

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA

Trabajo Fin de Grado

EN LA ESCUELA EL CUERPO SÍ SIRVE

César Nieto San José



Grado de Educación Primaria (Mención Educación Física)

Tutor: Marcelino Vaca Escribano

Curso 2013/2014

RESUMEN

“En la escuela el cuerpo sí sirve” es la respuesta a la afirmación de Tonucci, “En la escuela el cuerpo no sirve”. Aborda este TFG el sentido y el tratamiento que el cuerpo y la motilidad reciben en la jornada escolar. Señala los momentos en los que a lo largo de la misma podemos encontrar una presencia corporal notable. Plantea y justifica una serie de experiencias reales en las que la atención a lo corporal aporta resultados significativos y de interés educativo.

PALABRAS CLAVE

Corporal, motilidad, cuerpo, sirve, jornada, escolar, tratamiento, transversal.

ABSTRACT

"At school serves the body itself" is the answer to the claim Tonucci, "At school the body does not serve." TFG addresses this sense and treating the body and motility are in the school day. Notes moments where along the same body can find a remarkable presence. Posed and justified a series of real experiments in which attention to body brings significant results and educational value.

KEYWORDS

Corporal, motility, body serves, day, school, treatment, cross.

ÍNDICE

JUSTIFICACIÓN	3
OBJETIVOS DEL TFG.....	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	7
EL CUERPO Y SU MOTILIDAD EN EL CURRÍCULUM OFICIAL	8
LO CORPORAL, UNA CONSTANTE EN LA ACTIVIDAD EDUCATIVA	13
Comunicación verbal y no verbal: el lenguaje corporal.....	13
EL CUERPO, EL MOVIMIENTO Y LA VIDA ESCOLAR.....	21
LA DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EN LA ESCUELA Y SU INFLUENCIA.....	24
ATENDIENDO LO CORPORAL A TRAVÉS DE LAS CUÑAS MOTRICES.....	28
EXPERIENCIAS ESCOLARES QUE REFRENDAN LAS HIPÓTESIS MANEJADAS	31
La escuela de O Pelouro, cerca de Tuy, Pontevedra.....	31
Tinkering school	32
Escuela de bosque	33
DISEÑO DEL TFG	35
ENTENDER Y ATENDER EL ÁMBITO CORPORAL	36
Experiencia 1: Conoce tu cuerpo.....	37
Experiencia 2: El cuerpo se expresa.....	38
Experiencia 3: Expresión corporal.....	39
Experiencia 4: Cuñas motrices para la tonificación	41
Experiencia 5: Cuñas motrices para la relajación	42
Experiencia 6: El cuerpo expuesto	43
Experiencia 7: El cuerpo suelto	44
CONCLUSIONES.....	47
CONCLUSIONES SOBRE LOS OBJETIVOS DEL TFG.....	47
CONCLUSIONES SOBRE LOS CONTENIDOS DEL TFG	48
BIBLIOGRAFÍA.....	51

JUSTIFICACIÓN

A lo largo de nuestras experiencias escolares hemos vivido en primera persona, y seguimos observándolo indirectamente a través de familiares, conocidos o incluso en nuestras prácticas docentes, como los cuerpos de los alumnos son sometidos a largos periodos de quietud, de inmovilización tras un pupitre, o por el contrario, dejándoles una libertad absoluta en los tiempos de recreo, y por tanto, prestándoles atención únicamente en la materia de Educación Física, atendiendo a cuestiones motrices, relacionadas con habilidades y capacidades. Pero es cierto que el cuerpo está presente siempre, en cualquier materia, en cualquier asignatura o cualquier actividad. Por esta razón parece interesante desde un punto de vista pedagógico abordar el tratamiento del cuerpo en la jornada escolar completa, en todas las materias y los momentos de recreo, cómo está presente y cómo influye en el desarrollo y éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En los Objetivos generales de Grado, el objetivo número 11 plantea *“Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes”*. Desde dicho objetivo se plantea la reflexión sobre prácticas que nos permitan innovar, de este modo, si atendemos, cómo hasta ahora se ha hecho, únicamente a la memorización de conocimientos como aprendizaje que debe obtener el alumnado, el cuerpo no influirá. Pero las nuevas corrientes educativas apuestan por centrar la atención en el proceso y los procedimientos que los alumnos deben realizar para obtener dichos conocimientos, con lo cual, es evidente la importancia que el cuerpo adquiere en este proceso y por tanto, la labor de innovación que como futuros docentes debemos llevar a cabo. En la segunda parte del objetivo nos propone el aprendizaje autónomo y cooperativo, de los cuales no podemos pasar por alto la dimensión corporal que tras esto se esconde. Cualquier cooperación implica relacionarse, y en cualquier relación el cuerpo está presente, por lo tanto, es motivo de estudio la influencia del cuerpo en el aprendizaje.

Además, a partir de estas cuestiones, podemos plantearnos como docentes, que el niño o la niña no responde de la misma manera en los diferentes momentos de la jornada escolar, el cansancio y la fatiga, el sueño, etc. son elementos que no podemos separar de lo corporal pero que sin embargo debemos atender. El niño expresa en numerosas ocasiones momentos de inquietud por causas muy variadas, y el docente debe poder dar respuestas corporales para conseguir un éxito de aprendizaje por parte del alumno.

El cuerpo, como ya hemos mencionado anteriormente, ha sido objeto de tratamiento únicamente en la materia de Educación Física. Sin embargo, si atendemos a las Competencias específicas de dicha materia, en la competencia número 5 podemos leer *“Conocer y comprender de manera fundamentada el potencial educativo de la Educación Física y el papel que desempeña en la sociedad actual, de modo que se desarrolle la capacidad de intervenir de forma autónoma y consciente en el contexto escolar y extraescolar al servicio de una ciudadanía constructiva y comprometida. El desarrollo de esta competencia conlleva:*

- a. Conocer y valorar el propio cuerpo y sus posibilidades motrices.*
- b. Conocer el desarrollo psicomotor de 6 a 12 años.*
- c. Conocer el significado de la imagen del cuerpo, de las actividades físicas y su evolución histórico-cultural.*
- d. Conocer los fundamentos biológicos y fisiológicos del cuerpo humano, así como los procesos de adaptación al ejercicio físico y su relación con la salud, higiene y la alimentación.*
- g. Conocer y dominar los fundamentos de la expresión corporal y la comunicación no verbal.*
- j. Conocer los aspectos que relacionan la actividad física con el ocio y la recreación para establecer las bases de utilización del tiempo libre: teatro, danza, deportes, salidas, etc.”*

Tras la lectura de esta competencia observamos cómo la materia de Educación Física no puede abordar de forma individual y aislada cuestiones que no versan exclusivamente sobre esta materia, es decir, que mantienen una relación directa con competencias transversales aplicables a otras asignaturas u otros momentos que se dan durante el tiempo que el escolar está en el centro. Por ejemplo, el apartado c, puede verse inmerso en cualquier materia, podemos citar algunas dinámicas o actividades como las siguientes: podría tratarse en alguna unidad de Conocimiento del Medio referente a las Ciencias Sociales, donde nos muestren la evolución histórica de la imagen corporal, y las causas y consecuencias que han llevado a transformar dicha imagen, o en la parte de Ciencias Naturales se pueden abordar los beneficios de la actividad física. También podemos ver relación en el apartado g, el cual aparece en infinidad de momentos dentro del aula (una exposición, una explicación, una lectura en voz alta, el patio, etc.) o el último apartado, que aunque esté presente más intensamente en actividades desarrolladas fuera del aula, no por ello es menos importante y exclusivo de la educación física, o ¿acaso el recreo no es un momento de enseñanza-aprendizaje donde el cuerpo tiene un gran protagonismo?

Según la Real Academia de la Lengua, motilidad es la “*facultad de moverse*” o la “*capacidad para realizar movimientos complejos y coordinados*”, por lo que parece consecuente, que el cuerpo y su motilidad debe ser objeto de tratamiento a lo largo de toda la jornada escolar y no reducirlo al área de Educación Física, al menos, si atendemos a la primera acepción.

Por todo lo expuesto en estas líneas, parece interesante abordar un estudio sobre la influencia del cuerpo en las aulas, sobre cómo está presente y qué labor deben desempeñar los docentes para atender esta cuestión, para así poder decantarnos por la afirmación contraria a la que irónicamente plantea Tonucci, y por tanto, afirmar, el cuerpo en la escuela sí sirve.

OBJETIVOS DEL TFG

Los objetivos que me planteo conseguir con la elaboración de este documento y su posible puesta en práctica como futuro docente son:

- Conocer y utilizar como Maestro Tutor que colabora con el Maestro Especialista en Educación Física (MEEF) las posibilidades del cuerpo y su motilidad para desarrollar su potencial educativo en diferentes capacidades escolares, no sólo motrices, sino comunicativas, de cognición, de distensión, afectivas, sociales, etc.
- Elaborar propuestas educativas donde el cuerpo y la motricidad participe en el crecimiento personal y en la construcción del aprendizaje.
- Construir recursos valiosos para el intercambio entre el MEEF y el Maestro Tutor que doten de una mayor calidad e intercomplicidad a sus proyectos compartidos.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

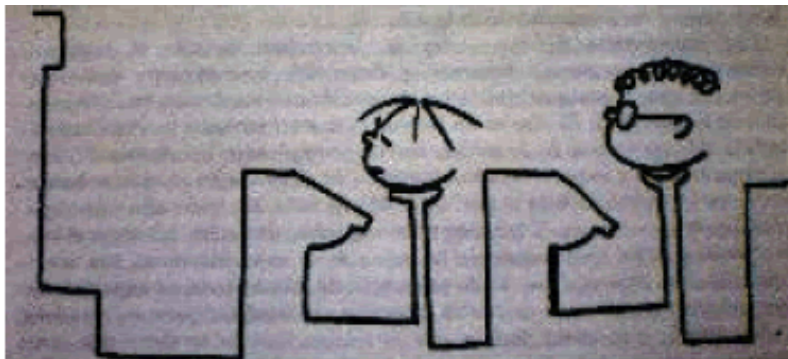


Figura 1. “En la escuela el cuerpo no sirve” (Alfieri, 1979)

“En la escuela el cuerpo no sirve”, afirma Tonucci, en Alfieri (1979, p. 7). Este comentario lo cita al pie de un dibujo en el que se observa un niño sentado en un pupitre trazado con la misma línea éste y el pupitre, como si de un solo ente se tratara. El carácter irónico y a la vez de cierta reivindicación pedagógica es lo que nos sirve de punto de partida para elaborar este documento e intentar clarificar y argumentar la valía o no del cuerpo en la escuela, dentro y fuera de la Educación Física. De este hecho nace este TFG, de demostrar como las palabras que integran el título no sólo son eso, palabras, sino que es una realidad en las aulas y en los centros educativos.

Para fundamentar mi trabajo, me ha parecido oportuno estudiar una serie de temas que nos llevan a reafirmar el título de este documento, “En la escuela el cuerpo sí sirve”, y estos son: la idea de cuerpo y motilidad que se desprende del currículo oficial, el cuerpo como lenguaje, el tratamiento que, generalmente, recibe el cuerpo en la escuela, las repercusiones corporales de la jornada escolar y el tratamiento pedagógico de lo corporal.

EL CUERPO Y SU MOTILIDAD EN EL CURRÍCULUM OFICIAL

Para poder comenzar a analizar un tema de trabajo referido al ámbito escolar, concretamente, en este caso, a la etapa de Educación Primaria, es coherente analizar cómo el documento oficial que regula dicha etapa nos plantea este tema. Por tanto, en líneas sucesivas, lo que se pretende es observar y reflexionar sobre si el Currículum Oficial de Educación Primaria en Castilla y León aborda el tratamiento de lo corporal, y en su caso, de qué manera lo hace.

El Decreto 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León enuncia en su artículo 2 denominado “finalidad”: “...*la finalidad de la educación primaria es proporcionar a los alumnos una educación que les permita afianzar su desarrollo personal, adquirir habilidades y conocimientos relativos a la expresión y comprensión oral, a la lectura, a la escritura y al cálculo, así como a desarrollar habilidades sociales, hábitos de trabajo y estudio, el sentido artístico, la creatividad y la afectividad.*”

Parece tener una clara referencia el cuerpo y su motilidad en estas primera palabras, pues dicen que la finalidad de dicha etapa tiene que contener aspectos como la expresión, como las habilidades sociales o la afectividad entre otras, aspectos relacionados de una forma muy notable y visible con lo corporal.

