



---

# **Universidad de Valladolid**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL**

**GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL**

**CURSO 2023/2024**

**TRABAJO FIN DE GRADO:**

**EL MASAJE INFANTIL COMO MÉTODO DE RELAJACIÓN: UNA PROPUESTA  
DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN UN AULA DE 3 AÑOS**

Nombre del estudiante: Miriam Rodríguez Martín

Nombre de la tutora: Cristina Rodríguez Morante

25 de mayo del 2024

## **SÍNTESIS**

Este trabajo de fin de grado presenta una propuesta de intervención educativa en un aula de 3 años, centrada en el masaje corporal infantil como método de relajación. Dicha propuesta de intervención se fundamenta en diversas investigaciones realizadas por autores relevantes, tomando como núcleo la importancia de implementar una rutina de relajación, donde el cuerpo tome el protagonismo de las sesiones, contribuyendo al bienestar corporal y emocional a través de experiencias sensoriales.

**PALABRAS CLAVES:** Masaje infantil, contacto corporal, bienestar emocional, rutina.

## **ABSTRACT**

This final degree work presents a proposal of educational intervention in a 3 years old classroom, focused on infant body massage as a relaxation method. This intervention proposal is based on several researches carried out by relevant authors, taking as a core the importance of implementing a relaxation routine, where the body takes the leading role in the sessions, contributing to the corporal and emotional well-being through sensory experiences.

**KEY WORDS:** Infant massage, body contact, emotional well-being, routine.

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>4</b>
<b>2. OBJETIVOS</b>	<b>6</b>
<b>3. JUSTIFICACIÓN</b>	<b>7</b>
a. JUSTIFICACIÓN EN RELACIÓN A LAS COMPETENCIAS DEL GRADO	8
<b>4. MARCO TEÓRICO</b>	<b>10</b>
a. ETIMOLOGÍA Y CONCEPTO DEL TÉRMINO “MASAJE CORPORAL”	10
b. EL PODER DEL TACTO	11
c. EL MASAJE CORPORAL EN LA INFANCIA	13
d. EL MASAJE CORPORAL EN LA ESCUELA	15
e. LA IMPORTANCIA DE LA RELAJACIÓN	17
<b>5. METODOLOGÍA</b>	<b>20</b>
a. RECOGIDA DE DATOS	22
b. ANÁLISIS DE DATOS OBTENIDOS	24
<b>6. DISEÑO DE LA PROPUESTA EDUCATIVA</b>	<b>25</b>
a. CONTEXTO Y ENTORNO EDUCATIVO	26
b. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO	27
c. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA	28
d. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA	29
e. IMPLEMENTACIÓN DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA	29
<b>7. ANÁLISIS Y RESULTADO DE DATOS</b>	<b>37</b>
a. RELATIVO AL ALUMNADO	37
b. RELATIVO AL CONTENIDO	43
c. RELATIVO A LA PRÁCTICA DOCENTE	46
<b>8. CONCLUSIONES</b>	<b>51</b>
<b>9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>54</b>
<b>10. ANEXOS</b>	<b>59</b>
A. ANEXO 1	59

B. ANEXO 2	59
C. ANEXO 3	60
D. ANEXO 4	61

## 1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene como título “El masaje infantil como método de relajación: una propuesta de intervención educativa en un aula de 3 años”, teniendo como finalidad principal investigar sobre la importancia del masaje corporal en la infancia, por consiguiente, se ha creado una intervención educativa en relación con dicho tema para su implementación en un aula de Educación Infantil.

A continuación será explicada cada uno de los apartados desarrollados en este trabajo:

- Primeramente, se exponen los objetivos planteados para la elaboración de este trabajo de fin de grado.
- En segundo lugar, se justifican los motivos por los cuales he decidido investigar y desarrollar una intervención educativa sobre la práctica del masaje infantil.
- En tercer lugar, se presenta un marco teórico, donde se recoge información fundamentada en diversos autores acerca de la importancia del tacto, sus beneficios y sobre el masaje infantil en la escuela.
- En cuarto lugar, se desarrolla la metodología implementada para la investigación y realización del trabajo, así como la recogida de datos y su posterior análisis.
- En quinto lugar, se muestra el diseño de la intervención educativa, en el cual se señala la definición del problema y la implementación de la práctica educativa, al igual que sus objetivos y contenidos, en base de la normativa vigente del *DECRETO 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la*

*ordenación y el currículum de la educación infantil de la Comunidad de Castilla y León.*

- En sexto lugar, se expone el análisis y resultado de datos según la recogida de datos de la intervención educativa, relativo al alumnado, contenido y docente.
- En penúltimo lugar, se presenta una conclusión final, en donde se realiza una valoración acerca de los objetivos fijados principalmente sobre este trabajo.
- Por último, se realiza una recogida bibliográfica de los autores en los que se ha basado este trabajo de fin de grado.

## 2. OBJETIVOS

Los objetivos hacen referencia a unos conocimientos tanto prácticos como teóricos, es por este motivo por el cual al ampliar las finalidades de la investigación se amplían los conocimientos, para así desarrollar unas prácticas más conscientes e informadas, concretadas en los siguientes objetivos:

- Investigar información relevante acerca de los contenidos del masaje infantil.
- Explorar la efectividad del masaje infantil como método de relajación en niños de 3 años.
- Desarrollar y evaluar una propuesta de intervención educativa relacionada con las sesiones de masaje infantil.
- Analizar la repercusión en el comportamiento de los niños de las sesiones regulares.
- Identificar posibles dificultades en la implementación de la intervención educativa.

### 3. JUSTIFICACIÓN

En este apartado se justifica la elección del tema escogido para este trabajo de fin de grado, argumentando las razones por las cuales se han llevado a introducir el contacto corporal en la etapa de educación infantil.

El principal motivo por el cual se ha decidido investigar y poner en práctica el contacto corporal entre iguales en un aula de educación infantil, es porque el tacto tiene múltiples beneficios en el desarrollo infantil. A través del contacto corporal los niños establecen una serie de relaciones afectivas, psíquicas y sociales, estableciendo la comunicación como vínculo central desde una edad temprana.

Como menciona Merino-Soto (2004), los niños son movimiento, son expresión sensomotriz, son comunicación e interacción; crean conexiones y perciben sensaciones, son seres experimentados. Su capacidad para procesar grandes cantidades de información a una edad temprana les permitirá adquirir nuevos conocimientos, ser más competentes y formar parte de nuevos entornos sociales (Segura, Cabellé & Castells, 2017).

Para abordar esta cuestión un posible planteamiento como señala Rodríguez (2022) considerar la escuela como el lugar donde los niños desarrollen relaciones sociales con sus compañeros, basadas en la sensibilidad, el cuidado, y el respeto por sus iguales. Es por este motivo, por el cual la función del docente debe consistir en crear un ambiente en el aula que se centre en generar sensaciones físicas positivas a través de la interacción y conexión con los demás.



Establecer una rutina de relajación en el aula mediante la práctica del masaje corporal en infantil tiene como objetivo principal proporcionar una experiencia de vuelta a la calma, ayudándoles a liberar tensiones corporales y emocionales. A través de la relajación se establece un ambiente donde entender y escuchar al propio cuerpo se vuelve lo más importante. La práctica de relajación desde edades tempranas ayuda a los niños a verse a sí mismos de una manera más positiva, favoreciendo la autoestima. Además, la relajación favorece en la gestión de emociones, provocando que los niños reduzcan las conductas agresivas.

La función del maestro es crear un aula donde los niños se sientan seguros y acogidos, por ello, es importante dar valor al bienestar corporal, promoviendo relaciones afectuosas y seguras, donde el contacto físico sea una expresión de cuidado.

De acuerdo con Águila & López (2019) citado en Rodríguez & Martínez (2022), valorar el tacto dentro de la rutina escolar va a permitir situar al cuerpo en un lugar privilegiado, considerándolo como un núcleo de sensaciones e interacciones para el desarrollo humano.

#### **a. JUSTIFICACIÓN EN RELACIÓN A LAS COMPETENCIAS DEL GRADO**

Este trabajo contribuye al desarrollo de las siguientes competencias básicas y generales recogidas en la Facultad de Educación y Trabajo Social, aportando beneficios significativos en la formación profesional del estudiante, al tener que investigar, diseñar y poner en práctica los conocimientos respectivos al tema de investigación. Las competencias a mencionar no solo fomentan la aplicación de conocimientos adquiridos previamente en el grado, sino

también impulsan al estudiante a ser capaz de sustentar nuevos conceptos y propuestas educativas.

- Adquirir los conocimientos y capacidades teórico-prácticos necesarios para el desempeño de las funciones y trabajos con el rigor científico y técnico requerido en cada caso, desde el enfoque de la compliance o garantía del cumplimiento de la norma.
- Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

#### 4. MARCO TEÓRICO

##### a. ETIMOLOGÍA Y CONCEPTO DEL TÉRMINO “MASAJE CORPORAL”

Primeramente, será explicado el concepto del término “masaje corporal” según varios autores, es importante empezar explicando de dónde proviene la palabra “masaje” para entenderla completamente y de esta manera entenderemos mejor la importancia del tacto.

Según Vázquez (2009), el masaje *“es el lenguaje táctil o lenguaje establecido a través de la piel. Es una transmisión y una forma de establecer una comunicación o conexión sin palabras, que inducen a la relajación general”* (p.15). Se trata de una técnica manual los cuales tiene diversos objetivos: manipular y movilizar las partes blandas de manera controlada para sedarlas o estimularlas, generando efectos tanto a nivel local como sistémico. Vázquez también concuerda con que el masaje es un arte, donde la calidad del arte depende directamente de la coordinación entre el cerebro, la agilidad y destreza de las manos del artista.

Como señala, Femenias (2009) considera que *“el masaje infantil podría definirse como un arte antiguo que implica una conexión profunda con el niño, un arte que ayuda a comprender su lenguaje no verbal y a responderle con una escucha respetuosa”* (p.13).

La Asociación Española de Masaje Infantil (2009) define el masaje no tan solo como terapia, sino también como forma de comunicación entre padres e hijos. Los niños son capaces de

percibir los sentimientos de los padres a la hora del tacto, a través de la mirada, la voz, la sonrisa y las manos con las que son tocados (Tapia, 2013).

De igual modo, Montagu (2016) citado en Rodríguez (2022), afirma que durante los primeros años, el contacto desempeña un papel central en la comunicación, es a través de este contacto que comprendemos el valor que transmitimos hacia los demás. Mediante el contacto brindamos atención, cuidado y consuelo. Sin embargo, la ausencia de contacto puede privarnos de la estimulación necesaria para un desarrollo adecuado.

