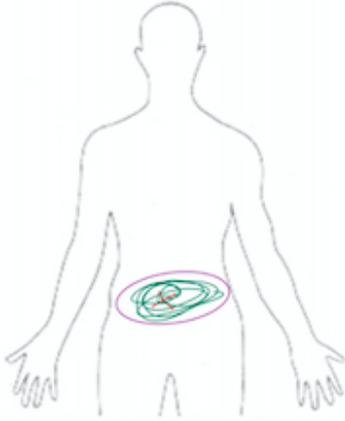
Textura 5.



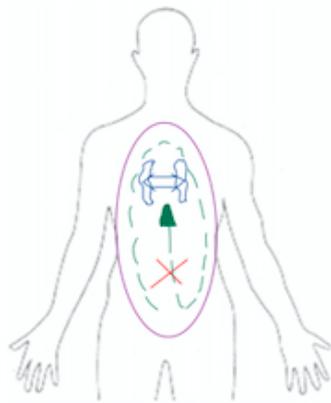
Textura 6.



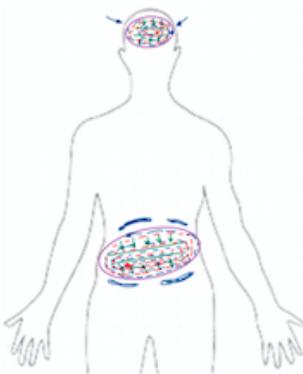
Textura 7.



Textura 8.



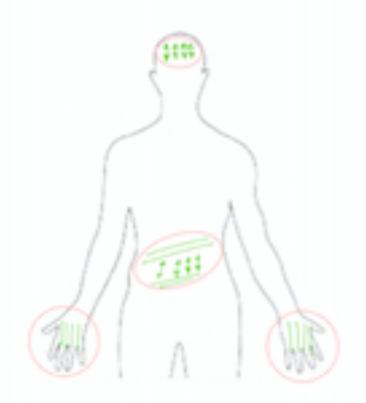
Textura 9.



Anexo 4.

Imágenes de las texturas corporales pertenecientes a la viñeta 4.

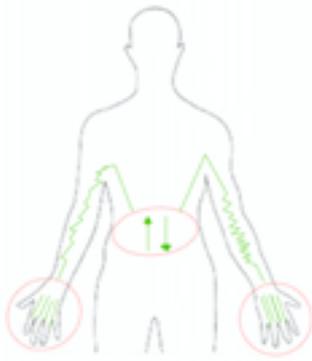
Textura 1.



Textura 2.



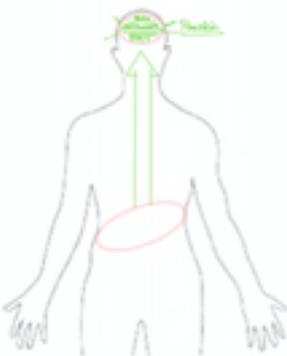
Textura 3.



Textura 4.



Textura 5.



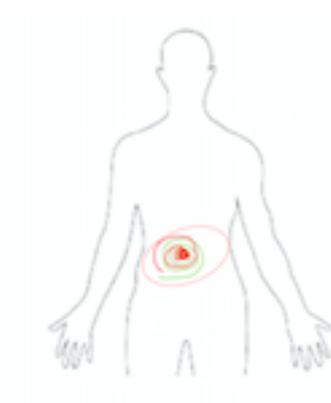
Textura 6.



Textura 7.



Textura 8.



Textura 9.