Si seguimos analizando este documento oficial, en sus objetivos para la Educación Primaria nos encontramos con lo siguiente: “*k) Valorar la higiene y la salud, conocer y respetar el cuerpo humano...; l) Comunicarse a través de los medios de expresión verbal, corporal, visual, plástica, musical y matemática, desarrollando la sensibilidad estética, la creatividad y las capacidades de reflexión, crítica y disfrute de las manifestaciones artísticas.*”

Seguimos observando que nos formulan unos objetivos que no pueden dejar de lado el cuerpo de los alumnos, que deben atender esta cuestión para lograr lo que se nos exige para la etapa. En el primer objetivo que nos enuncian el cuerpo se muestra a través de aspectos cómo el propio conocimiento corporal o cuestiones relacionadas con la higiene postural o el cuidado saludable del cuerpo, aspectos no específicos de la Educación Física y que mantienen una clara intención de atender el cuerpo. En el segundo objetivo

se puede observar la influencia de lo corporal al recalcar la búsqueda de una sensibilidad en aspectos como la expresión corporal, plástica o musical.

En los apartados donde el Currículo nos habla de los principios metodológicos generales nos viene a decir que debido a las características físicas y psicológicas de cada alumno o alumna, las metodologías del maestro “...se adaptarán a sus ritmos de trabajo y características personales de los alumno...”, por lo que trae como consecuencia aspectos corporales que se deben atender y adaptar en función de las características individuales, ritmos de trabajo, etc. Más adelante, en este mismo apartado, podemos entender estas cuestiones un poco mejor cuando dice “*Los cambios físicos, los progresos motores, el conocimiento del espacio y de la noción del tiempo, los matices que introducen en la construcción de la propia identidad, la evolución de la personalidad y de las manifestaciones afectivas y emocionales, el progreso del lenguaje, la vida en grupo y el desarrollo social, la imaginación y la expresividad, deben contemplarse en el proceso de enseñanza-aprendizaje e influir decisivamente en la selección de los métodos*”. Por tanto, queda constancia, de los múltiples momentos en que nuestro cuerpo está presente y debe ser atendido. Esto es lo que se pretende desde este apartado, que el maestro sepa adecuar sus propuestas y sus planteamientos a cada cuerpo, a cada momento corporal de cada alumno, los cuales muestran diferencias que no deben pasar desapercibidas en la búsqueda del éxito en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

A continuación, y siguiendo el análisis del Currículo Oficial de Educación Primaria, vamos a observar cómo se tiene en cuenta el cuerpo en algunas de las diferentes áreas.

En el área de Conocimiento del medio natural, social y cultural nos dice ya en su introducción que esta asignatura debe atender “...*el desarrollo evolutivo físico, sensorial y psíquico del alumnado (...), a su amplia capacidad e interés por aprender al establecer relaciones afectivas con los elementos de su entorno...*” lo cual, aspectos relativos a las experiencias sensoriales, no podemos desvincular de lo corporal. Así como tampoco podemos obviar la importancia que se dan a las relaciones afectivas con el entorno para la consecución y adquisición de ciertos contenidos. También añade: “*Los contenidos de esta área permiten conocer mejor la condición natural del ser humano como parte de la naturaleza y sus leyes, así como la interacción de los seres humanos con su entorno natural y social*” relación que se desprende tras experiencias

corporales que integran al niño en su entorno y que por lo tanto, es coherente defender, que esto no se puede conseguir sin una experiencia corporal que integre al niño en su entorno.

En los objetivos de esta área nos plantean algunas metas que se deben conseguir como aprende a escuchar, a dirigirse a las personas, a exponer unos argumentos, así como a cuidar nuestra higiene y nuestro cuerpo, con lo cual, observamos, que estos son aprendizajes eminentemente corporales que se deben llevar a cabo en esta materia.

Analizaremos ahora el área de Educación artística. Ya en la introducción nos dicen *“Los alumnos de educación primaria aprenderán a utilizar y a entender la Plástica y la Música como formas específicas de la expresión y de la representación de dimensiones de la realidad que les son propias. Siendo constantes y diversos los estímulos de carácter visual y auditivo en el entorno cotidiano, resulta cada vez más necesario que la educación proporcione un filtro consciente de los que se percibe, aportando claves para la identificación de códigos y mensajes visuales y sonoros, así como de elementos y materiales interesantes en la creación plástica y musical”*. Es evidente como la relación entre elementos auditivos y/o visuales, y el cuerpo, son inseparables, y por eso se debe atender el desarrollo corporal no sólo visuales o auditivos, sino sensoriales, expresivos o incluso motores, que puedan conseguir movimientos más finos en algunas expresiones plásticas o musicales. Además, en esta área adquiere una mayor importancia la atención que se debe prestar a lo corporal, si cabe, debido al énfasis que hace en que estos estímulos visuales y auditivos son cada vez más frecuentes en nuestra sociedad, y es por tanto, un necesidad mayor y cada día más urgente la de educar en las cuestiones corporales que aquí se persiguen.

En los objetivos de esta materia inciden en la consecución de algunas capacidades como expresar sentimientos o ideas a partir del sonido o la imagen, lo cual, una vez más nos están mostrando elementos como las emociones, los sentimientos, la afectividad, la expresión o las vivencias que no son otra cosa que experiencias corporales que según este documento se deben desarrollar.

La siguiente área que se aborda en el Currículo es la de Educación Física, la cual pasaré por alto en este momento debido a dos razones: la primera, no considero necesario justificar como el cuerpo está integrado en el currículo en esta área, pues es evidente como lo corporal es el centro de atención de esta materia. Y la segunda razón, es que mi

TFG pretende defender como la figura corporal está presente en toda la jornada escolar, entendiendo con esto materias y otros momentos de la misma, por lo que centraré mis textos en intentar demostrar cómo el cuerpo aparece en los demás momentos que no son educación física.

En la asignatura de Lengua castellana y literatura también se debe tener muy en cuenta lo corporal tal y cómo se puede concluir de su introducción en relación con los procesos de comunicación: *“Es una de las primeras necesidades que experimenta el ser humano, y que se mantiene a lo largo de su vida; con ella se expresan conceptos, pero también vivencias, estados anímicos, deseos; a través de ella se nos ofrecen y ofrecemos todo tipo de mensajes. La lengua es indisociable de la personalidad: estructura y configura el pensamiento y la inteligencia.”* La personalidad no son sólo nuestras opiniones, sino nuestra forma de vestir, nuestra forma de sentarnos, nuestra manera de expresarnos, de hablar, de dirigirnos a las personas, y estos no son más que aspectos relacionados directamente con el cuerpo, que se deben educar y atender, y es por tanto evidente la importancia que tiene en este caso educar el cuerpo.

En sus objetivos y en relación con lo anterior se pretende desarrollar en el alumno la capacidad para expresarse oralmente en diversos contextos y *“...explorando cauces que desarrollen la sensibilidad, la creatividad y la estética”* además, en otro de los objetivos se pide *“5. Participar en diversas situaciones de comunicación, aplicando las reglas básicas de los intercambios comunicativos, tomando conciencia de los propios sentimientos, ideas, opiniones, y conocimientos, y respetando los de los demás.”* Sólo el hecho de exigir una exploración ya hace que el cuerpo deba estar implicado, además como ya hemos mencionado, la participación en un acto comunicativo exige de una dimensión corporal muy importante, pues tomar conciencia de sentimientos, ideas, etc. es un desarrollo de autoconocimiento corporal que se está persiguiendo en un acto comunicativo.

En cuanto a los objetivos que plantean en la materia de Lengua extranjera, no difieren apenas de los anteriores, correspondientes al área de Lengua castellana y literatura, los cuales hacen especial hincapié en las estrategias de comunicación verbales y no verbales, así como en la forma de expresarse en los diferentes discursos *“...utilizando procedimientos verbales y no verbales, adecuados al texto y la situación concreta, y adoptando una actitud respetuosa y de cooperación.”* Una vez más, como

anteriormente, se hace referencia a la importancia de componentes no verbales del acto comunicativo, componentes estos, inevitablemente corporales.

Tras el análisis del Currículum Oficial de Educación Primaria que rige los contenidos y las vías de actuación de los centros escolares, no podemos obviar y pasar por alto el tratamiento de lo corporal que desde éste se nos exige. En todas las materias analizadas en las líneas anteriores y que están contenidas en dicho documento, se formulan, como acabamos de estudiar, numerosas situaciones en las que el cuerpo adquiere una presencia incuestionable que el docente debe atender. No es una cuestión de especialistas, no sólo por las insuficientes dos horas destinadas a la Educación Física, sino porque para poder atender todos los aspectos que aquí están enunciando se requiere más tiempo, y así debe entenderlo el tutor. Es por tanto coherente, pensar que los aspectos corporales y motrices tienen un importante interés educativo, y éste, trasciende la Educación Física, en los tiempos, en las formas, etc.

La manera en que el cuerpo aparece y cómo se puede prestarle atención es el estudio que en los siguientes apartados se va a desarrollar.

LO CORPORAL, UNA CONSTANTE EN LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

Uno de los primeros aprendizajes de cualquier persona en sus primeros años es aprender el lenguaje, aprender a hablar. A través de las siguientes líneas vamos a observar como el acto de la comunicación depende en gran medida del lenguaje corporal.

Es de vital importancia saber actuar en cualquier acto de comunicación que se nos presenta a lo largo de la vida. Para esto, no basta con tener un conocimiento extenso del lenguaje verbal de un idioma o un amplio vocabulario, sino que la forma en que te expresas, los gestos, las posturas, técnicas de persuasión corporales, etc. son quizá más importantes que el propio vocabulario. Es precisamente este apartado, la comunicación a través del cuerpo, el que se va a desarrollar en las líneas sucesivas.

Vamos a comenzar haciendo un análisis general de los tipos de lenguajes que tienen lugar dentro de un proceso comunicativo en un primer momento y con la intención de situar al lector. A continuación se fundamenta la parte principal de cualquier acto comunicativo, donde se trabajan los elementos fundamentales que intervienen en el lenguaje corporal. Estos elementos son la quinésica, el paralenguaje y silencio expresivo, además de la proxémica; elementos que iremos definiendo a continuación.

Cada fundamentación de los elementos citados en las líneas anteriores tratan de orientar sus explicaciones hacia el uso de estos en el mundo de la educación, concretamente, al uso que profesores y alumnos pueden hacer de los diferentes elementos. Y en cuanto al objeto de estudio de este trabajo, tratarán de dar una respuesta de cómo están presentes en la jornada escolar, en todas las materias, en los recreos, o en cualquier otro momento dentro del centro escolar, por lo que parece oportuno, definir cada elemento y de qué manera se muestra corporalmente en todas las materias.

Comunicación verbal y no verbal: el lenguaje corporal

En primer lugar, es fundamental saber qué es la comunicación. Según Gloria Hervás Fernández la define como *“el acto mediante el cual una persona o personas transmiten a unas u otras, y por cualquier procedimiento, mensajes de contenido diverso, utilizando intencionadamente signos dotados de sentido para ambas partes, y por el que*

se establece una relación que produce unos efectos". Esta definición dice, en definitiva, que el proceso comunicativo se basa en la transmisión de cualquier mensaje entre el emisor y el receptor.

En cualquier proceso de comunicación, se pueden diferenciar dos tipos de actos comunicativos: el verbal y el no verbal.

El primero se refiere a los signos hablados, es decir, al lenguaje con el que se comunica el ser humano. Sin embargo, el segundo, que es el referente de esta fundamentación teórica, engloba la mayor parte de los elementos comunicativos que se van a trabajar con el lenguaje corporal, como son los movimientos corporales, los gestos, las expresiones faciales, los espacios, etc., los cuales tienen una gran relevancia dentro de la expresión corporal, es decir, de cómo utilizamos el cuerpo para expresarnos, ya que a partir de ellos el niño/a podrá exteriorizar lo que piensa o siente, siendo esto lo que más interesa.

Es fundamental saber que el acto comunicativo no verbal es mucho más complejo que el verbal, debido al contenido de cada uno de sus signos. Por tanto, al igual que es necesario aprender el acto verbal, sería un aprendizaje incompleto si no tuviésemos en cuenta el acto no verbal, pues la suma de ambas partes son las que dotan al alumno de las herramientas necesarias para enfrentarse al acto comunicativo y es, por tanto, evidente, la influencia del cuerpo en este tipo de actos tan habituales en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Debido a lo expresado en las líneas anteriores, parece oportuno mostrar un interés especial por parte de cualquier centro escolar y de los maestros de todas las materias en la formación en el uso del movimiento corporal, los gestos, las posturas, etc. Lo que se denomina con el término de **quinésica**.