En definitiva, teniendo en cuenta a Downing (1985), el masaje es una forma de comunicación no verbal, basada en el contacto con las manos, es un arte terapéutico que tiene múltiples efectos sobre el cuerpo y la mente. Proporciona una sensación de bienestar, puede aliviar el dolor, liberar tensiones del estrés de la vida diaria e incluso aliviar la fatiga; no sólo quien recibe el masaje experimenta buenos resultados, sino que la persona que lo realiza también experimenta el poder de utilizar sus manos para transmitir seguridad, confianza y felicidad a los demás (Hernandez, Camargo & Puentes, 2020).

## **b. EL PODER DEL TACTO**

Para entender la relevancia que posee el tacto en el desarrollo integral en educación infantil, es fundamental destacar la importancia del sentido del tacto desde edades tempranas. Según Bufill (2021) citado en Puerta (2019), los humanos necesitamos tocar y ser tocados, al igual que necesitamos beber, comer o cualquier otro aspecto básico. Su importancia radica en el impacto que puede tener en nuestras emociones y comportamientos en todas las etapas de nuestra vida.

Considerando el tacto como Montagu (2004), *“en la evolución de los sentidos el tacto fue, sin duda, el primero en existir. El tacto es el padre de nuestros ojos, oídos, nariz y boca”* (p.11).

Es por ello, que Knapp (2009) citado en García (2021), afirma que mientras algunos sentidos todavía se encuentran en la etapa de adaptación, el tacto le permite conectarse y entenderse a sí misma y al mundo que le rodea por primera vez.

Como explica Davis (1998), el acto de "tocar" representa un canal positivo y esencial a través del cual el niño puede expresar sus necesidades. Muchos mensajes y emociones encuentran su mejor forma de comunicación a través del tacto, a menudo siendo esta la única vía para expresarlos. Cuando el contacto corporal se experimenta de manera positiva, contribuye a aliviar las tensiones tanto físicas como emocionales del niño, brindándole un medio para liberar sus angustias y manejar situaciones estresantes de manera general (Femenias, 2009).

En este aspecto, desde una perspectiva fisiológica, el tacto contribuye positivamente al funcionamiento de prácticamente todos los sistemas corporales, incluyendo el psicológico, nervioso, endocrino, inmunológico, respiratorio, circulatorio, gastrointestinal y muscular. Además de brindar placer sensorial, fortalece los lazos afectivos y desempeña un papel significativo en la liberación de tensiones tanto físicas como emocionales. (Segura, Cabellé & Castells, 2017).

Knapp (2009) citado en García (2021), expone que el tacto es una forma de comunicar mensajes de una manera diferente a la que estamos acostumbrados, permitiendo a las personas interpretar mensajes a partir de su experiencia táctil. Así, a través del tacto, somos capaces de

entender lo que la otra persona nos intenta transmitir, creando un vínculo emocional que ningún otro contacto puede crearnos.

Tomando como referencia a Chubarowski (2016), a través del sentido del tacto, el niño recibe información sobre su esquema corporal, proporcionándole un punto de referencia y el primer canal de autopercepción. Entendemos que esta autopercepción es fundamental para desarrollar la capacidad de percibir a los demás, siendo la base de habilidades sociales tan vitales como la comprensión de los límites y la libertad del otro, así como el respeto mutuo. Esta autopercepción también establece los cimientos de la confianza y la seguridad, fundamentales para establecer relaciones interpersonales sólidas. Por lo tanto, tener un buen sentido del tacto a nivel corporal es esencial para ejercer "tacto" en las relaciones humanas.

### **c. EL MASAJE CORPORAL EN LA INFANCIA**

El masaje infantil proporciona importantes beneficios en el desarrollo integral del niño, independientemente de sus características.

Según Beltran (2024), el masaje corporal en la infancia es una práctica beneficiosa que contribuye al desarrollo del esquema corporal de los niños. Este proceso, fundamental en la infancia, permite a los niños conocer su propio cuerpo y establecer una conexión integral con él. El masaje infantil favorece la percepción sensorial, el control respiratorio, la inhibición voluntaria del movimiento y reduce las tensiones físicas y emocionales. Además, el masaje ayuda a los niños a elaborar su esquema corporal, mejorando aspectos como el equilibrio, la coordinación, la comunicación y la socialización.

De acuerdo con la afirmación de Caplan (2008) citado en García (2021) *“el mayor beneficio del masaje es la sensación incomparable de sosiego, protección, seguridad y placer que solo el contacto es capaz de proporcionar”* (p.20).

Como opinan los Centros educativos San Cristóbal, en el ámbito físico, el masaje infantil fortalece el sistema inmunológico, contribuyendo a la regulación del sistema respiratorio y aliviando molestias gastrointestinales como cólicos y gases. Además, favorece el sueño y el descanso del niño, así como mejora la coordinación y la receptividad al tacto, aumentando el tono muscular y la flexibilidad.

Teniendo en cuenta a Moreno (2022), en el ámbito emocional el masaje infantil refuerza el vínculo y apego entre padres e hijos, ayuda al niño a relajarse y a liberar tensiones, conocer sus límites corporales, y favorece la autoestima, la seguridad y la confianza. Asimismo, promueve un ambiente relajado, reduciendo conflictos entre hermanos y generando un mejor entendimiento mutuo entre padres e hijos.

Citando a Navarro (2012), el masaje ayuda a construir y mantener la relación entre madre, padre e hijo, que es de suma importancia para su relación y comunicación. Cuanto más se adhieren los padres al niño, más el niño se vincula a los padres, haciendo de esta fuerte relación comunicativa la base de su desarrollo personal positivo. Asimismo, se reducirá el riesgo de que el niño sea abandonado física, mental o emocionalmente y, por tanto, se reducirá el riesgo de maltrato (Tapia, 2013).

Como opina Nieto (2024), el masaje infantil contribuye en el desarrollo integral del niño, permite al bebé conocer su propio cuerpo y establecer una conexión integral con él, ayuda a

elaborar el esquema corporal, mejorando aspectos como el equilibrio y la coordinación. Asimismo, estimula el desarrollo motor y neurológico, favoreciendo la percepción sensorial, el control respiratorio y la inhibición voluntaria del movimiento.

Gracias a esa interacción y estimulación táctil se evitan las dificultades emocionales, sociales y cognitivas. El masaje infantil favorece la liberación emocional y el equilibrio en los niños, dando lugar a actitudes y sentimientos positivos para continuar en la escuela. Asimismo, los sentimientos de miedo disminuyen y su entorno se convierte en un lugar tranquilo y seguro en el que puedes desarrollarte personal, social y emocionalmente (García, 2021).

Para concluir, Femenias (2009) el masaje infantil puede tener efectos relajantes y tonificantes, contribuyendo a reducir las tensiones físicas y emocionales que los niños experimentan durante el día. El masaje corporal proporciona un placer sensorial que es fundamental para que los niños puedan disfrutar de su cuerpo con libertad, sensibilidad y autonomía, fomentando así su desarrollo integral.

#### **d. EL MASAJE CORPORAL EN LA ESCUELA**

La implementación del masaje infantil en el ámbito escolar puede contribuir significativamente a la mejora de la calidad afectiva y emocional desde edades tempranas. El masaje entre iguales en el aula de educación infantil puede ser una herramienta valiosa para fomentar el bienestar físico y emocional de los niños, así como para promover el aprendizaje a través del contacto y la interacción positiva con sus pares (García, 2021).



Considerando la afirmación de Camacaro (2013), la vida de interacción con el entorno comienza mediante los sentidos, ya que son estos los que permiten al ser humano percibir la realidad y desarrollar su sensibilidad sensorial. Es esencial emplear estrategias educativas sensoriales, especialmente durante la infancia, aprovechando la curiosidad y el placer que los niños y niñas encuentran en las experiencias sensoriales, sobre todo a través del sentido del tacto. Este sentido en particular posibilita experiencias tangibles y físicas, a diferencia de los demás sentidos que proporcionan percepciones abstractas e intangibles.

De acuerdo con Vaca (2005) citado en García (2021), los maestros y maestras entienden que el cuerpo y la motricidad están ligados a la felicidad. Por ello, reclaman su presencia en el aula, ya que fomentan la expresividad, facilitan la construcción de contenidos específicos y contribuyen al desarrollo de habilidades y destrezas motoras.

Es por esta razón importante, convertir la interacción con los demás en un aspecto social que desarrollamos en el contexto del grupo, convirtiéndose así en un elemento de aprendizaje. Durante este proceso, se desarrolla un lenguaje propio que incluye gestos de afecto como mimos, caricias, cuidado, y también la experiencia del abandono. Simultáneamente, los niños aprenden diferentes formas de tocar a los demás para brindar confort y bienestar (Rodríguez & Martínez, 2019). Crear ambientes de clase que fomenten sensaciones corporales placenteras mediante la interacción y el establecimiento de conexiones con otros, facilitará que el cerebro esté receptivo para recibir y retener conocimientos (Rodríguez & Martínez, 2022).

Como señalan Rodríguez & Martínez (2019), la práctica del "masaje" es una actividad diaria que se desarrolla y transforma a lo largo de todo el ciclo escolar, adaptándose al grupo-clase, sus intereses y sus necesidades. Su propósito fundamental es cultivar en los niños la

importancia del cuidado del cuerpo del otro, promoviendo la entrega y la disposición hacia los demás. Además, se fomenta la habilidad de expresarse ante los demás de diversas formas. Los niños aprenden a comunicar si les gusta estar con otros (o si prefieren estar solos en ciertos momentos), no solo a través de palabras, sino también mediante el lenguaje corporal, que los niños van reconociendo y dominando. También, a través de la práctica del masaje corporal los niños aprenden a comunicarse corporalmente, mostrando atención y respeto hacia los demás. Además, los niños aprenden a regular su nivel de actividad y a disfrutar de momentos de tranquilidad y calma corporal.

#### **e. LA IMPORTANCIA DE LA RELAJACIÓN**

La calma representa un estado emocional caracterizado por la ausencia de estrés, ansiedad y tensión. Cultivar la calma en la educación infantil puede generar efectos positivos en el proceso de aprendizaje, la salud mental y la calidad de vida de los niños, así como en su desempeño académico. Por el contrario, la ansiedad y el estrés pueden perjudicar la capacidad de concentración y retención de información en los niños, siendo también factores de riesgo para el desarrollo de trastornos mentales como la depresión durante la infancia y la adolescencia. Además, estos estados pueden afectar el sueño, la alimentación y la actividad física de los niños (Reina, 2023).

Charaf (2012) citado en Monge (2020) afirmó lo siguiente:

*“Cualquiera sea la idea que hayamos construido o que nos hayan transmitido respecto de este tema, lo cierto es que cuando se recurre al trabajo cualquiera sea la técnica de relajación elegida, el fin último que se persigue es el logro de una armonía, equilibrio y verdadero estado de relax físico y mental total beneficioso para el*

*bienestar y desarrollo de la inteligencia creativa y emocional de las personas, para su aplicación cotidiana en sus diferentes ámbitos de participación” (p.19).*

De acuerdo con Escalera (2009), la práctica regular de la relajación infantil conlleva numerosos beneficios para todos los niños y niñas. Por un lado, aprender métodos de relajación mejora su confianza en sí mismos, fomentando una actitud más sociable y menos agresiva, al mismo tiempo que aumenta su alegría y espontaneidad.