Este componente de la comunicación no verbal es definido por Ray Birdwhistell como *"la capacidad de efectuar comunicación mediante gestos u otros movimientos corporales; incluyendo la expresión facial, el movimiento ocular y la postura entre otros"*. Esa definición deja ver de una forma objetiva que la comunicación no es algo únicamente verbal, sino que también interacciona en una mayor medida el cuerpo.

Los maestros, sean o no de Educación Física deben inculcar al alumnado la necesidad de comunicarse con el cuerpo, y no únicamente con la palabra. Tienen que saber que el

cuerpo no miente, que un mal gesto o una sonrisa inadecuada demuestran mucho acerca de lo que está pensando. Es decir, se puede decir que la palabra tiene el don de la mentira, pero el cuerpo es un fiel reflejo de la verdad, la cual es difícil de ocultar, idea que he interpretado a partir Wolf, Ch. (1966). Por eso, conviene hacer ver al alumnado la importancia que tiene el gesto, la expresión facial, el movimiento ocular o mirada y la postura. Es, pues, éste, un contenido que el maestro debe trabajar en el aula, con metodologías y actividades que contengan tanto elementos cognitivos y verbales, como elementos procedimentales donde el cuerpo es un medio tan o más importante que la palabra.

En un artículo publicado en el blog “El trastero de mi mente” nos dicen textualmente en el artículo de 25 de febrero de 2014 titulado “¿En qué zona de nuestro cuerpo se manifiesta cada emoción?": *“Nuestras emociones se encuentran doblemente relacionadas con nuestro cuerpo y con el sentido figurado que culturalmente les imputamos. El nudo en la garganta del miedo, las mariposas en el estómago del enamoramiento, la “tristeza seca” o la “furia fría” de Simone de Beauvoir son, aun en su dimensión metafórica, realidades físicas que experimenta nuestro cuerpo, reacciones y sensaciones que en última instancia poseen una dimensión innegable en los órganos y tejidos que también nos constituyen.”*

Es obvio tras leer estas líneas que el cuerpo no puede quedar inherente en el proceso de aprendizaje de nuestras manifestaciones tanto privadas como públicas. Podemos pensar que estas emociones y por tanto, estas reacciones corporales son espontáneas y consecuencia de imprevistos o acontecimientos presentes, pasados o futuros. Pero quizá nos debamos preguntar sobre los momentos no espontáneos como una exposición pública previamente preparada, una defensa ante un tribunal, acontecimientos como un examen o una actividad grupal, o momentos más libres corporalmente hablando como los recreos.

¿Siempre las emociones son una consecuencia o una reacción involuntaria del cuerpo, o por el contrario, podemos educar al cuerpo para controlar las emociones y que la consecuencia sea el éxito en el proceso comunicativo? Para responder a esta cuestión, debemos contar con el maestro tutor, que coordina el comportamiento global del niño en la escuela, y por tanto, estamos evidenciando de nuevo, la necesidad del tratamiento

de lo corporal y su motilidad en el conjunto de materias y momentos que engloban la jornada escolar.

A continuación mostramos una imagen obtenida del citado artículo, en el que se muestra una imagen térmica de cómo influyen las emociones en nuestros cuerpos:

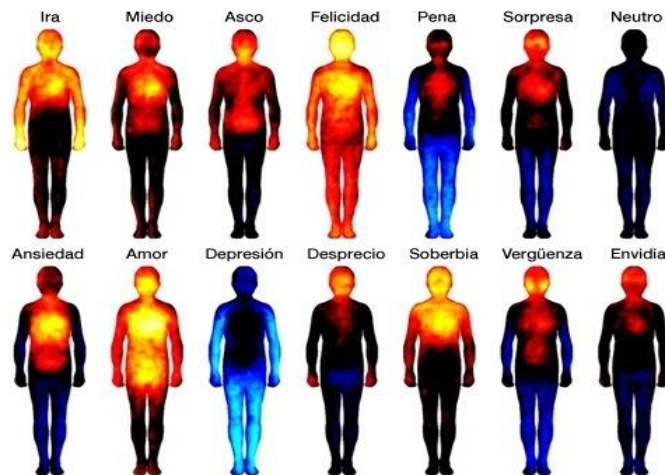


Figura 2. Térmica emociones

Es coherente pensar que el alumnado debe trabajar aspectos del cuerpo referentes a las emociones por la influencia directa que estas tienen con el proceso de comunicación.

Otro de los aspectos fundamentales de los cuales debemos hablar en esta fundamentación teórica que trata de hacer ver como hay cuestiones corporales y motrices, que los maestros, sean o no de Educación Física, deben conocer y saber tratar, son **la expresión facial** y el movimiento ocular o, mejor dicho **la mirada**. Los rasgos faciales, al igual que la mirada, sirven principalmente para la expresión de los sentimientos y de la identificación de los estados de ánimo.

Cuando se habla de la expresión facial, cabe señalar la importancia que tiene el rostro. Para Mark L. Knapp (1980) se pueden clasificar 6 expresiones faciales fundamentales: sorpresa, miedo, disgusto, cólera, tristeza y felicidad.

Durante mi estancia en prácticas, he observado como diferentes situaciones generaban estas expresiones faciales que acabamos de citar. Citaré un ejemplo: en la asignatura de Lengua estábamos realizando una actividad que el tutor la denomina “ronda de verbos”, la cual consiste en organizar a todos los niños y niñas en una hilera, y como si de una liga se tratara, ir escalando puestos o descendiendo al responder adecuadamente los tiempos verbales que se pregunten. Era el turno de un niño muy tímido, que apenas

muestra expresión alguna en los momentos en los que interviene, y el cual, estudia y memoriza la mayoría de los contenidos al pie de la letra por el miedo al ridículo, al fallo o a la burla. Cuando le preguntó el tutor, su rostro fue pasando de un estado neutro y sin expresión, a un estado de tristeza, en un primer momento, y poco a poco fue expresando miedo. Las posibles mejoras y soluciones sobre este hecho pueden ser variadas y debatidas, pero lo que en estas líneas nos ocupa, es cómo está presente lo corporal, en este caso la expresión facial, en un área diferente al de Educación Física.

Tras esto, podemos decir, que a partir de estas 6 expresiones faciales, el alumnado y el profesorado pueden conocer los diferentes rasgos que tiene su rostro para poder ser conscientes de los elementos emocionales que intervienen en el proceso comunicativo pero, sobre todo, los movimientos fisiológicos que se llevan a cabo en la cara para generar dichas emociones.

En cuanto a la mirada, hay que señalar que los ojos son los elementos más expresivos que tienen todas las personas, al igual que señala Fast, J. (1971), *“los ojos son el medio por los cuales se puede identificar y transmitir lo más sensible”*. Es decir, gracias a ellos se pueden conocer los sentimientos y emociones, al igual que con tu mirada puedes expresar tus propios estados de ánimo.

Por eso, como docentes hay que saber que se puede decir mucho con una única mirada. A través de ella cualquier maestro puede captar la atención de su alumnado, o del mismo modo transmitir cierta información. En definitiva, la mirada sirve para favorecer un contacto visual entre el profesor y el alumnado, permitiendo que este sea un medio para poder llevar de un modo más cómodo y favorable la clase. Así, hay que ser consciente de que la mirada es algo imprescindible para favorecer el acto comunicativo que se da en una clase. Es evidente como la mirada adquiere un importante significado en el gesto facial al escuchar frases cotidianas como por ejemplo, “hay miradas que matan”, “tiene una mirada felina”.

Por último, a partir de las ideas mencionadas por Scheflen (1976), **la postura** dentro de la comunicación no verbal es la más fácil de identificar y de observar, debido a que es el elemento más llamativo por el movimiento corporal que se produce. La postura es personal, es decir, cada persona tiene sus propios movimientos corporales, al igual que se nos puede diferenciar por nuestra forma de vestir, también por nuestra forma de estar sentados, de andar, correr,...

En mi periodo de prácticas he sido consciente de estos dos últimos elementos, la mirada y la postura, en primera persona, es decir, en la figura del docente. A continuación expongo una situación plasmada en mi memoria de prácticas:

He observado la importancia de este también dentro del aula. He sido consciente como en mis intervenciones iniciales estaba en un mismo punto de la clase, distanciado del alumnado y con cierta rigidez en mis movimientos. Esta distancia corporal que yo ofrecía a los niños y niñas, es la misma con la que respondían en sus intervenciones. Esta situación me hizo reflexionar, pues en los primeros días de observación, la clase era participativa y, en cierto modo, cercana al maestro en sus comentarios y actuaciones. En las intervenciones posteriores intenté ser más consciente de mi situación corporal, de cómo utilizaba el espacio e incluso, en algunas ocasiones, de utilizar el contacto corporal con otros alumnos. Las intervenciones ya no las desarrollaba de un modo estático, sino que me movía por la clase, me acercaba a las personas que me interesaban, por conseguir su atención o simplemente por conseguir su complicidad. Poco a poco esto hizo que los alumnos se sintiesen menos cohibidos a la hora de participar, e incluso permitirme en ciertos momentos hacer bromas o un tono más distendido.

Además, parece oportuno añadir que dentro del aula se tienen que incorporar actividades donde el alumnado tome conciencia de las posturas más representativas propias y de sus compañeros, y cómo estas, toman importancia a la hora de influir en el proceso comunicativo, ya que con su posición corporal hablan.

No sólo se habla con la posición corporal, sino con otros elementos como los silencios, la risa, los sonidos, los gritos, los susurros, etc. Estos elementos son los que conocemos como **paralenguaje**, y los **silencios expresivos**.

El paralenguaje es definido por Ray Birdwhistell como “*el conjunto de características de las cualidades no verbales de la voz, tales como las vocalizaciones; ciertos sonidos no lingüísticos, como la risa, el bostezo, el llanto, el gruñido; ciertas distorsiones e imperfecciones del habla, como pausas repentinas y, silencios momentáneos, que utilizamos consciente o inconscientemente*”.

Al igual que con los elementos expuestos en las líneas anteriores, como son los gestos, las miradas, los rasgos faciales o las posturas, se ve como las diferentes características

de la voz, informan sobre los rasgos característicos de cada persona y sobre el modo en que transmiten un determinado mensaje.

Es fundamental que el alumnado y el maestro descubran, aprendan y observen los diferentes elementos que intervienen en el proceso comunicativo, con respecto a todo lo generado por la voz. Como por ejemplo, cómo el alumnado puede identificar a partir de la intensidad, el timbre, la tonalidad, la velocidad... de la voz, el estado anímico, sentimental, emocional e incluso la personalidad de las personas que le rodean.

Todas estas cualidades de la voz deben ser consideradas por cualquier profesor, especialista en Educación Física o no, pues influye en los procesos de enseñanza-aprendizaje de cualquier materia, ya que la manera en que se habla en el aula, influye en la forma en la que el alumnado capta el mensaje transmitido. Esto se ve cuando por ejemplo; el profesor alza la voz para llamar la atención, enfatiza un contenido que considera importante a la hora de evaluar o habla más rápido de lo normal, debido al tiempo programado para dicha sesión.

Estrategias orientadas a tomar conciencia del uso de dichas cualidades de la voz se pueden llevar a cabo en el aula con el objetivo de transmitir la importancia del aprendizaje de los diferentes elementos de la voz.

Al igual que en los anteriores ejemplos en los que se observa como las cualidades de la voz, influyen en la manera de dar la clase e incluso en la creación de vínculos interpersonales entre el profesorado y el alumnado, es imprescindible señalar también la importancia de **los silencios**. En ocasiones el docente utiliza este recurso para poder llamar la atención de su alumnado, y que cada silencio que se produce en el aula trae consigo un significado propio dentro de un contexto determinado.

No menos importante son las distancias y los espacios que se dan en cualquier acto comunicativo, lo que denominamos como **proxémica**.

Este otro componente de la comunicación no verbal es definido por el antropólogo Hall, E.T. entendiéndolo como aquel que *“se dedica al estudio de la estructuración que hace el ser humano de su espacio inmediato a partir del entorno corporal, el microespacio, de la distancia que media entre sus congéneres y de la organización de su espacio habitable”*.

A partir de esto se puede hablar de la importancia que tiene el espacio para la comunicación entre dos o más personas. Por eso, el alumnado tiene que tomar conciencia de los diferentes elementos y distancias que forman parte del proceso comunicativo dependiendo del contexto en el que se encuentren, ya que no es lo mismo la relación que tienen con sus compañeros, que la que muestran con sus maestros a la hora de comunicarse.

El concepto del cuerpo en el espacio es fundamental en el proceso comunicativo, con lo que su estudio y puesta en práctica, lleva a un mayor conocimiento del uso de este en los actos de comunicación que se producen en cualquier momento de la jornada escolar y en cualquier materia.

EL CUERPO, EL MOVIMIENTO Y LA VIDA ESCOLAR

Como comenté al inicio de esta fundamentación teórica, Tonucci nos muestra de forma irónica, una ilustración (Figura 1) en la que se puede leer al pie de ésta, “En la escuela el cuerpo no sirve”. El carácter irónico y a la vez de cierta reivindicación pedagógica es lo que nos está sirviendo de enlace con teorías y experiencias para elaborar este documento e intentar clarificar y argumentar la valía o no del cuerpo en la escuela, dentro y fuera de la Educación Física.

La motricidad es un aspecto educativo relevante para cualquier entorno. Tanto es así que en los horarios de cualquier escuela de Educación Infantil siempre encontramos un lugar para lo que titulan como psicomotricidad. Nombre con el que emplean el tratamiento de lo corporal y una educación del cuerpo. During (1993) hace una definición del término como:

“La educación psicomotriz tiene por objeto, a través de los desplazamientos, de las movilizaciones que propone, contribuir a la estructuración del niño, desarrollar y enriquecer las relaciones que mantiene con su cuerpo, con los objetos, el tiempo, la casualidad”.

Ya Le Boulch (1969), plantea el método psicocinético en el libro “La educación por el movimiento” tratando de incluir como un contenido relevante el tratamiento de la educación psicomotriz en los bloques de contenidos de la Educación Física escolar.

Le Boulch define el método como “*un método general de educación que, como medio pedagógico, utiliza el movimiento humano en todas sus formas*”, defiende que “*el método psicocinético es a la vez un método de educación básica para el desarrollo de las capacidades fundamentales y un método para lograr una mejor adaptación del hombre al medio social*” y añade “*la educación por el movimiento debería ocupar un lugar de privilegio en el edificio pedagógico, especialmente en la escuela primaria*”.

Según esto, la educación motriz no debe ser un aspecto exclusivo de la Educación Física, sino que debe ocupar aspectos más globales en el proceso pedagógico. Ya hemos hablado de la importancia del cuerpo en el acto comunicativo y vamos a tratar en las líneas sucesivas de continuar analizando como el cuerpo está inmerso en la escuela.

El mismo Le Boulch, en Le Boulch (2001) vuelve a insistir en esta idea, *“una educación que deja al cuerpo en el abandono o que no se interesa más que por su salud no prepara a la persona para gestionar una acción motriz un poco compleja”*, y después comenta *“el buen alumno pasivo está sobrevalorado en comparación con el sujeto intuitivo y creativo que no dispone de ninguna materia fundamental en la que pueda expresarse dentro de la escuela”*, *“la autonomía no depende únicamente del cociente intelectual”*.

Ambos autores, defienden ideas pedagógicas de las que podemos obtener la importancia de la educación de lo corporal y del desarrollo motriz del alumno en un sentido transversal, es decir, en el conjunto de las materias. Insisten en la importancia del movimiento y del cuerpo como un tema transversal a nivel escolar y no como un bloque de contenidos específicos para el área de Educación Física. Es evidente la crítica que se hace sobre el tratamiento que hasta ahora se da a lo corporal en la escuela. Influenciados dichos autores, por las corrientes pedagógicas de la escuela activa, tras mayo del 68. Se pueden obtener temas de debate de las líneas anteriores sobre la importancia de lo corporal dentro del aula o la escuela. ¿Es mejor alumno el que permanece inmóvil y sabe cualquier definición de memoria, o aquel que es capaz de organizar un grupo, de dibujar sus emociones, de gestionar bien los diferentes momentos, etc.? La respuesta no está en decantarse o elegir una opción, la respuesta está en integrar tanto los elementos cognitivos a los que ya se ha venido prestando atención en la escuela, con los elementos donde interviene el cuerpo, para poder generar enseñanzas completas que generen personas competentes.

Yo, en la fundamentación que aquí expongo, también manifiesto la importancia de una educación motriz transversal, pero para poder justificarlo nos debemos hacer la siguiente pregunta, ¿por qué es tan importante el desarrollo de la motricidad en el desarrollo escolar? Para contestar a la pregunta debemos analizar al niño desde que nace. El niño al nacer manifiesta de manera innata ciertos movimientos, son movimientos reflejos. Son movimientos incontrolados que el bebé necesita experimentar para descubrir la nueva realidad que le rodea. Y es a partir de la experiencia, la repetición de ciertas pautas y conductas cuando el niño adquiere un cierto control de los movimientos que quiere ejecutar. Es fácilmente observable en el acto tan natural de “dar el pecho”, como el bebé los primeros días es guiado hasta la

mama para poder alimentarse, pero tras la experimentación del mismo acto durante varias veces hace que el recién nacido adopte la postura corporal adecuada, sepa la amplitud de la boca que debe disponer y conozca con el tacto la piel de su madre.

Es a partir de estas experiencias cuando el bebé transforma los movimientos reflejos en movimientos voluntarios. Abarcía Colas, F. (1997) aclara “...mediante la experimentación progresiva y variada, el movimiento se diferenciará cada vez más, va siendo más fino, alcanzando su nivel normal de desarrollo hacia los 10 o 12 años”, atendiendo con estas palabras, al sentido del movimiento general. El niño necesita probar, necesita experimentar el tacto de los objetos, lanzarlos y volver a lanzarlos mejorando la posición de las partes de su cuerpo, necesita caerse para saber levantarse. Esto ayuda al niño a tomar conciencia de su cuerpo y desarrollar su coordinación.

Si a este desarrollo motor le sumamos las conclusiones obtenidas en los anteriores apartados, donde el desarrollo corporal de la comunicación y la expresividad eran el núcleo central de nuestro estudio, podemos llegar a la conclusión de que existe una unión inseparable entre desarrollo motor y desarrollo afectivo y emocional. Pues, según el ejemplo que acabamos de abordar, no podríamos hablar de un progreso en la postura, si el bebé no hubiese desarrollado un vínculo afectivo que le haga mantener la confianza para llevar a cabo ciertos movimientos, o unos vínculos comunicativos a partir de sonidos, gestos, caricias, etc.

Por tanto, todo este progreso, nos muestra que el ámbito corporal no debe reducir su tratamiento a las actividades que son posibles en dos horas de Educación Física, sino que deben presentar una atención más global en el conjunto de materias y momentos de la jornada escolar. Ahora, por tanto, ya podría decir, de acuerdo con Tonucci, puesto que su negación es irónica, que el cuerpo en la escuela sirve, si ésta no se dedicara a limitar su potencial.

LA DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EN LA ESCUELA Y SU INFLUENCIA

Es un debate de actualidad desde hace ya algún tiempo la implantación de la jornada continua en los centros escolares o la conservación de la jornada partida. Como en otros aspectos de la sociedad, escuchamos múltiples argumentos a favor y, otros tanto en contra, sobre cada una de las opciones.

Lo que nos interesa analizar en este documento acerca de la jornada escolar es cómo el cuerpo del escolar está presente en el tiempo que éste permanece en el centro. Para ello nos basamos en el análisis que Mariano Fernández Enguita expone en un video titulado “La jornada Escolar. El ritmo vital de niños y adolescentes”.

Este autor comienza afirmando que es verdad que hay poca investigación al respecto, quizá por intereses. Pero la poca investigación que hay, nos dice, parecen obtener unos resultados similares y unas conclusiones las cuales apuntan todas al mismo sentido.

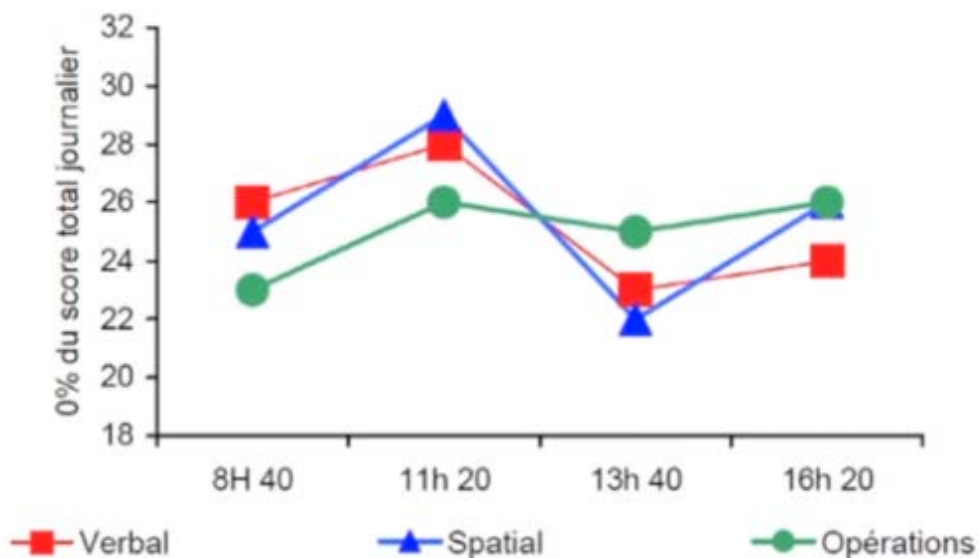


Figura 3. Variaciones de rendimiento intelectual diario de los estudiantes de 10-11 años. (Testu, 1994)

Enguita, en este video nos muestra un gráfico (figura 3) sobre unas pruebas verbales, espaciales y de operaciones sobre el rendimiento. Dicha prueba es efectuada en escolares de niños entre 10 y 11 años. Los resultados y las conclusiones de este gráfico son que el rendimiento intelectual de los niños y niñas es medio a primera hora de la

mañana, va aumentando hacia media mañana, donde se observa el pico más alto de rendimiento, e inmediatamente después va disminuyendo hasta llegar a la última hora de la mañana, donde se observan los valores más bajos de rendimiento. Este vuelve a aumentar hasta un nivel medio, pero un poco mejor que a primera hora de la mañana, en el periodo correspondiente a la primera hora de la tarde.

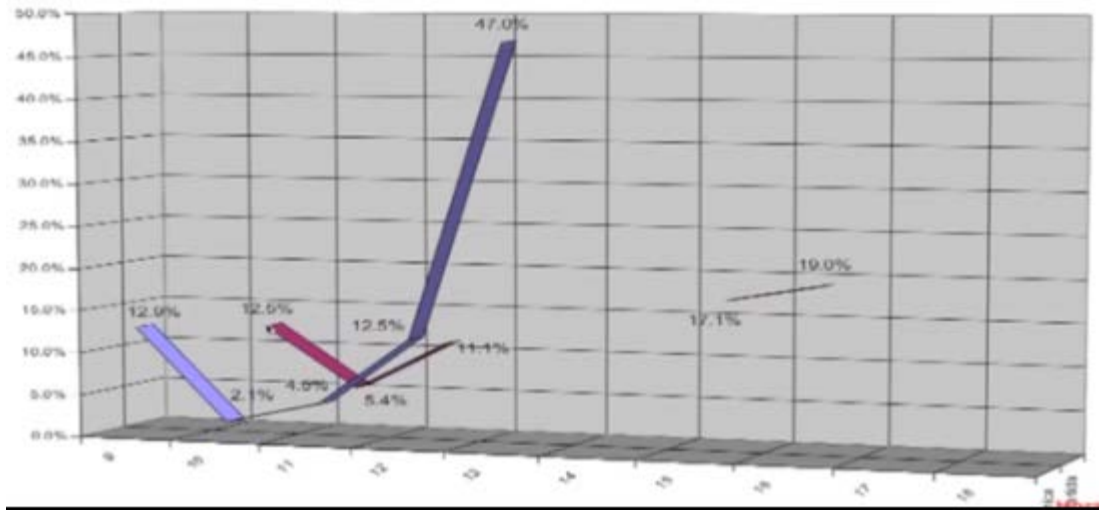


Figura 4. Autopercepción de la fatiga escolar en jornada continua y jornada partida.

En otra gráfica (figura 4) nos muestra una comparación entre alumnos de jornada continua y de jornada partida sobre la autopercepción del nivel de fatiga. Se da una situación similar del nivel de fatiga a primera hora de la mañana entre los dos horarios. A media mañana desciende ligeramente la fatiga y luego, al final de la mañana, se vuelve a elevar, como ya hemos comentado, en ambos tipos de horario. Pero el nivel de fatiga de los alumnos de jornada continua se eleva hasta cifras astronómicas, mientras que los alumnos de jornada partida, muestran un ligero aumento de la fatiga por la tarde, pero muy poco pronunciado. En cifras, observamos como la fatiga de los alumnos de jornada continua, a última hora es del 47% frente al 19% de los alumnos de jornada partida.