La relajación también influye en la forma en que el niño se percibe a sí mismo, promoviendo una valoración positiva de su imagen corporal y fortaleciendo su confianza al reconocer y potenciar las sensaciones de su propio cuerpo. Es importante introducir desde edades tempranas ejercicios que mejoren la capacidad del niño para lidiar con su actividad diaria (Escalera, 2009).

Los niños deben aprender a apreciar el reposo y disfrutar de la quietud, así como de la ausencia de estímulos y del silencio. Los ejercicios de relajación deben adaptarse a las diferentes edades, considerando las capacidades de desarrollo y maduración propias de cada etapa (Escalera, 2009).

Al igual que con cualquier otro tipo de aprendizaje o actividad, los niños no deben ser forzados a participar en ejercicios de relajación, sino que se les debe animar a experimentar el descanso y la relajación muscular de manera natural, integrándolos como parte habitual de sus actividades, y disfrutando de los beneficios que estos momentos de relajación les pueden ofrecer (Escalera, 2009).

El propósito principal de incorporar técnicas de relajación en el entorno educativo es que los niños y las niñas desarrollen un hábito. Esto les permitirá relajarse en diversas situaciones de su vida y afrontarlas de manera más efectiva. Por lo tanto, los beneficios de la relajación sólo se lograrán si se practica de forma regular.

## 5. METODOLOGÍA

Se ha empleado metodología cualitativa para la investigación y posterior análisis de datos sobre el masaje corporal infantil. Este tipo de investigación se centra en estudiar la realidad en su contexto natural, tal como ocurre, con el objetivo de interpretar los fenómenos según los significados que tienen para las personas implicadas. Este enfoque implica el uso y la recopilación de una amplia variedad de materiales. Estos elementos ayudan a describir las rutinas, las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas (Rodríguez, Gil & García, 1996).

En la investigación cualitativa, no existe una única técnica. Esta investigación se basa en técnicas e instrumentos que facilitan el análisis, la explicación y la interpretación de pensamientos que son significativos para las personas involucradas.(Badilla, 2006).

Teniendo en cuenta a Forero (2010), la investigación cualitativa se enfoca en captar la realidad desde la perspectiva de quienes forman parte de ella, es decir, a partir de las percepciones de las personas que interactúan en ese contexto. Esto permite interpretar el mundo, sus vivencias, sentimientos y expectativas. Por lo tanto, es esencial considerar el conocimiento de los participantes para comprender las situaciones y problemas en diversos ámbitos.

Por ello, el paradigma cualitativo examina eventos, comportamientos y experiencias de las personas desde sus contextos, considerando sus propios puntos de vista e interpretaciones sobre por qué adoptan ciertas conductas y cómo perciben los resultados. Este enfoque destaca el carácter interpretativo que proporciona comprensión y significado a los hechos,

diferenciándose de las características de la investigación positivista. Esto se debe a que las personas crean sus propios significados respecto a sus entornos y las interacciones con personas y objetos, lo que revela las dimensiones de una realidad en su estado “natural” y le confiere principios de validez (Forero, 2010).

Como afirma Stake (1995) citado por Caballos-Herrerías (2009), la investigación con enfoque de estudio de casos se enmarca en el paradigma cualitativo. Este paradigma sostiene que la realidad es construida por las personas involucradas en la situación estudiada, y aunque las percepciones del mundo sean personales, estas construcciones no son completamente dispares, sino que presentan puntos en común. Esto implica la existencia de múltiples realidades: la del investigador, la de las personas estudiadas y la de los lectores que interpretan el informe de la investigación.

El estudio de caso optimiza la comprensión al abordar cuestiones de investigación académica. Gana credibilidad mediante la triangulación detallada de descripciones e interpretaciones, no solo en una etapa específica, sino de manera continua a lo largo del estudio. En el ámbito de la investigación cualitativa, el estudio de caso se centra en el conocimiento experiencial del caso y presta una atención meticulosa a la influencia de su contexto social (Stake, 2013).

Del Rincón & Latorre (1994) citado por Jiménez & Comet (2016), sostienen que el estudio de casos debe considerarse como una estrategia orientada a la toma de decisiones. Su verdadero poder radica en su capacidad para generar hipótesis y descubrimientos, al centrarse en un individuo, evento o institución, y en su flexibilidad y aplicabilidad a situaciones naturales.

Cebreiro & Fernández (2004) citado por Jiménez & Comet (2016), destacan que mediante este método, se recopilan de forma descriptiva diferentes tipos de información cualitativa, que no se expresan en números, sino en palabras. Lo esencial en esta metodología es resaltar incidentes clave de manera descriptiva, utilizando entrevistas, notas de campo, observaciones, grabaciones de vídeo y documentos.

Martínez (2006) citado por Rodríguez (2022), resalta que la principal fortaleza de este método es la capacidad de medir y registrar la conducta de las personas involucradas en el hecho estudiado. En el contexto del aula de Educación Infantil, la observación de la conducta emerge como una de las principales fuentes de conocimiento, dada la limitación en el nivel de desarrollo verbal y cognitivo de los actores.

#### **a. RECOGIDA DE DATOS**

La técnica utilizada ha sido la observación participante, por cuanto, el investigador a su vez era el agente responsable del proceso investigado, la maestra en prácticas tomaba datos y a la vez desarrollaba la propuesta. El instrumento utilizado para la recogida de datos ha sido a través de un diario de campo, en él ha sido recogida toda la información adquirida en las sesiones llevadas al aula.

Valverde (1993), define al diario de campo como una herramienta para registrar información procesal, similar a un cuaderno de notas, pero con un uso más amplio y metódicamente organizado en función de la información que se busca obtener en cada reporte. Utiliza diversas técnicas de recolección de datos para conocer la realidad, profundizar en nuevos

hechos relacionados con la situación en estudio, dar continuidad a un proceso de investigación e intervención, y proporcionar datos para la evaluación posterior.

Como afirma Latorre (1996) citado en Ascensión & Ríos (2017), el diario de campo es un instrumento útil para obtener información que facilita el análisis de la práctica. En esencia, el diario de campo es un instrumento tanto de formación, como de investigación, que potencia la observación y la autoobservación al recopilar observaciones de diversa índole.

Es por ello, que la información recogida en el diario de campo acerca de los acontecimientos sucedidos en las sesiones regulares del masaje infantil, fueron respaldadas a través de una metodología observacional.

Según Lavilla (2013), la metodología observacional se distingue fundamentalmente por el estudio del comportamiento espontáneo y habitual del sujeto, de modo que la situación no se considera preparada ni artificial.

Teniendo en cuenta a Fuertes (2011), las técnicas de observación sistemática pueden emplearse para proporcionar retroalimentación durante las clases, en el período de prácticas o en situaciones específicamente diseñadas. Desde una perspectiva social y psicológica, esta retroalimentación busca recopilar información, tanto a nivel individual como colectivo, con el objetivo de mejorar el funcionamiento de cualquier grupo.

Tras hacer una observación sistemática de las sesiones realizadas en el aula, al llegar a casa la docente de prácticas anotaba todo lo sucedido y experimentado en la sesión impartida. Tras la



recogida de información en el diario de campo, se realiza un análisis donde será categorizada por aspectos a destacar las conductas del alumnado, así como el papel docente.

## **b. ANÁLISIS DE DATOS OBTENIDOS**

Como afirma Latorre (2003) citado en Ramos (2019), la reflexión o análisis de datos consiste en una serie de tareas destinadas a examinar un conjunto de datos con el fin de extraer conclusiones o significados relevantes de la información obtenida. Teniendo en cuenta a Coll, Mauri & Onrubia (2008), desde esta perspectiva, la esencia de la enseñanza y el aprendizaje en el aula se encuentra en las relaciones entre los tres elementos que forman el triángulo interactivo: el contenido que se enseña y se aprende, la actividad educativa e instruccional del profesor y la actividad de aprendizaje de los alumnos.

Es por ello que, tras la recogida de datos en el diario de campo y una vez finalizada la puesta en práctica de todas las sesiones, la docente releió de nuevo los relatos y clasificó los aspectos más significativos por categorías que quería tener en cuenta para el posterior análisis de datos.

Se han organizado los aspectos destacados en tres categorías: en relación al alumnado, al docente y al contenido. De estas categorías generales se sacaron subcategorías recogiendo datos más específicos como son las actitudes que favorecen y dificultaban la práctica educativa por parte del alumnado, el papel principal de la docente y su incidencia de la práctica, así como la evolución del contenido. Cada subcategoría recogida fue clasificada por colores para una mejor comprensión, análisis y conclusión de la misma, recogidas en otro apartado.

## **6. DISEÑO DE LA PROPUESTA EDUCATIVA**

A continuación se recogen breves apuntes de la propuesta diseñada y desarrollada con el fin de poner en contexto al lector y que pueda comprender los datos que más adelante se expondrá.

La propuesta de intervención que se ha desarrollado en el trabajo de fin de grado consiste en aplicar un ritual de relajación a través del masaje corporal en una clase de niños de 3 años en Infantil.

Para poner en contexto, primero se hace referencia el entorno educativo donde se va a poner en práctica esta intervención educativa, así como las características del alumnado. Seguidamente, se explica cuál fue la realidad encontrada en el aula de 3 años. Por último, se ha desarrollado el diseño de la intervención, así como la implementación de la práctica educativa en el aula, resaltando los objetivos, contenidos y metodología utilizada.

La propuesta educativa llevada al aula de educación infantil, ha sido recogida en un diario de campo, donde se destacan diversos aspectos relativos al alumnado, al papel docente y al contenido. Para la recopilación de dichos relatos, se ha empleado una metodología observacional. Toda esta información recogida ha sido valiosa para una posterior reflexión acerca del proceso enseñanza-aprendizaje.

### **a. CONTEXTO Y ENTORNO EDUCATIVO**

El Colegio Amor de Dios se encuentra ubicado en la calle Real de Burgos, 5 en Valladolid. Se trata de un colegio de dos líneas, que abarca desde Educación Infantil primer ciclo hasta 4º E.S.O

Es un Centro educativo de titularidad católica, abierto a todos, dirigido por la fundación educativa Amor de Dios. Dispone de las etapas concertadas de Infantil, Primaria y Secundaria con un total de 580 alumnos de nivel socioeconómico medio-bajo, algunos en riesgo de exclusión social y 46 profesores distribuidos en dos líneas.

El colegio Amor de Dios está situado en un barrio obrero con un ambiente sociocultural medio y medio bajo, que también cuenta entre sus habitantes con un gran colectivo de población inmigrante.

El barrio de La Rondilla se encuentra en la margen izquierda del río Pisuerga, en la parte norte de la capital Vallisoletana. Se trata de un barrio de origen obrero que comenzó a edificarse en la década de los 60.

Los residentes de La rondilla son una población envejecida, su pirámide de población es bastante regresiva y a pesar de contar con un alto porcentaje de población inmigrante, el peso que tienen los jóvenes en el barrio es relativamente escaso. La economía de este distrito está basada casi en su totalidad en el sector terciario; pequeñas tiendas de abastos, locales comerciales y otros servicios.

## **b. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO**

El aula cuenta con dieciséis alumnos, divididos en 7 niñas y 9 niños. La mayoría del alumnado asiste al aula, pero hay un porcentaje mínimo de absentismo, lo cual implica que el nivel de aprendizaje y rendimiento sea inferior en comparación con el resto del alumnado.

Haciendo referencia al nivel de aprendizaje observado es bastante bueno, los niños adquieren los conocimientos impartidos, aunque hay un cierto número de alumnado que les resulta más complicado, por ello se les intenta dar una atención más individualizada. Es importante destacar que todos ellos muestran interés a la hora de aprender e involucrarse en las tareas.

En referencia las características psicológicas del alumnado del aula, hay un grupo minoritario que tiene problemas con el lenguaje, a la hora de hablar les cuesta pronunciar bien algunas palabras y vocalizar. Es por este motivo, por el que se les presta una mayor atención y apoyo.

Las relaciones que mantienen entre ellos son muy buenas, apenas hay conflictos y si hacen algo mal saben reconocerlo y pedir perdón. Aunque, he de decir que a un par de niños les cuesta más socializar, porque son más tímidos.

Respecto al nivel sociocultural del alumnado presente en el aula es medio bajo, algunos de los alumnos son de población inmigrante y otro porcentaje pequeño de alumnos vienen de familias que no poseen estudios medios.

### **c. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

Tras concurrir las primeras semanas en el aula de 3 años y después de realizar un periodo de observación, la docente en prácticas evaluó que el momento de relajación después de la vuelta del patio no se estaba realizando de una manera adecuada para el beneficio de los niños, si no para el de maestra.

La rutina observada en el aula comenzaba cuando los niños entraban en el aula, se iban sentando poco a poco en sus respectivos lugares, mientras que la maestra ponía una canción relajante. En este periodo de tiempo los niños debían de permanecer tranquilos en una postura relajante en su silla, con los brazos y la cabeza apoyados en la mesa. Este es un momento en el que a los niños les costaba mantenerse quietos y en silencio. Los niños debían de esperar en esa postura hasta que la maestra les llamara para lavarse las manos por grupos. Después de lavarse las manos, bebían agua y esperaban en asamblea a que la maestra les pusiera un capítulo nuevo de “Bluey” en la pantalla digital.

Frente a estas observaciones y contemplando la rutina que seguían, se planteó crear un ritual nuevo de relajación para que los niños volviesen a la calma tras la hora del patio. Donde el propósito principal, fuera no utilizar la pantalla digital con el objetivo de que los niños no permanecieran inmóviles y en silencio. Es por este motivo, por el cual la rutina diseñada se centraba en el contacto corporal entre iguales como eje fundamental de la relajación.

#### **d. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

Esta propuesta de intervención educativa fue diseñada con el objetivo principal de que los niños interiorizaran un ritual de relajación tras la vuelta al aula después del recreo. Este ritual se centra principalmente en el contacto corporal, donde a través de él los niños tomarían conciencia corporal mediante diversas técnicas de masaje. Así como, favorecer las relaciones íntimas entre iguales, fomentando la creación de vínculos, explorando diferentes propuestas sensoriales y experimentando sensaciones de relajación.

Puesto que estas intervenciones ofrecen un amplio repertorio de posibilidades, se centrarán principalmente en tres tipos distintos de prácticas, estas intervenciones están orientadas al masaje facial y de espalda, siguiendo unos movimientos establecidos.

- Creación de un ritual.
- Contacto piel con piel entre iguales.
- Contacto a través de un objeto transicional.

#### **e. IMPLEMENTACIÓN DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA**

La propuesta de intervención del masaje corporal se llevará a cabo después del recreo, de esta manera se creará una rutina de relajación, favoreciendo la atención y la calma para las posteriores actividades a realizar en el aula.

La práctica docente propuesta se realizará en el mes de mayo, durante tres semanas. Teniendo en cuenta el horario escolar de los niños, se realizarán los martes, jueves y viernes. Durante

las tres semanas, se repetirá la misma secuencia de sesiones en cada semana. Empezando por la primera sesión, centrada en el masaje facial introduciendo el contacto piel con piel entre iguales. La segunda sesión, está centrada en un masaje de espalda, en esta sesión introduciremos movimientos más complejos. Por último, la tercera sesión será realizada también en la espalda, pero el elemento principal de este masaje será a través de un elemento transicional (pelota).

Durante el periodo de puesta en práctica, se realizarán un total de 9 sesiones, 3 sesiones cada semana. Esta intervención educativa se divide en tres bloques según el grado de dificultad y su objetivo principal a perseguir (verde, azul y morado).

- **Creación de un ritual:** Este momento pertenece a la relajación, se practicará antes de comenzar el masaje corporal. A través de una canción, los niños deberán de mantener una postura relajada (sentados o tumbados), en el cual intentarán tranquilizar su cuerpo. Asimismo, es un momento para establecer vínculos con la pareja donde los niños podrán mantener un momento íntimo a través del contacto corporal, como los abrazos y las caricias.

Igualmente, antes de comenzar cada masaje, los niños emplearán un ritual de entrada y de salida. En el ritual de entrada, los niños calentarán sus manos (Anexo 1) para dar comienzo el masaje y colocarán sus manos en los hombros del compañero para señalar que el masaje va a comenzar. En el ritual de salida, cuando los niños hayan terminado de realizar el masaje a su compañero, volverán a posar las manos encima de los hombros para dar por finalizada la sesión.

- **Contacto piel con piel entre iguales:** Esta categoría está dividida en dos técnicas, las cuales se practicarán una por semana. La primera y para introducir a los niños en el contacto piel con piel entre parejas, cada pareja se colocará una enfrente de la otra y por turnos tendrán que ir dibujando la cara de su compañero con su dedo índice, siguiendo los movimientos de la canción (Anexo 2).

En la segunda técnica se trabaja el masaje en la espalda, donde emplearemos movimientos más complejos. Los niños se colocarán en parejas, un compañero estará tumbado boca abajo y el otro compañero se sentará a su costado, para poder realizar el masaje sin dificultad. Los niños que dan el masaje seguirán los movimientos que la maestra irá señalando, mientras narra el cuento (Anexo 3). A través de este masaje, los niños irán adquiriendo técnicas más diversas y explorando diferentes experiencias sensoriales.

- **Contacto a través de un objeto transicional:** Esta técnica se practicará una vez por semana, siempre el último día. Los niños se colocarán en parejas, al tratarse de un masaje en la espalda un niño se colocará tumbado boca abajo y su compañero, el que realizará el masaje, sentado a un costado. En este masaje el contacto será a través de una pelota, donde los niños tendrán que seguir los movimientos que la maestra vaya indicando. A través de este masaje, los niños experimentan diferentes sensaciones de relajación, así como una nueva técnica de masaje.



**Tabla 1.** Puesta en práctica de las sesiones de masaje corporal.

<b>Primera semana</b>	<p><b>1º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje facial). <i>7 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>2º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje de espalda). <i>9 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>3º sesión:</b> Contacto a través de un objeto transicional. <i>10 de mayo de 2024.</i></p>
<b>Segunda semana</b>	<p><b>4º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje facial). <i>14 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>5º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje de espalda). <i>16 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>6º sesión:</b> Contacto a través de un objeto transicional. <i>17 de mayo de 2024.</i></p>
<b>Tercera semana</b>	<p><b>7º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje facial). <i>20 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>8º sesión:</b> Contacto piel con piel entre iguales (masaje de espalda). <i>23 de mayo de 2024.</i></p> <p><b>9º sesión:</b> Contacto a través de un objeto transicional. <i>24 de mayo de 2024.</i></p>

Según la normativa vigente del *DECRETO 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículum de la educación infantil de la Comunidad de Castilla y León*, podemos diferenciar tres áreas, donde encontramos relación con nuestro programa de intervención, especialmente en el área de “*Crecimiento en Armonía*”, relacionándolo con el lenguaje corporal, los gestos, las miradas y la expresión de sus sentimientos. Como podremos observar más adelante en la implementación de la metodología, este aspecto es algo muy

importante, ya que a través de ella, los niños empezarán a crear vínculos con sus compañeros y determinará la confianza en sí mismos y hacia los demás.

**Tabla 2.** Objetivos y contenidos a trabajar en la práctica educativa.

<p><b>Objetivos didácticos generales</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.</li> <li>- Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.</li> <li>- Relacionarse con los demás en igualdad, y ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos.</li> <li>- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.</li> </ul>
<p><b>Objetivos didácticos específicos</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progresar en el conocimiento de su cuerpo reproduciendo acciones y reacciones relacionadas con la percepción sensorial, el control respiratorio y la coordinación en el movimiento.</li> <li>- Identificar inquietudes, gustos y preferencias, mostrando satisfacción sobre los logros conseguidos.</li> <li>- Realizar actividades relacionadas con el autocuidado y el cuidado del entorno con ayuda de un adulto mostrando una actitud respetuosa.</li> <li>- Identificar normas, rutinas y hábitos, desarrollando experiencias saludables y sostenibles para la mejora de la salud y el bienestar.</li> </ul>

<b>Contenidos: Área crecimiento en armonía</b>	<b>A. El cuerpo y el control progresivo del mismo.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Imagen global y segmentaria del cuerpo: partes sencillas.</li><li>- Curiosidad e interés por la exploración sensomotriz.</li><li>- Integración sensorial: propiocepción y sistema vestibular: sensibilidad corporal y posición del cuerpo.</li><li>- Control postural en función de las acciones y situaciones.</li></ul> <b>B. Desarrollo y equilibrio afectivos.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Habilidades elementales para desarrollar actitudes de escucha y respeto hacia los demás.</li></ul>
--	--

Una vez expuestos los objetivos y contenidos a trabajar en las sesiones de masaje corporal, será presentada la metodología empleada en la puesta en práctica, según los tres bloques.