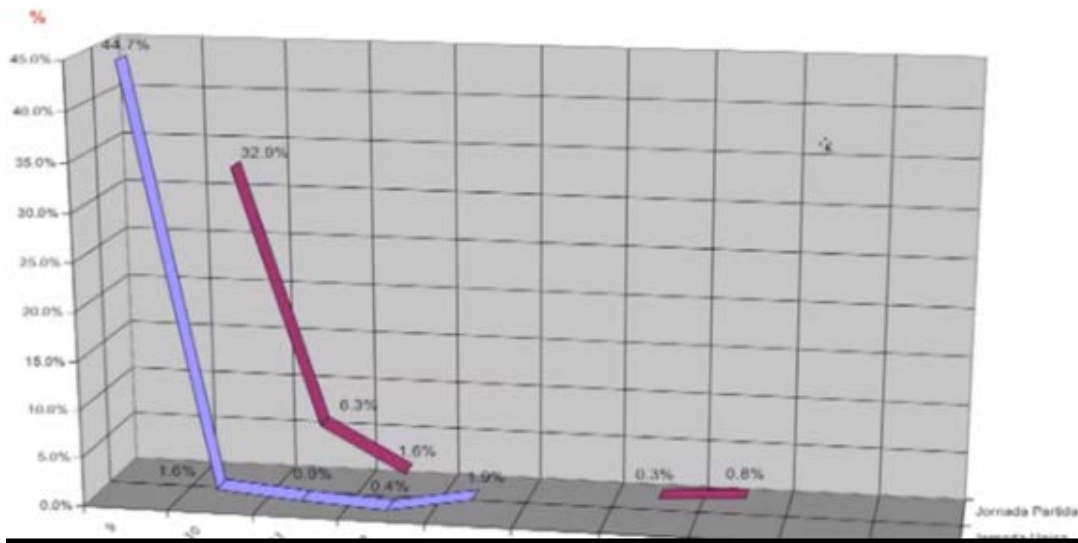


Figura 5. Autopercepción del sueño en jornada partida y continua.

En la siguiente gráfica se muestra la autopercepción del sueño. A primera hora se dan los niveles más altos en ambos casos, pero con una diferencia muy alta de los de jornada continua y partida. La percepción del sueño desciende progresivamente a lo largo de la mañana, pero a última hora de la mañana, los alumnos de jornada continua sufren un pequeño aumento de la percepción de sueño de un 1,5%, mientras que los alumnos de jornada continua, sufren un aumento de la percepción del sueño a última hora de la tarde de un 0,5%.

Las conclusiones y las reflexiones que se pueden obtener, a la luz de estos datos, son que, en primer lugar, el ritmo de los niños es irregular, a modo de ejemplo diremos que un niño cuando sale a la calle experimenta explosiones de actividad, se agota, vuelve a “explotar”, se vuelve a agotar... todo lo contrario a una actividad regular como es la jornada continuada. En segundo lugar, hemos aprendido que el comienzo de la mañana es mediocre, por lo que cuanto antes la comiencen será peor en términos de atención o de concentración. Una consecuencia y enseñanza de esto es que a primera hora de la mañana no hay que poner las materias que más concentración exigen. También aprendemos que la primera hora de la tarde no es mala, es mejor que la primera de la mañana.

También vemos que la última hora de la mañana es la peor en cuanto a niveles de atención y concentración, y que por tanto, en la jornada continua, esto produce un descenso mayor de estos niveles, debido a que la jornada escolar se alarga una hora más en esa fase.

Una buena reflexión sobre este debate y después de lo argumentado en las líneas anteriores son las palabras de Viñao (1998): *“...al igual que la escuela debía estar hecha para los niños y no éstos para la escuela, también el horario, más que para la escuela y para el maestro y la enseñanza, ha de hacerse para el niño”*.

Como reflexión final, y en relación con la idea que se está defendiendo en este TFG, podemos concluir que la jornada escolar plantea una curva fisiológica de concentración y de fatiga, con momentos de atención y momentos de cansancio, que el maestro puede y debe atender.

Este es el planteamiento desarrollado por Marcelino Vaca al desarrollar la jornada escolar para identificar y organizar las presencias corporales que en ellas se dan.

ATENDIENDO LO CORPORAL A TRAVÉS DE LAS CUÑAS MOTRICES

En relación con las ideas que se vienen tratando en estas líneas sobre el carácter transversal de lo corporal en la educación, Vaca Escribano (2002) en su defensa por la búsqueda de un trabajo educativo sobre lo corporal en las aulas nos ofrece una clasificación de las diferentes presencias corporales que se observan en estas:

Cuerpo implicado: el cuerpo participa en la tarea que se desarrolla, no se le pone impedimentos ni pautas de acción, pero este es indispensable para ejecutar la misma.

Cuerpo instrumentado: el cuerpo como medio para mostrar, para ejemplificar, para representar... es el uso que hacemos del cuerpo para enseñar conceptos o capacidades que el niño debe adquirir.

Cuerpo objeto de tratamiento: el cuerpo en el que intencionadamente se trabajan aspectos motrices, el desarrollo motor o la vivencia corporal de algún tipo de experiencia.

Cuerpo silenciado: el cuerpo que debe pasar desapercibido. Se debe dar en los momentos en los que la reflexión o la concentración son lo prioritario y una cierta actividad corporal puede llegar a ser un elemento de distracción.

Cuerpo suelto: el cuerpo que estamos acostumbrados a ver en los recreos. Es el cuerpo en sus movimientos y formas de expresión más libres.

La organización de estos cuerpos a lo largo de la jornada escolar para facilitar una curva fisiológica más equilibrada entre momentos de atención y momentos de fatiga, lleva a este autor a plantear un recurso que consiste en una concreta situación educativa denominada “cuña motriz”. El concepto “cuña motriz” es definido por Marcelino Vaca de la siguiente manera: *“Las cuñas motrices cumplen una doble función: por una parte, tratan de ayudar al alumnado a lograr la disponibilidad e implicación que los aprendizajes le reclaman, y, por otra, forman, junto a las sesiones, las situaciones*

educativas que desarrollan los procesos de enseñanza-aprendizaje específicos sobre el ámbito corporal.”

Además especifica sobre estas prácticas *“Hemos observado en el análisis de la práctica que las cuñas motrices resultan pertinentes cuando se pretende tonificar al alumnado al comienzo de la jornada escolar, cuando se le propone cambiar de ritmo en los minutos previos a las salidas del aula, cuando regresa del recreo y necesita calmarse para adentrarse en nuevas tareas, cuando hay explícitas manifestaciones de cansancio debidas a una densa actividad intelectual”* (Vaca 2008, p. 51-52)

Por estas razones que expone Vaca Escribano parece apropiado llevar a la práctica este tipo de técnicas para atender los momentos en los que lo corporal adquiere una dimensión importante o los momentos en los que ser conscientes de nuestro propio cuerpo nos ayuda a emprender el siguiente momento de la jornada con una mayor concentración.

Ciertas asignaturas o ciertos momentos de la jornada requieren una intensidad mayor de actividad mental. Esto hace que el niño busque ciertas evasiones corporales, comience a buscar cambios de posturas, se levante, se mueva, etc. Esto genera momentos de poca concentración, la atención disminuye y los niños empiezan a dejar de hacer lo que deben o se les ha mandado. Es justo en estos momentos donde Vaca propone insertar las “cuñas motrices”, capaz de generar una desinhibición o una preparación para la siguiente actividad y a la vez ser una proceso de enseñanza-aprendizaje motriz.

Algunas de las características fundamentales de las cuñas motrices son:

- a) Son intervenciones breves (5-10 min.) con doble intención: primero, que el cuerpo sea un medio para obtener el aprendizaje, y segundo, poder trabajar algún contenido del área de Educación Física.
- b) Hacen que esté presente lo corporal, siempre en función de las características del aula o de los niños y niñas.
- c) Pueden tener contenidos de cualquier asignatura, no necesariamente y exclusivamente de Educación Física.

- d) Debido a su corta duración, deben ser poco complejas y viables para llevarlas a cabo con rapidez, tanto para empezar como para terminar. Al principio se debe introducir de forma progresiva, hasta conseguir que sea casi una rutina.
- e) Se trata de actividades para desarrollar ciertas habilidades corporales, por lo que deben tener una progresión en el tiempo. No deben ser juegos aislados.
- f) El objetivo puede ser diferente según el momento de la jornada: de activación, de distensión, tranquilizante o pacificadora, etc. Podemos centrar la atención en el aprendizaje de lo corporal: nuestra respiración, el equilibrio, la velocidad de reacción, la higiene postural, la expresión y la comunicación, etc.

EXPERIENCIAS ESCOLARES QUE REFRENDAN LAS HIPÓTESIS MANEJADAS

A lo largo de este documento, venimos plasmando la importancia de lo corporal y su motilidad en la jornada escolar, defendiendo la idea de que el tratamiento del cuerpo no sea objeto exclusivo del área de Educación Física, sino que se debe atender en el resto de materias y otros momentos de la jornada escolar. Muchos de los aspectos enunciados en esta fundamentación teórica los encontramos en experiencias escolares concretas, donde el tratamiento de lo corporal tiene una presencia más notable. Algunas de estas son:

La escuela de O Pelouro, cerca de Tuy, Pontevedra

La escuela O Pelouro es un centro de innovación pedagógica e integración que apuesta por ser una escuela diferente a la convencional, en las cuales imperan los contenidos. Su filosofía es la de no centrar la atención en las etiquetas, concentrando sus fuerzas en el conocimiento de cada persona y construyendo momentos de enseñanza y aprendizaje con niños y niñas de muy diversas características. Estas ideas han sido obtenidas e interpretadas de la propia página web del centro www.opeluro.org y de las ideas aportadas por José Emilio Palomero Pescador en su blog Aufop.

Además, se oponen a la homogeneidad y rigor horario de la escuela tradicional, donde ven al niño como un simple recipiente al que llenar de contenidos. Este elemento lo podemos observar en apartados anteriores cuando analizábamos las repercusiones corporales que ocasiona el horario en la jornada escolar. Con lo cual, a partir de esta idea con la que trabajan desde O Pelouro, el cuerpo pasa a ser eje central de los tiempos escolares, y no son los tiempos los que determinan al cuerpo.

Los alumnos están implicados en su propio aprendizaje, conviven y se relacionan con los adultos, con los niños y niñas y con el entorno.

Se persigue formar personas autónomas y competentes para resolver problemas, por ello cada alumno debe investigar, ensayar y transformar la realidad. Para esto tiene una libertad absoluta de movimientos, con tiempos flexibles de acción sin que importe la cantidad sino la calidad. Otro elemento, este, en el que se percibe el tratamiento de lo

corporal, primero por la experimentación e indagación independiente y autónoma de cada alumno, inseparable esto de lo corporal, y segundo, por la libertad de movimientos, algo que en la escuela tradicional es en cierto modo y en ciertas ocasiones una falta de educación, de indisciplina y del mal comportamiento.

Las actividades a realizar cada día se eligen en consenso en una asamblea a primera hora de la mañana. Estas se llevan a cabo de manera individual o en grupos, según elijan ellos mismos, en las cuales siempre está presente un medidor que sirve de guía. Y al finalizar la jornada, se pone en común lo que se ha realizado y se evalúa.

Vemos por tanto, en este modelo de escuela, como la libertad corporal y el cuerpo implicado también llevan a éxitos educativos, en contra de las teorías a favor de los cuerpos silenciados y la disciplina corporal en las aulas.

Tinkering school

Si traducimos el significado de estas palabras, el verbo tinkering se puede traducir como “manosear” o “juguetear” u otras palabras similares. Con lo que se podría traducir como escuela del jugueteo o del manoseo, o del bricolaje, por acercarnos un poco más.

Es precisamente esto el núcleo central en la filosofía de este modelo de enseñanza, la de jugar, manosear, toquetear, experimentar, para construir, para poder probar cosas nuevas, poder equivocarse y plantear posibles soluciones.

Gever Tulley es el creador de este modelo, el cual defiende la experimentación que debe desarrollar el niño para llevar a cabo su aprendizaje. Además propone “*5 cosas peligrosas que nuestros hijos deberían hacer*”:

- *Jugar con fuego.*
- *Llevar navaja.*
- *Desmontar aparatos.*
- *Lanzar objetos.*

Quizá no es un modelo muy recatado en sus formas, pero en lo que a nosotros nos concierne en este trabajo, es algo valioso. Esta metodología o modelo de enseñanza no está destinado a ser un modelo único en el que escolarizar durante el curso escolar a niños y niñas. Sino que es un modelo pedagógico llevado a cabo a través de diferentes periodos escolares. En él, se persigue que el niño o la niña no sea un cuerpo sentado que escucha e intenta recordar, sino que su recuerdo y su aprendizaje se obtengan a partir de su propia experimentación, del uso de sus manos para construir cosas, del uso de su cuerpo para conseguir materiales o poder transformarlos, etc. Es el cuerpo el que debe ser el protagonista de las acciones que van a dar como resultado, un aprendizaje.