- **Creación de un ritual:** A través de una rutina de relajación, que será trabajada durante todas las sesiones, es conseguir que los niños identifiquen el momento como la vuelta a la calma después del recreo. Por ello es fundamental fomentar un ambiente tranquilo, donde reine la paz y la tranquilidad, a través de una canción relajante “La nube” de Paula Acuña, donde los niños podrán acomodarse libremente en una postura cómoda. Asimismo, mediante este ritual se favorece el vínculo entre iguales y la confianza con sus compañeros.

Antes de comenzar con el masaje, los niños preparan sus manos para el masaje y avisarán al compañero que va a empezar. Este es un paso muy importante, porque se promueve el respeto y la empatía entre iguales, al pedir permiso al compañero para empezar el masaje.

La creación de un ritual establece una rutina de relajación y aportando beneficios saludables al bienestar corporal.

- **Contacto piel con piel entre iguales:** El propósito principal del masaje piel con piel en una aula de infantil, es promover una metodología activa y participativa entre los iguales, donde el masaje lo den y lo reciban todos por igual.

A través del masaje corporal, los niños irán conociendo y experimentando diferentes técnicas de masaje. Mediante la práctica de dichas técnicas, los niños explorarán diferentes sensaciones sensoriales, esto les permitirá conocer los gustos e inquietudes tanto de uno mismo como el de los demás. Además, los niños desarrollan la conciencia y el bienestar corporal, teniendo como objetivo el cuidado y el respeto hacia los demás.

- **Contacto a través de un objeto transicional:** A través de un objeto transicional (pelota), se promueve una metodología activa y participativa entre los integrantes del aula.

Asimismo, mediante el uso de la pelota, los niños explorarán diferentes técnicas de masaje corporal, descubriendo experiencias sensoriales y relajantes nuevas, permitiendo a los niños reconocer diferentes gustos y preferencias.

El masaje corporal a través de un objeto transicional, también aporta seguridad al niño que recibe el masaje, favoreciendo de esta manera los vínculos entre iguales y estado de relajación.

## 7. ANÁLISIS Y RESULTADO DE DATOS

Durante la puesta en práctica de las sesiones de masaje infantil, se ha ido recogiendo toda la información de lo sucedido en el aula en un diario de campo. Como he mencionado anteriormente, se han categorizado los relatos según el triángulo interactivo, donde serán analizados el contenido impartido, el papel docente y el aprendizaje de los alumnos (Coll, Mauri & Onrubia, 2008). Tras categorizar los tres elementos, se han podido sacar subcategorías que se expondrán a continuación, en ellas se profundizará acerca de las actitudes positivas del alumnado, así como los comportamientos que dificultan la práctica docente. También, será presentada la evolución del contenido y la autonomía de los niños tras el paso de las semanas. Por último, se examinará el rol docente y la incidencia de la propuesta en la docente.

### a. RELATIVO AL ALUMNADO

#### - *Actitudes que favorecen la intervención educativa.*

En este apartado se detallan las actitudes positivas de los niños a lo largo de las semanas de la puesta en práctica. La intervención educativa se ve favorecida por actitudes que contribuyan en el desarrollo de una enseñanza integral. Estas actitudes generan un ambiente de aprendizaje positivo y enriquecedor para todos los participantes. De igual forma se incentiva a los niños, ayudándolos en su crecimiento académico y personal.

1.

2. La motivación es una actitud positiva que promueve la participación activa y anima a los niños a participar en el aprendizaje. La motivación hace que los niños muestren iniciativa durante las sesiones de masaje.

*“En este momento algunas niñas de este equipo se emocionan y empiezan a preguntar: ¿qué es?” (1º sesión: 7 de mayo). “Muestran ganas de participar” (1º sesión: 7 de mayo). “Los niños se emocionan y empiezan hablar entre ellos, sobre con quién se ponen” (2º sesión: 9 de mayo). “Los niños tenían ganas de volver a repetirlo” (4º sesión: 14 de mayo). “Se entusiasman, siempre tienen ganas de realizar este masaje” (9º sesión: 24 de mayo).*

3. La **tranquilidad** crea un ambiente de calma, favoreciendo la intervención de la docente y el aprendizaje de los niños. La tranquilidad contribuye al bienestar emocional, aumentando la concentración de los niños en las sesiones impartidas y facilitando la comunicación de todo el grupo.

*“Algunos niños realizan el masaje en tranquilidad y siguiendo todos los movimientos a la perfección” (1º sesión: 7 de mayo). “Esperan tranquilos en asamblea hasta que los demás niños terminan de lavarse las manos. Cuando llegué la mayoría de niños estaban tumbados y muy pocos hablaban entre ellos.” (5º sesión: 16 de mayo). “Cuando pongo la canción, los niños se tumban e intentan estar relajados, aunque algunos sigan jugando con sus manos o pies, están en silencio, sin molestar” (7º sesión: 21 de mayo). “Al ir bien el masaje y los niños se mostraron participativos y relajados, hemos podido repetir la canción dos veces por compañero” (7º sesión: 21 de mayo).*

4. La capacidad de los niños para **seguir las instrucciones** de la docente, significa que los niños son capaces de comprender y utilizar las técnicas de masaje. La adquisición de las técnicas empleadas favorece el proceso de aprendizaje.

*“Al ser una historia no les ha costado realizar los movimientos de animales y seguir el proceso del masaje” (2º sesión: 9 de mayo). “Los niños recitaban conmigo la canción y seguían los movimientos a la perfección” (7º sesión: 21 de mayo). “Los niños van siguiendo mis indicaciones a la perfección, sin realizar los movimientos deprisa” (9º sesión: 24 de mayo).*

5. La **atención** facilita el aprendizaje significativo, la participación activa, la comprensión de las técnicas de masaje y la interacción entre los participantes.

*“Los niños ya sabían qué animal venía, esto también lo ha hecho más participativo” (2º sesión: 9 de mayo). ““profe falta decir las palabras”, refiriéndose al ritual de las manos” (3º sesión: 10 de mayo). “Muchos de los niños se habían quedado con el cuento y nada más contarlos sabían que movimiento tenían que hacer” (5º sesión: 16 de mayo). “Hoy toca el masaje en la espalda de la “hormiguita”, los niños ya se saben la historia perfectamente y van realizando los movimientos mientras yo voy contando el cuento” ( 8º sesión: 23 de mayo).*

6. Los niños muestran sus **intereses y gustos** del masaje que más les ha gustado o de las técnicas que prefieren, favoreciendo la intervención educativa. A través de la comunicación de sus gustos, se puede adaptar la técnica del masaje para que el niño



que lo reciba se sienta más a gusto, fomentando la vinculación entre parejas y el bienestar integral.

*“A los niños les ha gustado más que las anteriores” (3º sesión: 10 de mayo). “Al saber el cuento, también anticiparon los demás movimientos, puesto que realizaban “el murciélago”, antes de llegar al final porque era el que más les había gustado” (5º sesión: 16 de mayo).*

7. Los niños muestran **autonomía** en el proceso de aprendizaje, de muestra que van adquiriendo más responsabilidad y control en la rutina diaria. Asimismo, la independencia en sus actos demuestran que han adquirido los conceptos enseñados por la docente.

*“Algunos niños ya iban interiorizando la rutina, cogían el cojín y esperaban sentados o tumbados hasta que llegara para poner la canción.” (4º sesión: 14 de mayo). “Los primeros pasos del masaje lo repiten ellos solos, el calentamiento de manos y el avisar al compañero” (5º sesión: 16 de mayo). “Los niños se posicionan, ya saben cuáles son los pasos, hay niños que sin yo dar el comienzo ya empiezan ellos solos a realizar el masaje” (8º sesión: 23 de mayo).*

8. La **creación de vínculos** en la práctica educativa, favorece las relaciones sociales del aula, puesto que se crea un ambiente de respeto y confianza hacia los compañeros. Asimismo, la creación de vínculos también favorece la motivación de los niños en la práctica educativa, así como otras emociones, generando que el masaje sea un momento mágico.

*“También hay niños que cogen el cojín de otro compañero para que se sienten a su lado” (7º sesión: 21 de mayo). “Los niños ya van teniendo su sitio fijo en el lugar de la asamblea, junto al compañero de siempre” (8º sesión: 23 de mayo). “Los niños se relajan, giran su cuerpo hacia el de su compañero de masaje, ya lo eligen ellos solo sin decir nada. Junto a su compañero se abrazan, hablan bajito o se hacen caricias en la cara” (8º sesión: 23 de mayo).*

- ***Comportamientos que dificultan la intervención educativa.***

1. El **nerviosismo o la intranquilidad** de los niños alteran sus comportamientos, afectando en su capacidad de concentración y de aprendizaje, generando un ambiente negativo. Al tener los niños un estado de nerviosismo, dificulta el proceso de enseñanza de la maestra y el momento del masaje para lograr la tranquilidad.

*“En este momento algunas niñas de este equipo se emocionan y empiezan a preguntar qué es, esta excitación también sobresalta a la clase que empiezan a moverse”*

*(1º sesión: 7 de mayo). “Hoy los niños se encuentran alterados y la mayoría de la canción la pasan hablando entre ellos o jugando con sus piernas” (3º sesión: 10 de mayo). “Pero cuando ven que se acerca el final de la canción se ponen nerviosos por la elección de parejas” (5º sesión: 16 de mayo).*

2. La **distracción** en los niños hace que no mantengan la concentración del momento, manteniendo su foco en el juego. Al estar los niños distraídos, dificulta la intervención educativa y no genera un ambiente participativo y activo en el momento de aprendizaje, haciendo que los niños salgan de la rutina de relajación.

*“Algunos niños se entretienen jugando con el agua del grifo o al beber agua, empiezan hablar, a jugar con los cojines o a discutir por quién se sienta al lado de la profe” (1º sesión: 7 de mayo). “Los niños empezaron a moverse, a jugar con sus pies y sus manos, hablar con los compañeros que tenían al lado o volver a discutir por quién sería su pareja” (4º sesión: 14 de mayo). “Hoy se muestran muy activos y les cuesta seguir los movimientos del masaje, tienen su foco en la pelota, haciendo que se distraigan y pierdan el hilo” (6º sesión: 17 de mayo).*

3. La **incomodidad** de los niños al recibir el masaje perjudica la relajación. La incomodidad afecta al niño en la disminución de la participación y en las relaciones afectivas, creando un ambiente frío y distante, obstruyendo la confianza entre parejas al no disfrutar del masaje que reciben.

*“También, pude observar cómo algunos niños se quedan parados sin realizar ningún movimiento a sus compañeros, otros realizaban los movimientos muy rápidos “ya he acabado”, y a otros el contacto físico en la cara les resultaba un poco incómodo porque les hacía cosquillas” (4º sesión: 14 de mayo). “Muchos de los niños realizan movimientos rápidos y bruscos “me hace daño”” (5º sesión: 16 de mayo).*

4. El **rechazo** afecta a muchos aspectos en la intervención educativa, tanto en las relaciones sociales, como en el ambiente del aula y la participación activa, creando un clima de tensión dificultando el aprendizaje.

*“Pero otra vez empiezan la discusión “con él no quiero, quiero con ella”, “yo quiero contigo”” (2º sesión: 9 de mayo). “Algunos niños siguen discutiendo por quién va a*

*ser su compañero “profe yo con él”, “no porque él va conmigo”” (3º sesión: 10 de mayo). “Los niños empiezan a discutir por qué pelota quieren “esta no, yo quiero la de él”, o una vez dada quieren otra pelota que no es la suya”” (3º sesión: 10 de mayo).*

## **b. RELATIVO AL CONTENIDO**

En esta categoría se ha expuesto lo observado acerca del desarrollo gradual y progresivo de los niños en la rutina diaria, de cómo han ido cogiendo autonomía en sus actos y en el desempeño del masaje corporal. Reflejando de esta manera la maduración y crecimiento personal de los niños al introducir nuevas responsabilidades en su rutina diaria, sin depender de las instrucciones de la maestra.

La maestra de prácticas inicia con la sesión de relajación reproduciendo la canción de “*La nube*” de Paula Acuña. Es un momento en el que la maestra invita a los niños a tumbarse en el suelo para que vayan tranquilizando el cuerpo y establezcan un momento de calma. En la primera semana se observa cómo a medida que transcurre la canción los niños empiezan a inquietarse y a moverse, rompiendo el momento de tranquilidad. Los niños se muestran más pendientes de las parejas con las que se quieren poner y es aquí donde se genera un ambiente de tensión, al provocar rechazos a la hora de hacer las parejas.

*“A medida que va pasando la canción, los niños empiezan a estar inquietos, a moverse, a jugar con el compañero o hablar, les vuelvo a repetir que hay que intentar estar relajados” (1º sesión: 7 de mayo). “Cuando pongo la canción de la “la nube”, los niños van cogiendo*

*asiento, algunos niños siguen discutiendo por quién va a ser su compañero “profe yo con él”, “no porque él va conmigo”” (3º sesión: 10 de mayo).*

En la segunda semana los niños ya tienen la rutina interiorizada y esperaban sentados en asamblea hasta que la maestra llegará. La gran mayoría del grupo se mantiene en tranquilidad, aunque el final de la canción les siga provocando nerviosismo a causa de la elección de parejas.

*“Después de lavarse las manos, algunos niños ya iban interiorizando la rutina, cogían el cojín y esperaban sentados o tumbados hasta que llegara para poner la canción” (4º sesión: 14 de mayo). “En este momento se tumban y están relajados, pero cuando está terminando la canción empiezan a decir “a despertar, a despertar”, algunos de ellos se distraen y otros juegan con sus piernas” (6º sesión: 17 de mayo).*

En la tercera semana se establece la creación de vínculos. Cuando la maestra reproduce la canción, el grupo mantiene un momento de tranquilidad donde los niños se tumban y esta vez, buscan a su compañero para vivir un momento íntimo a su lado, abrazados, dando caricias o hablando en voz baja, sin molestar al grupo.

*“Cuando pongo la canción, los niños se relajan, giran su cuerpo hacia el de su compañero de masaje, ya lo eligen ellos solo sin decir nada. Junto a su compañero se abrazan, hablan bajito o se hacen caricias en la cara” (8º sesión: 23 de mayo).*

En relación a la práctica del masaje, la primera semana está centrada en un periodo de conocimiento, los niños aún no conocen los masajes que van a realizar, aunque se muestran

participativos. En las primeras sesiones un grupo de niños se quedan inmóviles, sin realizar el masaje al compañero porque no sabían cómo darlo o porque estaban distraídos, otro grupo de niños realizan el masaje de una manera rápida y sin mucho ánimo. El introducir un objeto transicional genera en los niños una distracción, provocando que los niños no sigan el masaje.

*“Me sorprendo al ver que algunos niños realizan el masaje en tranquilidad y siguiendo todos los movimientos a la perfección, aunque algunos niños se quedan quietos sin saber qué hacer o no queriendo dar el masaje, e intento animales”* (1º sesión: 7 de mayo). *“El masaje con las pelotas se ha ido un poco por las ramas, los niños estaban más centrados en las pelotas que en el masaje y algunos niños se les escapaba rodando”* (3º sesión: 10 de mayo).

En la segunda semana los niños se muestran más autónomos en la realización del masaje. Aun así, había niños que se anticipan a los movimientos o que realizan movimientos rápidos y bruscos. La introducción del objeto transicional en esta semana del masaje, forma parte de una distracción para los niños como la semana anterior.

*“Al saber el cuento, también anticiparon los demás movimientos, puesto que realizaban “el murciélago”, antes de llegar al final porque era el que más les había gustado”* (5º sesión: 16 de mayo). *“Muchos de los niños realizan movimientos rápidos y bruscos “me hace daño””* (5º sesión: 16 de mayo)

En la tercera semana los niños son capaces de realizar el calentamiento de manos hasta el ritual de salida sin la intervención de la docente. El grupo de alumnos es capaz de recitar junto a la maestra la canción, mientras realizan movimientos suaves. Reconocen el orden cronológico de los movimientos de animales empleados en el masaje de espalda. Por último,

en el masaje con un objeto transicional, no han utilizado la pelota como objeto de distracción, respetando las pautas de cada movimiento. Asimismo, aunque los conflictos por la elección de parejas no cedieron, fueron mínimas y más resolutivas.

*“Los niños se posicionan ya saben cuáles son los pasos, hay niños que sin yo dar el comienzo ya empiezan ellos solos a realizar el masaje” (8º sesión: 23 de mayo). “La mayoría de ellos, realizan el masaje en silencio, mientras el compañero se relaja con movimientos suaves y ya no tan bruscos como la primera vez.” (8º sesión: 23 de mayo).*

Tras la puesta en práctica se ha podido analizar las mejoras del comportamiento durante y después de las sesiones de masaje, observando una evolución progresiva y positiva tras el transcurso de las semanas. Se puede observar como las relaciones entre los participantes del grupo se han ido estrechando, creando un vínculo íntimo y seguro entre ellos. Asimismo, al establecer las sesiones llevadas al aula como rutina, los niños reconocían la llegada del patio al aula, como un momento de relajación. Aunque en la primera semana no se consiguió una reciprocidad por parte del todo el grupo en la práctica educativa, a medida que los niños realizaban las sesiones en el aula, iban adquiriendo las técnicas de masaje y realizándolas ellos mismos, creando un ambiente de confianza y seguridad en el aula.

### **c. RELATIVO A LA PRÁCTICA DOCENTE**

#### **- *Papel de la docente.***

A continuación, será analizado el papel que sostuvo la docente para centrar la acción en la intervención educativa. La docente adoptó el rol de dirigir, motivar y enfocar la acción

educativa, con el fin de garantizar las sesiones de aprendizaje se realizarán de manera significativa y enriquecedora.

1. El papel de la docente como **guía de las instrucciones** a seguir en las sesiones de masaje infantil, desempeña un rol imprescindible en el proceso de enseñanza. La maestra es la responsable de orientar a los niños en la práctica educativa, brindándoles orientación y retroalimentación sobre la intervención, para garantizar que realicen correctamente las técnicas de masaje

*“ Les empiezo a explicar que antes de comenzar el masaje tenemos que decir unas palas “frotamos, frotamos y nuestras manitas calentamos”. Les digo que tenemos que colocar las manos en los hombros del compañero, para indicarle que el masaje va a empezar. Les muestro que utilizaremos el dedo índice, me coloco en el medio de la clase para que los niños me tomen como referencia a la hora de hacer los movimientos y empiezo a recitar la canción ”(1º sesión: 7 de mayo).*

2. La docente también tiene el papel de **captar y mantener la atención** de los niños. Es responsable de garantizar que los niños se mantengan atentos el proceso de aprendizaje, sin distracciones. Es por ello, que la docente debe estar atenta a las faltas de atención de los estudiantes para orientarlos hacia la práctica educativa o reconducir la sesión para mantener su interés y participación activa .

*“Me preguntan si vamos a volver a hacer el masaje y les digo que sí, pero que hoy uno diferente. Los niños se emocionan y empiezan hablar entre ellos, sobre con quién se ponen” (2º sesión: 9 de mayo).*



3. La docente debe proporcionar un **ambiente motivacional**, que anime y motive a los niños a participar en las sesiones educativas. La motivación fomenta un ambiente de aprendizaje positivo, que contribuye al aprendizaje y a las conexiones emocionales entre los participantes del grupo.

*“Les gusta jugar con el agua y comentar conmigo qué masaje toca hoy. Cuando les digo que realizaremos el masaje de las pelotas, se entusiasman, siempre tienen ganas de realizar este masaje” (9º sesión: 24 de mayo).*

4. La docente debe actuar como **orientadora en la resolución de problemas**, ofreciendo diversos recursos para ayudar a los niños a resolver sus problemas de forma pacífica. La resolución de problemas ayuda a los niños a controlar sus emociones enseñándoles sobre la empatía y la ayuda a los demás en el aula.

*“Esta es una situación que me agobia bastante porque todos los días es lo mismo, intento solucionarlo de la manera en la que todos los niños estén cómodos” (5º sesión: 16 de mayo).*

- ***Incidencia de la intervención educativa en la docente.***

En este último apartado, expondré los beneficios obtenidos como docente en la intervención educativa llevada al aula. La intervención educativa implementada en el aula, ha tenido un impacto positivo en la docente, tanto en el desarrollo emocional, personal y laboral.

1. La implementación de la puesta en práctica, ha llevado a tener un **crecimiento personal y laboral** en la docente. Al poner en práctica una propuesta educativa propia, ha puesto en práctica las habilidades y conocimientos adquiridos, teniendo que enfrentarse a situaciones no tan favorables, enfrentados a nuevos retos y aumentando de esta manera la confianza en sí misma. Estas situaciones vividas favorecen tanto al desarrollo profesional como al personal

*“Esto me hace ver que poco a poco los niños van interiorizando con la rutina y me hace sentirme complacida porque veo que vamos progresando”* (3º sesión: 10 de mayo). *“Esta es una situación que me agobia bastante porque todos los días es lo mismo, intento solucionarlo de la manera en la que todos los niños estén cómodos”* (5º sesión: 16 de mayo).

2. La práctica docente también supone un desarrollo en las **habilidades emocionales**. Las diferentes situaciones vividas en el aula, tanto positivas como negativas, suponen un manejo del nerviosismo, el cansancio y la emoción, aprendiendo de esta manera a gestionar las emociones según la actuación. Asimismo, un buen aprendizaje de las emociones contribuye al bienestar personal y corporal, atendiendo de manera positiva los retos diarios y creando un ambiente de aprendizaje positivo.