Escuela de bosque

La escuela de bosque es un modelo educativo que aboga por la enseñanza en espacios naturales al aire libre, como el bosque, el campo o la playa.

Este modelo defiende la idea de que el niño o la niña experimenten y convivan con la naturaleza. Se manche de barro, se suba a los árboles, descubra plantas, animales, etc.

Según www.bosquescuela.com, “*El modelo educativo de la iniciativa BOSQUESCUELA se basa fundamentalmente en los siguientes 8 principios:*

- *La naturaleza es el aula.*
- *Los niños/as están todo el año al aire libre.*
- *La mayor parte del material didáctico proviene del medio natural.*
- *El juego libre se considera como el método más natural de aprendizaje.*
- *Los niños/as aprenden mientras viven experiencias reales trabajando sobre contenidos, desarrollando competencias y adquiriendo habilidades.*
- *Se carece de instalaciones tradicionales y las sustituye por una cabaña de madera.*
- *Dentro de un grupo, los niños/as están mezclados por niveles.*
- *Los profesores toman a los niños/as en serio como personas.”*

Es evidente como el proceso de enseñanza-aprendizaje de este modelo pedagógico tiene como núcleo central la interacción del niño con la naturaleza, lo cual, no lo podemos desligar de lo corporal. No es lo mismo ver una fotografía de un árbol, que tocarlo, olerlo, verlo crecer, etc. Pero del mismo modo, no es algo exclusivo de los aspectos referidos a las Ciencias Naturales, pues también podemos trabajar cualquier contenido de Matemáticas mientras a modo de proyecto sumamos los animales que compramos o vendemos, o multiplicamos las plantas que hemos sembrado en el invernadero en forma de rectángulo los tomates, y en un área cuadrada las lechugas.

Este modelo es un modelo en auge actualmente, por la concienciación que la sociedad está empezando a tener sobre el cuidado y conservación de nuestros recursos naturales y la naturaleza. Aspecto que guarda una estrecha relación con las vivencias que el escolar pueda obtener corporalmente. Por tanto, este modelo, no solo es capaz de atender a lo corporal como medio para obtener aprendizajes, o para tomar conciencia de nuestro propio cuerpo, sino que es un vehículo para concienciar a la población de cuestiones globales y transversales como el cuidado de los espacios naturales.

DISEÑO DEL TFG

Para poder abordar la metodología que he llevado a cabo, primero debo poner en situación al lector. El dossier que se viene desarrollando a lo largo de estas páginas tiene su origen precisamente en el periodo de prácticas, donde he puesto en funcionamiento unas propuestas metodológicas que más adelante narraré.

Al llegar al centro escolar, y observar durante los primeros días, la realidad educativa del mismo, me dediqué a observar más en profundidad las primeras líneas temáticas por las que sentía interés para desarrollar este TFG. Aunque el tema ya rondaba mi interés, a los pocos días, pude hacer un análisis crítico de dicha realidad y así, reafirmar mi inquietud y tomar la decisión de abordar el tratamiento de lo corporal y su motilidad fuera de la Educación Física, no sólo en el resto de materias, sino en los diferentes momentos de la jornada escolar, en los recreos, etc. Observé la necesidad de atender ciertas cuestiones no sólo motrices, sino expresivas, de comunicación, afectivas, sociales, que dependen en gran medida del cuerpo y sin embargo, este no se tenía demasiado en cuenta.

Además, por las vivencias obtenidas del periodo de prácticas anterior, y por los intercambios dialécticos que con el resto de compañeros tenía, pude observar como no era una cuestión exclusiva del centro escolar en el que yo me encontraba, sino que en la mayoría de ellos, el cuerpo pasaba desapercibido a lo largo de la jornada escolar, o al menos, no era objeto de suficiente atención y tratamiento.

Esta cuestión se convirtió para mí en una problemática que debía investigar e intentar buscar posibles soluciones. A partir de este planteamiento general, comencé a investigar, y a partir de lo cual he desarrollado la fundamentación teórica expuesta en las páginas anteriores.

Posteriormente, debía contrastar la teoría que estaba obteniendo con la aplicación metodológica llevando a cabo tareas que pudiesen mantener un tratamiento de lo corporal y así poder realizar un análisis sobre la importancia de este hecho.

De este modo, las propuestas metodológicas que planteé son experiencias aisladas, realizadas a determinados grupos en diferentes momentos de la jornada escolar, con el fin de comprobar y obtener un trabajo corporal que permitiese al alumno ser más

consciente de la importancia de su cuerpo, de la presencia que este tiene en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Estas dinámicas llevadas a cabo, centran su atención en los diferentes aspectos corporales mencionados en la fundamentación teórica: lo corporal como un lenguaje, la expresión corporal y la comunicación, las cuñas motrices, algunos momentos de la jornada escolar.

Para poder valorar de un modo más profesional las repercusiones de atender al cuerpo, parece oportuno narrar y analizar reflexivamente sobre esta cuestión abordada en prácticas reales con niños y niñas, para así poder determinar unas posibles conclusiones.

ENTENDER Y ATENDER EL ÁMBITO CORPORAL

Las propuestas que en este documento se van a exponer deberían ser válidas para cualquier grupo de alumnos que pertenezcan a la etapa de Educación Primaria. En cada caso particular, cada docente debería atribuir a su contexto, entorno que le rodea y las características de su aula y su alumnado las modificaciones y adaptaciones que considerase más eficaces.

No obstante, la metodología y la puesta en práctica de las experiencias que se han desarrollado se han llevado a cabo en el colegio Marista Castilla de Palencia. Concretamente con el alumnado de 3º y 6º curso de Educación Primaria. De manera general, son alumnos procedentes de familias con un nivel socio económico medio-alto. El centro se encuentra situado en una zona céntrica de la capital palentina, dispuesta a su alrededor de establecimientos del sector servicios principalmente, y en su parte posterior con extensas zonas verdes.

En la fundamentación teórica he construido un debate trayendo a colación una serie de autores que me han permitido reflexionar teóricamente sobre las presencias y los usos del ámbito corporal en la escuela.

Pero este debate se daba también, y de qué forma, en el centro escolar donde he realizado prácticas, en el que he tenido la oportunidad de elaborar algunos proyectos, de observarles en la acción y poder contrastar su oportunidad con algunos maestros del centro, tanto MEEF como otros.

En la primera fase de mi estancia en el centro escolar, me limité a observar las conductas y los momentos de acción de los alumnos, centrando mi atención en como el cuerpo estaba presente en los escolares.

Posteriormente, planteé, en unos casos con la colaboración del tutor y en otros de manera independiente, una serie de dinámicas donde atender lo corporal y poder observar los resultados de esto. A continuación, voy a narrar algunas de estas experiencias:

Experiencia 1: Conoce tu cuerpo

Describiré a continuación el caso de una niña de 11 años de la clase de 6ºA, aula en la cual estaba presente en la asignatura de Lengua Castellana y Educación Física. Esta alumna, a pesar de presentar unas buenas capacidades, observamos desde el primer momento como una cierta ansiedad y un bloqueo corporal se apoderaba de ella en los momentos en los que estaba siendo evaluada o ella así lo percibía. En los exámenes de la asignatura de Lengua, por citar un ejemplo, los nervios la llevaban a tales bloqueos que las actividades que se le planteaban quedaban incompletas, la gestión del tiempo para la realización del ejercicio no existía, y la coherencia en los textos presentaba ciertas faltas de atención, despistes, etc.

Aunque mi tutor de prácticas ya estaba elaborando una posible propuesta para actuar como solución a estos problemas, y por tanto había una preocupación previa por parte del tutor, las propuestas que yo propuse para llevar a cabo tras observar las acciones de esta alumna son bien acogidas. Así, decidimos plantear de manera individual, es decir, específicamente para esta niña, unos ejercicios de control corporal a través de una cuña centrada en la respiración. Antes de iniciar un examen o alguna actividad, le proponemos que cierre los ojos, inspire lentamente, aguante unos segundos y expulse el aire de forma pausada. Esta técnica se repite varias veces mientras vamos haciendo comentarios que le ayuden a controlar su propio cuerpo, de tal manera que ella sienta el latido de su corazón, sienta su propio tacto, los dedos con los que debe coger el bolígrafo, etc.

Este proceso le aconsejamos que lo lleve a cabo en cada una de las situaciones donde sienta que se bloquea o está en un estado de nerviosismo que le impide actuar con todo

su potencial, de modo que en las primeras intervenciones nosotros le prestamos ayuda para que se concentre y pueda ejecutar los ejercicios correctamente, pero ella debe, progresivamente, ser autónoma y aprender a tranquilizar y calmar su cuerpo por sí misma.

Parece evidente la relación que en este caso tiene lo corporal con la buena ejecución de las tareas, no sólo en el aspecto procedimental a la hora de desempeñar un momento de acción correctamente, sino además, a la hora de conseguir un nivel en las respuestas acorde a las capacidades intelectuales y al nivel de aprendizaje adquirido. Sin embargo, debemos contrastar el éxito o el fracaso de estas técnicas con datos objetivos, así lo hacemos. Comprobamos como los ejercicios planteados en los exámenes mantienen ahora una coherencia. Estos están completos, cada ejercicio que empieza lo acaba, sin dejarlo a medias. Además, la escritura responde a un estado más calmado, sin incoherencias, o mala presentación. Por tanto, tras varias pruebas, observamos como el control corporal que esta niña ha adquirido, o las técnicas que le llevan a adquirirlo, le permite ejecutar un trabajo intelectual de un modo más efectivo y eficaz.

Experiencia 2: El cuerpo se expresa

Otro de los puntos que hemos destacado en los apartados anteriores, como elementos fundamentales a tener en cuenta en lo corporal y su motilidad dentro del aula, es el aspecto de la comunicación no verbal y la expresión corporal. Estos aspectos también han estado presentes en mi periodo de prácticas en el centro escolar. Concretamente, puedo citar la actividad más común que podemos observar en las aulas a lo largo de los años, y que me ha servido en esta ocasión para abordar mis intenciones en este TFG sobre la valía del cuerpo dentro del aula, una presentación oral. En la asignatura de Lengua, en el curso de 6º de Primaria, hemos llevado a cabo una actividad que consiste en que cada alumno, de manera individual, debe preparar el día que le corresponda una exposición sobre un tema libre (se les invita a que hablen sobre alguna afición, algo que les guste, juegos, etc.) para que el contenido no adquiera ni les requiera una dificultad añadida y sí, en este caso, lo formal. Se insiste en que el objetivo principal de la actividad es la exposición al público, de tal manera que deben atender a elementos como sus manos, su voz, los gestos, los movimientos que realicen...

Obviamente, en este caso, la evolución de los alumnos no se nos muestra de manera inmediata, pues es una tarea que se debe desarrollar a lo largo del tiempo de la vida escolar de un alumno. Pero es precisamente por esto, como podemos incidir en la necesidad de atender lo corporal de una forma transversal, en todas las materias, y no única y exclusivamente en la materia de Educación Física. Aprender a conseguir la atención del público a través de nuestros cuerpos, conseguir un tono de voz capaz de mantener la atención del oyente, dominar el espacio en el que nos encontramos, ser capaces de sonreír, de cabrearse, de gritar o susurrar, son aspectos que nos indican un dominio corporal, un uso del cuerpo como medio para transmitir algo. Todo esto no se adquiere sin trabajo, sino que se debe entrenar, y se debe prestar atención en las diferentes áreas. Precisamente, este documento que se presenta a través de estas líneas, deberá ser defendido de forma oral, lo que conlleva un trabajo corporal, un control corporal que consiga transmitir un dominio de la situación, y a su vez, este control permita que el cuerpo pase desapercibido para que lo que cobre importancia sean los contenidos.

Tras la búsqueda de un tratamiento corporal en mi periodo de prácticas, y a la luz de los resultados que se van obteniendo, o al menos, se van observando, este tipo de experiencias, como es el caso de ésta que se acaba de narrar, permanece como un proyecto en marcha para el tutor, que seguirá trabajando y poniendo en práctica en cuentas ocasiones y materias consideré oportunas tras observar los buenos resultados obtenidos.