*“Esta situación me pone un poco nerviosa porque no veo que los niños sean capaces de estar tranquilos y no sé cómo saldrá el masaje y si funcionará”* (1º sesión: 7 de mayo). *“Esta situación me provoca un poco de angustia al haber rechazo, porque no sé muy bien cómo actuar o cuál es la mejor manera de gestionar la situación.”* (2º

sesión: 9 de mayo). *“Me he sentido bastante agobiada, no sabía si continuar con el masaje, ya que se estaba saliendo del hilo. Me he sentido frustrada al ver que los demás días han ido bien, pero este no, no sé si el problema será usar un objeto externo”* (6º sesión: 17 de mayo).

## 8. CONCLUSIONES

Para concluir con este trabajo de fin de grado, se realizará una reflexión acerca de los cinco objetivos propuestos al principio de este trabajo, para valorar su cumplimentación. Los objetivos estaban diseñados basándose en los contenidos del masaje infantil y la exploración de su eficacia como método de relajación, para el desarrollo de una propuesta intervención educativa eficaz. Además, de valorar las mejoras en el comportamiento y las dificultades en la implementación de la propuesta, tras la puesta en práctica en un aula de 3 años. Los objetivos fijados han sido de gran ayuda para la investigación y elaboración de este trabajo, aportando grandes aprendizajes a lo largo de su realización.

Primeramente, tras una búsqueda e investigación exhaustiva sobre el concepto masaje infantil, me gustaría recalcar que aporta múltiples beneficios en el desarrollo integral del niño, contribuyendo al bienestar corporal y emocional, aportando una sensación de calma y placer sensorial. Citando a Rodríguez (2022), el masaje ayuda en la construcción de vínculos, ofreciendo un ambiente de confianza y seguridad. El masaje es una herramienta de autoconocimiento propio, a través de él los niños elaboran un esquema corporal y empiezan a conocer nuestro propio cuerpo.

Implementando el masaje infantil en el aula, los niños trabajan las percepciones sensoriales a través de experiencias en donde surge la curiosidad y el placer. Además, los niños aprenden valores como el cuidado, la empatía y el respeto, estableciendo relaciones sólidas e íntimas entre los participantes del grupo. El masaje infantil contribuye en la creación de un ambiente positivo y tranquilo, fomentando el bienestar emocional del alumnado.

Desde el punto de vista de Barlow (2015) citado en Rodríguez (2022), proporcionar una seguridad emocional en el aula influye positivamente en el bienestar y en la capacidad del niño para alcanzar su potencial, tanto a nivel académico como social. Además, Barlow resalta que el masaje entre iguales contribuye a la construcción de la autoconfianza, ya que este tipo de actividades sensibiliza a los niños, mejorando así su competencia emocional y social, lo que permite una mayor autonomía en clase.

Crear una rutina de relajación en educación infantil tiene múltiples beneficios en la vida cotidiana, por esta razón decidí desarrollar e implementar una propuesta de intervención educativa centrada en el masaje infantil. Una vez diseñada y puesta en práctica las sesiones de masaje, y después de la recogida y la analización los datos obtenidos de cada sesión puesta en práctica, puedo confirmar que su objetivo ha sido cumplido.

He de decir, que al conocer las características y necesidades educativas del grupo de antemano, he sabido adaptar el diseño de la intervención y su puesta en práctica en torno a ellos, este hecho ha facilitado conseguir los objetivos propuestos. También, al realizar sesiones regulares de masaje estableciendo una rutina de relajación ha favorecido positivamente la puesta en práctica.

En definitiva, los objetivos fijados al inicio del trabajo de fin de grado han sido cumplidos correctamente. Debo decir, que al implementar el masaje infantil en el aula, me he topado con momentos que dificultaban la práctica educativa, donde me veía obligada a intervenir para la resolución de conflictos, como en las creaciones de pareja. Aun así, había momentos, como en el lavado de manos, donde no se cumplía mi principal propósito, pero al final sentí

que los niños también necesitaban ese momento de conversación con sus compañeros, para poder centrarse luego en la relajación y realizar las sesiones de una manera más efectiva.

Asimismo, el periodo de implementación de la propuesta educativa relacionada con el masaje infantil ha sido muy breve, es por este motivo por el cual me gustaría seguir evaluando los beneficios que aporta implementar el contacto corporal en el aula en un futuro profesional, durante un periodo más largo para poder analizar de una manera más fiable la repercusión en su bienestar corporal y emocional.

La realización de este trabajo de fin de grado me ha hecho crecer como docente, al tener que implementar los conocimientos y capacidades teórico-prácticas adquiridos durante el proceso y desarrollo de esta investigación, de acuerdo con una de las competencias en relación al grado. La ejecución de este trabajo me ha nutrido profesional y personalmente al tener que enfrentarme a nuevos retos como docente en un entorno nuevo para mí.

Por último, me gustaría acabar con una cita de Águila & López (2019) citado en (Rodríguez & Martínez, 2022), donde afirman que valorar el tacto dentro de la rutina escolar va a permitir situar al cuerpo en un lugar privilegiado, considerándolo como núcleo de experiencias sensoriales y conexiones fundamentales para el desarrollo humano.

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ascensión, R., & Ríos, S. (2017). El diario de campo como instrumento para lograr una práctica reflexiva. In Congreso Nacional de Investigación Educativa.

Badilla, L. (2006). Fundamentos del paradigma cualitativo en la investigación educativa. *Pensar en movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 4(1), 42-51.

Beltrán, N. (2024). El masaje infantil en la construcción del esquema corporal. *Quiromasajistas*. Recuperado de <https://www.quiromasajistas.net/el-masaje-infantil-en-la-construccion-del-esquema-corporal/>

Camacaro, M. (2013). Estrategias para el abordaje educativo del sentido táctil en la Educación Física Infantil. *Revista de investigación*, 37(78), 96-108.

Ceballos-Herrera, F. A. (2009). El informe de investigación con estudio de casos. *Magis. Revista internacional de investigación en educación*, 1(2), 413-423.

Chubarovsky, T. (2016). El sentido del tacto y su relación con la conducta. Blog *Pedagogía Waldorf*. Recuperado de <https://www.waldorfqueretaro.com/singlepost/2016/10/18/El-sentido-del-tacto>

Coll, C., Mauri, M. T., & Onrubia, J. (2008). Análisis de los usos reales de las TIC en contextos educativos formales: una aproximación socio-cultural. *Revista electrónica de investigación educativa*, 10(1), 1-18.

Competencias | Facultad de Educación y Trabajo Social. (s. f.).

<https://www.feyts.uva.es/node/72>

DECRETO 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículum de la educación infantil de la Comunidad de Castilla y León.

Escalera, Á. M. (2009). La relajación en educación infantil.

Femenias, M. (2009). El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana. (Tesis doctoral). Universidad de las Islas Baleares

Forero, C. M. (2010). La investigación en el aula como estrategia de acción docente: Aproximación desde el paradigma cualitativo. *Revista Docencia Universitaria*, 11(1), 13-54.

Fuertes, M. T. (2011). La observación de las prácticas educativas como elemento de evaluación y de mejora de la calidad en la formación inicial y continua del profesorado. *Revista de docencia universitaria*.

García, S. (2021). El masaje infantil: una propuesta de intervención educativa en un aula de 3 años.

Hernández, I., Camargo, D. A., & Puentes, I. E. (2020). Masaje terapéutico. Conceptos, generalidades y técnicas. Universidad Nacional de Colombia.



Jiménez, V. E., & Comet, C. (2016). Los estudios de casos como enfoque metodológico. *Academo*, 3(2).

Lavilla, L. (2013). La observación sistemática. *Revista de Claseshistoria*, (6), 7.

Monge, I. (2020). La relajación en Educación Infantil. Diseño de un proyecto para introducir la relajación creativa en un aula de 4 años de Educación Infantil.

Montagu, A. (2004). El tacto, la importancia de la piel en las relaciones humanas. Barcelona: Editorial Paidós.

Moreno, G. (2022). Los beneficios del masaje infantil. San Cristóbal. Natalben. Recuperado de <https://www.natalben.com/beneficios-masaje-infantil>

Nieto, R. (2024). Beneficios del masaje infantil. Cowoman. Recuperado de <https://www.cowomanbarcelona.com/beneficios-del-masaje-infantil/>

Puerta C. (2019). El masaje infantil: propuesta de intervención educativa en una aula de tres años.

Ramos, E. (2019). El masaje infantil: propuesta de intervención en un aula de 4 años.

Reina, R. (2023). La importancia de la calma en la educación infantil. Rededuca. <https://www.rededuca.net/blog/atencion-temprana/calma-educacion-infantil>

Rodríguez, C. (2022). El aula de educación infantil, escenario de aprendizaje del bienestar corporal: diseño y desarrollo de prácticas corporales emocionales.

Rodríguez, C., & Martínez, L. (2019). Cuando el cuerpo “toma cuerpo” en un aula de educación infantil. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, 5(1), 76-89.

Rodríguez, C., & Martínez, L. (2022). El contacto corporal como facilitador de la adaptación al aula de Educación Infantil: un estudio de caso. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 45.

Rodríguez, G., Gil, J., & García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*.

Segura, M., Caballé, C., & Castells, L. (2017). Los efectos de la relajación mediante el masaje infantil en la memoria de trabajo.

Stake, R. (2013). Estudios de casos cualitativos. N. Denzin e Y. Lincoln (coords.), *Las estrategias de investigación cualitativa (154-197)*. Barcelona: Gedisa.

Tapia, K. L. (2013). Masaje infantil y el desarrollo psicoafectivo del niño.

Valverde, L. A. (1993). El diario de campo. *Revista trabajo social*, 18(39), 308-319.

Vázquez, J. (2009). *Manual Profesional del Masaje*. Editorial Paidotribo.

¿Cuáles son los beneficios del masaje infantil? (s. f.). Centros Educativos San Cristobal.