Experiencia 3: Expresión corporal

Aprovechando mi estancia en el centro y como puesta en práctica del desarrollo de mi Trabajo Fin de Grado, para la asignatura de Lengua, propongo una actividad a través de la cual trabajar varios aspectos corporales. Primero, en cuanto a la asignatura de Lengua se refiere, el objetivo es que sean capaces de adquirir vocabulario y puedan realizar definiciones o argumentaciones orales coherentes; mientras que en los contenidos que en el Currículum Oficial se abordan en el área de Educación Física, en el Bloque 3: Actividades físicas artísticos-expresivas, mis intenciones y lo que persigo a lo largo de este TFG es que se aborden dentro del aula, y volviendo a defenderlo a partir del análisis de cómo muchos de los aspectos corporales que en dicho currículum se

proponen, deberían tener una consideración transversal por su aparición en todos los momentos de la jornada escolar.

La actividad que desarrollamos en este caso, es un juego de palabras tabú y mímica. Según la organización en grupos de la que ya dispone la clase, comenzamos la actividad, siendo cada grupo un equipo. Hacemos diferentes pruebas: la primera consiste en coger una tarjeta, donde aparece escrita una palabra que el resto de componentes del equipo deben adivinar (pues es uno sólo el que sale a dar las pistas), pero además, aparecen otras cuatro palabras que no se deben pronunciar para dar las pistas y que los compañeros, por tanto, puedan adivinar dicha palabra más fácilmente.

Esta primera actividad hace que el alumno, además de buscar una explicación o una definición propia sin nombrar una serie de palabras, se vea expuesto ante el resto de la clase, con las limitaciones que propone la propia actividad, y aun así sepa dominar la situación, pueda y aprenda a controlar su cuerpo y su estado de nerviosismo, y sea capaz de transmitir una información fluida y coherente.

La segunda actividad se trata de representar mediante mímica una palabra que se diga a un componente del equipo. No podrá hablar ni hacer sonidos, únicamente deberá valerse de la expresión corporal.

Una vez más, observamos una relación directa entre un contenido que aparece en el currículum en el área de Educación Física, y sin embargo, lo podemos abordar en el área de Lengua, en este caso, o en otras áreas. Además, es evidente la implicación corporal que existe en un ejercicio de mímica, pues el cuerpo es el centro de atención y se implica en su máximo exponente. Ser conscientes de las formas, los tiempos, el espacio, la rigidez o la plasticidad, etc. de nuestro cuerpo, hará que aprendamos a usarlo en situaciones cotidianas, en situaciones académicas, dentro y fuera del aula, etc.

El nivel de motivación que observo durante esta sesión es admirable. Por supuesto, entiendo que es una actividad lúdica en la que los contenidos de la asignatura pueden verse muy mermados, pero mi intención era simplemente la de hacer un análisis en cuanto a lo corporal. Y puedo afirmar la evidencia de la importancia de atender el cuerpo, pues no solo ejerce un elemento de motivación en el niño, sino que adquiere aspectos de desinhibición que favorecen las relaciones entre compañeros. De este modo, entiendo, que en función de los contenidos, se pueden adoptar diversidad de

metodologías que no obligan al niño o la niña a permanecer en el pupitre como nos muestra Tonucci.

Después de mi periodo de prácticas, y al analizar estas situaciones de nuevo, me planteo ciertos procedimientos que me gustaría llevar a la práctica en futuras ocasiones. Es cierto que el componente lúdico de la actividad anterior puede distraer de los contenidos, o verse estos reducidos a lo esencial por el tiempo que conlleva dicha actividad, pero si centramos este modelo de actividad, o similares, (como podría ser una variante del trivial, con pruebas tanto conceptuales como corporales) en un momento de evaluación, es decir, que estas actividades sean uno de los principales elementos a través de los cuales el maestro evaluará al alumno, quizá se conseguiría que el niño o la niña haga un trabajo previo en su casa, ensaye, se mire en el espejo, lea libros y/o diccionarios para saber el significado de las palabras, se grabe y se escuche para saber si vocaliza y se le entiende, etc.; del mismo modo, si este tipo de actividades se proponen en otras materias, como por ejemplo Conocimiento del Medio, y el niño debe representar con su cuerpo o con objetos el movimiento de los planetas o del sol.

Es cierto que las actividades propuestas muestran ciertas dramatizaciones de los contenidos que pueden acotar considerablemente el estudio más profundo que por parte del alumno se debe llevar a cabo, pero son ejemplos, quizá un poco extremistas, de cómo se pueden desarrollar metodologías donde el cuerpo este presente, y esto ejerza una motivación por aprender, a la vez que se atiende al cuerpo y su motilidad.

Experiencia 4: Cuñas motrices para la tonificación

Otra de las experiencias y evidencias que he llevado a cabo en el periodo de prácticas es la puesta en práctica de las cuñas motrices y su valía. Estas las he llevado a cabo en el aula de 3º de Primaria, donde me encontraba en algunas horas, como profesor de apoyo. La elección de esta clase, ha sido debido a que su tutor, Daniel Mediavilla, ya había implantado el sistema de cuñas motrices con estos alumnos, lo que favorece y atiende a una de las características básicas de estas, que es que deben ser rutinas de acción que se deben realizar con vistas a una progresión en el tiempo. A continuación describiré dos ejemplos de dos cuñas motrices que he realizado:

La primera cuña que describo la he llevado a cabo a primera hora de la mañana, y de manera improvisada, debido a que al llegar al centro observo que todos los niños y niñas, por alguna razón, están más alterados, mantienen cierta actividad corporal que les impide mantener la calma y la concentración. Por esto, aprovecho el momento de reflexión de la mañana para realizarla a través de una cuña motriz. Les pido que cierren los ojos, y que escuchen su propia respiración, que inspiren y espiren lentamente. Tras unos segundos, en el que el silencio es el protagonista del momento, pongo una canción con una melodía que les hace permanecer en el mismo estado de calma y comienzo a guiarles en sus pensamientos. Les invito a pensar en lo que han hecho cuando se han levantado, cómo se han sentido, el recorrido que han hecho hasta el colegio, etc. Y a continuación les pido que piensen en lo que han sentido, en que sensaciones tienen en estos momentos, y que intenten percatarse de las reacciones que eso provoca en sus cuerpos: si el corazón les late más rápido en algún momento, si les cuesta respirar, si han sentido frío, etc. Poco a poco, les invito a ir abriendo lentamente los ojos, y a disponerse para comenzar la jornada.

Tras este momento, encuentro y experimento “en directo” el significado de las cuñas motrices. Observo como la disposición que ahora muestran ha cambiado completamente respecto de la que mostraban al entrar en el aula. Además, soy consciente de los contenidos incluidos en esta cuña, referentes al Bloque 1 del área de Educación Física: El cuerpo: imagen y percepción.

Con esta cuña motriz se persigue alcanzar un momento de disposición para el comienzo de la jornada y el inicio de las actividades, por lo tanto, lo que se busca es un estado corporal. Si en este día, el cuerpo no se hubiese atendido, la disposición de los alumnos hubiese sido otra, aparentemente, pero lo que no es aparente es la buena disposición que se consigue tras el momento dedicado a atender a sus cuerpos.

Experiencia 5: Cuñas motrices para la relajación

Con esta misma pretensión incorporo otra cuña motriz otro día, pero en otro momento de la jornada escolar, al subir de un recreo. Donde el estado de agresividad en algunos niños es alto debido al cuerpo suelto que han desarrollado en este tiempo, con juegos de enfrentamiento o deportes como el fútbol que genera una competitividad con el otro que

en ocasiones se traslada al aula. Por ello, la cuña motriz que empleo en esta ocasión, la he llamado ciegos y lazarillos, y consiste en aprovecharme de la organización de la que disponen al subir al aula, en filas. Partiendo desde esta posición en el pasillo, voy indicando a algunos que deben cerrar los ojos, y mientras, a otros les indico que deben hacer de lazarillos debiendo llevar hasta su sitio al compañero. Al llegar al sitio, deben permanecer con los ojos cerrados, y del mismo modo, los lazarillos, deberán ir hasta su sitio y cerrar los ojos hasta que todos estemos sentados con los ojos cerrados.

Tras este momento, el estado de rivalidad que traían tras el recreo queda olvidado, y los niños y niñas muestran ciertas afinidades entre ellos al tener que haber confiado en el compañero y haberse sentido vulnerables.

En este caso, la cuña motriz propuesta aborda también contenidos sobre el Bloque 1: El cuerpo: imagen y percepción, aunque en este caso también se trabajan contenidos transversales referidos a los aspectos relacionales, como pueden ser la confianza en el compañero, o desde la otra función, la ayuda al compañero.

Pero una vez más, evidencio la importancia de atender el cuerpo y así poder afirmar que el cuerpo sirve. Tras haber centrado mi atención en el cuerpo para llevar a cabo un momento de transición en la jornada escolar, observo como el sosiego pretendido al subir al aula, es conseguido con la aplicación de esta simple cuña motriz.

Experiencia 6: El cuerpo expuesto

En otra ocasión, planteo una dinámica que preste atención al cuerpo y no lo inmovilice en el pupitre. En este caso para la asignatura de Religión, asignatura poco motivante en muchos de sus contenidos para los alumnos y alumnas.

La dinámica que propongo se encuentra en una unidad que versa sobre “La Justicia”, con lo que se pretende que los niños y niñas se cuestionen cosas y se generen debates.

Retiro los pupitres del medio de la clase y propongo mantenerse de pie a todos los alumnos. Les explico que a lo largo de la clase hay una línea imaginaria que divide a la clase en dos mitades. A continuación les explico que yo iré mencionando ciertas situaciones, posibles casos reales, ejemplos, etc. y que ellos deberán posicionarse en un

lado si creen que es justo o en el otro si creen que no lo es. Y a continuación, desde su posición, debatir y argumentar por qué piensan así.

Ya desde el inicio de la actividad, la motivación que muestran los alumnos es muy significativa, pues el cuerpo está implicado y esto genera, por tanto, una implicación en lo que se está proponiendo. Además, la propia vivencia corporal supone para los alumnos que los contenidos que se aborden puedan ser recordados con mayor facilidad.

Sin embargo, el mayor aprendizaje que obtengo de esta dinámica, es como el cuerpo expuesto es capaz de ser relevante en la toma de decisiones, y por tanto, la reflexión de que este debe ser tratado. Los casos propuestos incitaban a que una gran mayoría se posicionara en un lado de la clase, mientras que apenas unos pocos alumnos se encontraban enfrentados al resto. El hecho de visualizar físicamente, es decir, corporalmente, esa oposición, en unos casos hizo que los alumnos rectificasen en su decisión, y en otros, que los argumentos que usasen para defender su postura fuesen titubeantes y con poca convicción. Esta situación es lo que me lleva a afirmar como la exposición del cuerpo es importante trabajarla para poder adquirir una seguridad que no nos impida razonar sin bloquearnos.

Experiencia 7: El cuerpo suelto

A lo largo de la fundamentación teórica, hemos mencionado como el cuerpo está presente en toda la jornada escolar, esto no solo conlleva las horas destinadas a materias, sino que el resto de momentos que el niño o la niña permanece en el centro durante la jornada escolar también debemos atender su cuerpo. Es en referencia a este aspecto, donde cobra un sentido importante la atención al cuerpo en los recreos.

Los recreos son un momento donde los escolares presentan un cuerpo suelto, libre y desatendido totalmente. Sin embargo, en el centro donde he realizado las prácticas he podido observar una dinámica que atiende el cuerpo de los alumnos durante este momento.

La actividad se llama “Patiolandia”, y se realiza un día a la semana (los miércoles). Consiste en poner música en el patio donde los alumnos disfrutan del recreo. Un profesor, debe ser el animador y proponer actividades y juegos para las personas que

quieran. Aunque principalmente la actividad está realizada para los alumnos de Educación Infantil, no está cerrada a nadie, y además, se pide a los alumnos de 6º curso de Educación Primaria su colaboración en la preparación y puesta en funcionamiento de las actividades.

En muchas ocasiones, y por eso me ha parecido interesante abordarlo en este TFG, los alumnos de Educación Infantil, antes de comenzar, ya esperaban ansiosos a que la música comenzara, para inmediatamente después, bailar y saltar, en ocasiones de forma individual y otras en pequeños grupos, agarrados de las manos o formando círculos entre ellos y sin pautas por parte de ningún adulto. Pero, sin embargo, en otras ocasiones, otros maestros, actuaban de guías, para en pocos minutos, elaborar una pequeña coreografía, con sencillos pasos y simples ejecuciones motrices, para finalmente, representarla al final del recreo.

Por esto último considero y defiendo que también el recreo es un momento donde el cuerpo se debe atender, pues no está exento de aprendizajes. Además, considero importante también, poder ofrecer actividades a la diversidad del alumnado, y no dejar de atender a aquellas personas que permanecen inmóviles y apartadas en los recreos por no ser habilidosos en determinados deportes o juegos, y no por voluntad propia. Y por último, aunque esto es una actividad que ya el centro estaba proponiendo, me ha parecido un acierto y, por tanto, un reclamo para el tratamiento de lo corporal en los recreos. No necesariamente ésta actividad concreta, pero sí la búsqueda de dinámicas y organización de los recreos, de tal forma que el cuerpo esté presente para todos los alumnos y alumnas que en él se encuentren y que además, sea también un momento para adquirir aprendizajes.

En resumen

Tras las experiencias que se acaban de narrar en el presente documento, y a la luz de los resultados observados y obtenidos, parece evidente que el cuerpo debe atenderse en múltiples momentos de la jornada escolar: Para ser competente a la hora de exponer oralmente hay que atender el cuerpo; en nuestras argumentaciones y diálogos personales y grupales debemos trabajar el cuerpo; para concentrarnos como requieren determinadas ocasiones hay que contar con el cuerpo; para estar disponible en cada momento de la jornada escolar necesitamos del beneplácito del cuerpo; para conseguir unos recreos participativos, donde se den aprendizajes, necesitamos de la habilidad motriz y la competencia física...

Por todo esto, no podemos cometer el error de pensar que “en la escuela el cuerpo no sirve”, y por tanto, es coherente afirmar sus posibilidades como venimos haciendo desde el título, “En la escuela el cuerpo sí sirve”.

CONCLUSIONES

Tras la redacción de este documento, con la exposición inicial de una fundamentación teórica que muestra las bases a partir de las cuales se elabora este TFG y la posterior narración de las experiencias escolares llevadas a cabo, me parece oportuno hacer una reflexión y plantear las conclusiones en dos sentidos: primero, observar si los objetivos que al principio se citaban se han cumplido, y segundo, obtener las conclusiones oportunas del trabajo que se ha ido planteando a lo largo de los diferentes textos.

CONCLUSIONES SOBRE LOS OBJETIVOS DEL TFG

El primer objetivo decía:

“Conocer y utilizar como Maestro Tutor que colabora con el Maestro Especialista en Educación Física (MEEF) las posibilidades del cuerpo y su motilidad para desarrollar su potencial educativo en diferentes capacidades escolares, no sólo motrices, sino comunicativas, de cognición, de distensión, afectivas, sociales, etc.”.

En primer lugar, puedo decir que he cumplido con la primera parte sobre “conocer” las posibilidades del cuerpo y su motilidad, pues son los aspectos a los que dediqué mi observación inicial de mi periodo de prácticas, y a partir de los cuales planteé este TFG como ya expliqué al inicio. En segundo lugar, sobre “utilizar”, puedo decir que es lo que he desarrollado en mi fase de intervención o al menos es lo que he pretendido. La atención a lo corporal que he llevado a cabo en mis momentos como docente en prácticas y las propuestas pedagógicas que he planteado, han estado orientadas precisamente a “utilizar el potencial educativo en las diferentes capacidades”.

El segundo objetivo proponía:

“Elaborar propuestas educativas donde el cuerpo y la motricidad participan en el crecimiento personal y la construcción del aprendizaje”

Puedo decir que se ha conseguido como queda reflejado en las experiencias narradas en el capítulo anterior y en las reflexiones que éstas han provocado.

El tercer objetivo solicitaba:

“Construir recursos valiosos para el intercambio entre el MEEF y el Maestro Tutor que doten de una mayor calidad e intercomplicidad a sus proyectos.”

Este objetivo también podemos afirmar haberlo logrado, pues la elaboración de las diferentes cuñas motrices, por citar un ejemplo, son recursos que comprenden contenidos abordados y construidos por los dos maestros mencionados; otro ejemplo de la consecución de este objetivo es la creación de las pequeñas coreografías en los momentos de recreo, también vinculadas a contenidos implementados por ambos maestros.

Por lo tanto, puedo afirmar que los objetivos que este Trabajo Final de Grado perseguía se han logrado.

CONCLUSIONES SOBRE LOS CONTENIDOS DEL TFG

Para seguir abordando las conclusiones que se han obtenido tras la elaboración de este TFG, debo situarme de nuevo en los planteamientos iniciales que me hacía en el proceso de elaboración del mismo. Mis intenciones, como se relata en la justificación, eran poder rebatir la afirmación irónica que plantea Tonucci, “en la escuela el cuerpo no sirve”, y así, poder hacer una defensa bien argumentada del título que da nombre a este TFG, “el cuerpo sí sirve”.

En un primer momento hemos visto como el Currículum Oficial de Educación Primaria, pese a lo que pueda parecer en las realidades escolares y las actividades educativas que desde la mayoría de centros escolares se plantean, aborda en todas las materias la necesidad de desarrollar capacidades que están vinculadas al ámbito corporal y que a lo largo de este trabajo hemos intentado demostrar. Por tanto, podemos concluir la necesidad de atender, en primer lugar, las exigencias de las leyes en vigor, para, consecuentemente, atender como se debe a lo corporal y su motilidad.

Hemos abordado también la importancia del lenguaje no verbal para el tratamiento de lo corporal. Y aunque lo ocurrido en la práctica ha ofrecido resultados positivos y válidos para argumentar la valía del cuerpo, son, sin duda, pobres. Ello se debe a que el tratamiento de lo corporal en la comunicación no verbal debe ser un contenido de

trabajo transversal a lo largo de la vida educativa de cualquier persona y no una actividad aislada y pasajera. Términos como la quinésica, el paralenguaje o la proxémica no deberían ser desconocidos para los alumnos, no por el conocimiento de la definición del término en el sentido cognitivo, sino por las prácticas que deberían desarrollarlos en sus actos comunicativos.

Mientras fundamentábamos esto nos preguntábamos “*¿Siempre las emociones son una consecuencia o una reacción involuntaria del cuerpo, o por el contrario, podemos educar al cuerpo para controlar las emociones y que la consecuencia sea el éxito en el proceso comunicativo?*”. Ahora, y a partir de lo observado y vivido en la “experiencia 1”, creo poder contestar a esta pregunta. La respuesta que considero puede ser la correcta es que el cuerpo tiene sus razones, el cuerpo debe ser objeto de tratamiento, y tras educarlo, seremos más capaces de controlar nuestras emociones y nuestros estados de ánimo en momentos que así lo requieran.

Podemos, además, concluir la importancia del tratamiento del cuerpo en el docente, como abordábamos en otro momento de la fundamentación en un ejemplo vivido en el periodo de prácticas. Lo cual, nos lleva a reafirmarnos en la idea del trabajo progresivo y evolutivo que el cuerpo debe desarrollar en su etapa educativa, para el día de mañana, trasladarlo a su etapa profesional.

La tendencia es a dejar los aspectos corporales para la asignatura de Educación Física, confundiendo la globalidad del ámbito corporal con el desarrollo exclusivamente físico-motriz, más propio este último del área de Educación Física. Pero el desarrollo corporal de una persona no es sólo físico-motriz, y para ello podíamos ver cómo el desarrollo emocional o afectivo del bebé debe tenerse en cuenta también para poder lograr una progresión motriz. Por tanto, lo corporal y su motilidad en la escuela debe ser un conjunto de aprendizajes transversales que engloban desarrollos y atenciones en diversas capacidades: motrices, sociales, cognitivas, afectivas, emocionales, etc.

A continuación hemos analizado las repercusiones corporales que tiene para el niño o la niña el tiempo que éste pasa en el centro escolar, es decir, cómo se muestra el cuerpo a lo largo de la jornada escolar. En este momento podemos decir que las conclusiones que se pueden obtener de este apartado evidencian la necesidad de atender lo corporal, debido a la irregularidad que el cuerpo presenta a lo largo de la jornada escolar, con momentos de mayor concentración y momentos de fatiga. Por tanto, los escolares deben

tener los recursos suficientes y los aprendizajes corporales oportunos para poder enfrentarse a cada momento de la jornada escolar de manera exitosa, y del mismo modo, el docente debe ser consciente de estos momentos para abordar las cuestiones corporales que estime oportunas, pero nunca dejarlo en el olvido.

Para abordar esta problemática y debido a que es un tema de preocupación para muchos maestros desde hace tiempo, hemos citado algunos ejemplos sobre metodologías que ya se están aplicando. Es el caso de las “cuñas motrices”, que tras la puesta en práctica de éstas en mis experiencias escolares puedo decir y afirmar la valía de su utilización, y por la tanto, concluir que la atención del cuerpo puede lograr una mejora considerable en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Además hemos visto algunas experiencias y modelos educativos reales, que de un modo u otro atienden lo corporal y están obteniendo resultados óptimos de aprendizaje.

Para finalizar, podemos decir, que después del estudio exhaustivo de los apartados mencionados, y su posterior puesta en práctica, a la luz de los resultados obtenidos podemos seguir defendiendo la importancia que el tratamiento de lo corporal debe tener en el entramado escolar. No obstante, se debe hacer un llamamiento a maestros y centros escolares, así como al sistema educativo, para alertar de la importancia de este trabajo como un aspecto educativo global, es decir, que atender a lo corporal debe ser un proyecto a largo plazo, una evolución en el desarrollo educativo de cualquier persona, por lo que se debe tratar esta cuestión como un trabajo progresivo y duradero.

Ahora sí, y después de haber visto como numerosos momentos de nuestra jornada escolar están expuestos o repercutidos directamente por nuestros cuerpos, podemos afirmar sin temor a equivocarnos, “En la escuela el cuerpo sí sirve”.

BIBLIOGRAFÍA

- ALFIERI, F. (1979): *A la escuela con el cuerpo*. Barcelona. Movimiento di cooperazione Educativa.
- Anexo I del Real Decreto 1513/07 define las Competencias Básicas en Educación Primaria.
- BIRDWHISTELL, R. (1979): *El lenguaje de la expresión corporal*. Barcelona. Ed. Gustavo Gili, pp. 89-217.
- DECRETO 40/2007 de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.
- DICCIONARIO REAL ACADEMIA ESPAÑOLA DE LA LENGUA
- DURING, B. (1993): *La crisis de las pedagogías corporales*. Málaga. Unisport-Junta de Andalucía.
- FAST, J. (1971): *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona. Ed. Kairós, p. 132.
- FUENTE MEDINA, S., SANTAMARÍA BALBÁS, N. y VACA ESCRIBANO, M.J. (2013): *Cuñas motrices en la escuela Infantil y Primaria*. Palencia. Gráficas Quintana.
- GUERRA, F. (2014): *¿En qué zona del cuerpo se manifiesta cada emoción?* Blog El trastero de mi mente. [<http://eltrasterodemimente.wordpress.com/2014/02/25/en-que-zona-del-cuerpo-se-manifiesta-cada-emocion/>]
- HALL, E.T. (1973): *La dimensión oculta*. Madrid. Ed. Admon Local.
- HERVÁS FERNANDEZ, G. (1998): *Como dominar la comunicación verbal y no verbal*. Madrid. Ed. Playor.
- LE BOULCH, J. (1969): *Educación por el movimiento*. Madrid. Paidós.
- (2001): *El cuerpo en la escuela en el siglo XXI*. Barcelona. INDE Publicaciones.
- MARK L. K. (1980): *La comunicación no verbal: el cuerpo y el entorno*. Barcelona. Ed. Paidós.

PALOMERO PESCADOR, J.E. (2011): *O Pelouro: otra escuela es posible (cuatro décadas de innovación pedagógica)*. [<http://aufop.blogspot.com.es/2011/01/o-pelouro-otra-escuela-es-posible.html>]

TONUCCI, Francesco (2007), *40 años con ojos de niño*. Barcelona. Editorial GRAO.

VACA ESCRIBANO, M.J. (2002): *Relatos y reflexiones sobre el tratamiento pedagógico de lo corporal en la Educación Primaria*. Palencia. A.C. Cuerpo, Educación y Motricidad.

VACA ESCRIBANO, M.J. y VARELA FERRERAS, M.S. (2008): *Motricidad y aprendizaje. El tratamiento pedagógico de lo corporal (3-6)*. Barcelona. Graó.

VIÑAO, A. (1998): *Tiempos escolares, tiempos sociales*. Barcelona. Ariel.

WOLF, CH. (1966): *Psicología del gesto*. Barcelona. Ed. Luis Miracle, p. 25.

www.bosquescuela.com

www.opelouro.org