Recuperado

de

<https://www.sancristobalsl.com/blog/cuales-son-los-beneficios-del-masaje-infantil/>

## 10. ANEXOS

### A. ANEXO 1

*“Frotamos, frotamos y nuestras manitas calentamos”*

---

### B. ANEXO 2

<b>Mi carita redondita</b>	Giramos el dedo dibujando el contorno de la cara
<b>Tiene ojos y nariz</b>	Rodeamos los ojos y bajamos verticalmente hacia la nariz
<b>Y también una boquita para cantar y reír</b>	Rodeamos la boca
<b>Con mis ojos veo todo</b>	Rodeamos los ojos y bajamos verticalmente hacia la nariz
<b>Con mi nariz hago “Achís”</b>	Hacemos círculos alrededor de la nariz y se da un toquecito
<b>Con mi boca como ricos copos de maíz</b>	Rodeamos la boca

**Nota.** Adaptado de *García, S. (2021). El masaje infantil: una propuesta de intervención educativa en un aula de 3 años.*

---

## C. ANEXO 3

<b>Había un vez una hormiguita que le gustaba caminar mucho</b>	Con las yemas de los dedos caminar sincronizadamente por toda la espalda del compañero.
<b>A la hormiguita le acompañaba su gran amigo Don Elefante</b>	Con los puños cerrados caminarás sincronizadamente por toda la espalda del compañero.
<b>Un día caminando los dos, Don Elefante le dijo a la hormiguita: Que día más soleado hace</b>	Con el dedo índice realizar círculos por el centro espalda del compañero, dibujando líneas desde centro de la espalda hacia afuera con los dedos.
<b>La hormiguita le respondió: Y si vamos a la playa</b>	Con el dedo índice simular olas desde un lado de la espalda hasta el otro lado, siguiendo movimientos ondulares.
<b>En la playa, se encontraron con amiga la mariposa</b>	Colocar las manos enfrentadas y desde el centro de la espalda se sacuden hacia los costados.
<b>La hormiguita, Don Elefante y la mariposa pasaron un día estupendo en la playa</b>	Con las yemas de los dedos caminar sincronizadamente por toda la espalda del compañero. Con los puños cerrados caminarás sincronizadamente por toda la espalda del compañero. Colocar las manos enfrentadas y desde el centro de la espalda se sacuden hacia los costados.

<p><b>De vuelta a casa, se encontraron con su amigo nocturno el murciélago</b></p>	<p>Colocar las dos manos en modo pinza e ir presionando y soltando desde los hombros hasta las lumbares.</p>
<p><b>Todos juntos, la hormiguita, Don Elefante, la mariposa y el murciélago fueron a cenar a casa de la hormiguita.</b></p>	<p>Con las yemas de los dedos caminar sincronizadamente por toda la espalda del compañero.</p> <p>Con los puños cerrados caminarás sincronizadamente por toda la espalda del compañero.</p> <p>Colocar las manos enfrentadas y desde el centro de la espalda se sacuden hacia los costados.</p> <p>Colocar las dos manos en modo pinza e ir presionando y soltando desde los hombros hasta las lumbares.</p>

**Nota.** Adaptado de Rodríguez, C. (2022). *El aula de educación infantil, escenario de aprendizaje del bienestar corporal: diseño y desarrollo de prácticas corporales emocionales.*

## D. ANEXO 4

### DIARIO DE CAMPO

#### *Categorización:*

1. Actitudes que favorecen la intervención
2. Comportamientos que dificulta la intervención
3. Incidencia de la práctica en la docente
4. Intervención de la docente

## *1º semana*

- 1º sesión: 7 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Hoy parecen tranquilos, muchos de los niños están sentados en sus mesas, en silencio y disfrutando de la música relajante, en cambio, el equipo azul está hablando alto, no están sentados y andan jugando. Esta actitud altera algunos niños del equipo verde, que también empiezan a salirse de la relajación para ponerse hablar y jugar, les llamo una vez la atención, para recordarles cómo deben de intentar estar, y empiezo a llamarles por grupos para comenzar a lavarse las manos.

El equipo naranja es el primer grupo en ir a lavarse las manos, les digo que una vez lavadas las manos, beban agua y cojan sus cojines para sentarse en asamblea, hoy les tengo una cosa diferente preparada. En este momento algunas niñas de este equipo se emocionan y empiezan a preguntar qué es, esta excitación también sobresalta a la clase que empiezan a moverse. Intento mantener la tranquilidad en el aula, recordándoles que tienen que estar sentados en sus mesas para ir a lavarnos las manos. Mientras se lavan las manos por equipos, algunos niños se entretienen jugando con el agua del grifo o al beber agua, empiezan hablar, a jugar con los cojines o a discutir por quien se sienta al lado de la profe.

Una vez que los niños están sentados en asamblea, les pongo la canción de “la nube” para que se vayan tranquilizando del anterior momento, les sugiero que pueden tumbarse o estar sentados en una posición relajada y que intenten estar en silencio. Algunos niños prefieren estar sentados y esto crea que algunos niños digan “no se sienta”, “me está molestando”. A

medida que va pasando la canción, los niños empiezan a estar inquietos, a moverse, a jugar con el compañero o hablar, les vuelvo a repetir que hay que intentar estar relajados. Esta situación me pone un poco nerviosa porque no veo que los niños sean capaces de estar tranquilos y no sé cómo saldrá el masaje y si funcionará.

Cuando ha terminado la canción, les pido que se sienten bien, que hoy vamos a hacer una cosa especial, un masaje a nuestro compañero. Los niños se emocionan y muestran ganas de participar. Les explico que el masaje va a realizarse en la cara, que nos vamos a poner en parejas. En este momento me empiezo un poco agobiar, ya que algunos niños no quieren ponerse en pareja con ciertos compañeros o empiezan a discutir porque quieren que yo les haga el masaje. Les digo que voy a hacer yo las parejas y que se van a sentar uno enfrente del otro, primero uno y luego el otro compañero. Yo me pongo con el niño que está sentado al lado mío. Les empiezo a explicar que antes de comenzar el masaje tenemos que decir unas palabras "*frotamos, frotamos y nuestras manitas calentamos*". Les digo que tenemos que colocar las manos en los hombros del compañero, para indicarle que el masaje va a empezar. Les muestro que utilizaremos el dedo índice, me coloco en el medio de la clase para que los niños me tomen como referencia a la hora de hacer los movimientos y empiezo a recitar la canción. Me sorprende al ver que algunos niños realizan el masaje en tranquilidad y siguiendo todos los movimientos a la perfección, aunque algunos niños se quedan quietos sin saber qué hacer o no queriendo dar el masaje, e intento animales. Algunos compañeros se quejan por este motivo. Cuando le toca al otro compañero, otra vez empiezan a discutir por las parejas, y les recuerdo que las parejas no se cambian primero uno y después el otro. Cuando terminamos de dar el masaje, colocamos las manos en los hombros como al principio, para indicar que el masaje ha terminado. Es en este momento cuando los niños se levantan y empiezan buscar nuevas parejas o haber quien se pone conmigo, lo vuelven a repetir una tercera vez con



parejas diferentes, pero una vez terminado tengo que poner fin la sesión del masaje porque los niños empiezan a revolucionarse y les digo que mañana lo repetiremos.

- 2º sesión: 9 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Entran tranquilos a clase y se van sentando poco a poco, algunos niños aprovechan este rato para hablar con sus compañeros o para seguir continuando jugando el juego del patio. Les recuerdo que tenemos que intentar estar tranquilos y en silencio y empiezo llamándoles por grupos para ir lavándose las manos.

Les recuerdo que no tienen que jugar con el agua, que cuando hayan terminado beban agua y se sienten en asamblea. Me preguntan si vamos a volver a hacer el masaje y les digo que sí, pero que hoy uno diferente. Los niños se emocionan y empiezan hablar entre ellos, sobre con quién se ponen. Mientras se van sentando en asamblea, se entretienen bebiendo agua o buscando pareja.

Una vez sentados en asamblea les vuelvo a poner la canción de "la nube", para que vayan tranquilizando el cuerpo y entrar en un momento de calma, algunos niños se van tumbando, pero este es un momento que aún les cuesta mantener la calma, ya que a medida que avanza la canción empiezan a entretenerse con los alrededores.

Cuando ha terminado la canción, les pido que se sienten bien en sus sitios, que hoy como ayer vamos a empezar con el masaje, pero que el de hoy va a ser en la espalda, algunos niños se quejan porque querían el de ayer, pero otros se muestran emocionados. Hago de nuevo yo, las

parejas con el compañero que tiene al lado, pero otra vez empiezan la discusión “con él no quiero, quiero con ella”, “yo quiero contigo”, este es un momento que me agobia un poco, porque es romper la calma, lo intentó gestionar de la manera que todos estén a gustos.

El masaje de hoy es en la espalda y de nuevo vuelvo a repetir los rituales para que los niños vayan interiorizando los pasos, algunos niños ya lo repiten conmigo. El masaje de hoy, he improvisado y lo he hecho a modo cuento, creo que es una forma en la que los niños han sabido seguir mejor los movimientos por la espalda. Al ser modo cuento los niños ya sabían qué animal venía, esto también lo ha hecho más participativo. En el momento del masaje, como ayer había niños que consiguen seguir los movimientos correctamente, a otros niños les he tenido que guiar, porque no sabían cómo realizarlos o están dispersos, esto también hace que el compañero no disfrute “yo no quiero con él porque no me da el masaje”, “yo no quiero por no se tumba”, “yo no quiero porque no deja de moverse”, esta situación me provoca un poco de angustia al haber rechazo, porque no sé muy bien cómo actuar o cuál es la mejor manera de gestionar la situación. De todas formas, me he vuelto a sorprender, habían empezado agitados, pero al ser una historia no les ha costado realizar los movimientos de animales y seguir el proceso del masaje, me he sentido bastante realizada y menos nerviosa que ayer.

- 3º sesión: 10 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigo y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Hoy se nota que es viernes los niños entran, bastante movidos, con ganas de seguir hablando y jugando, es por este motivo, por el cual

tengo que llamar varias veces la atención porque no consiguen estar en sus respectivos sitios sentados y tranquilos.

Mientras se van lavando las manos, los niños siguen hablando con sus compañeros, algunos de ellos cantando y me preguntan emocionados si hoy también va a haber masaje, les digo que sí y que hoy también es diferente "que es, que es". Hoy me encuentro cansada, es por ello, que al ser viernes no les digo nada respecto a sus conductas alteradas, pero si les pido que cuando ponga la canción en la asamblea intentemos estar relajados.

Cuando pongo la canción de la "la nube", los niños van cogiendo asiento, algunos niños siguen discutiendo por quién va a ser su compañero "profe yo con él", "no porque él va conmigo". Hoy los niños se encuentran alterados y la mayoría de la canción la pasan hablando entre ellos o jugando con sus piernas.

Al terminar nos sentamos bien, y les digo que el masaje va a ser de nuevo en la espalda, pero no lo vamos a realizar con los dedos. Primeramente, hago parejas y después repartir las pelotas, en este momento los niños empiezan a discutir por qué pelota quieren "esta no, yo quiero la de él", o una vez dada quieren otra pelota que no es la suya. Les pido que dejen la pelota a un lado que vamos a empezar con la sesión, un niño me dice "profe falta decir las palabras", refiriéndose al ritual de las manos. Esto me hace ver que poco a poco los niños van interiorizando con la rutina y me hace sentirme complacida porque veo que vamos progresando. El masaje con las pelotas se ha ido un poco por las ramas, los niños estaban más centrados en las pelotas que en el masaje y algunos niños se les escapaba rodando. Muy pocos niños han sabido seguir esta sesión correctamente. Esta situación me ha desesperado y

frustrado bastante, no sabía si seguir haciéndola porque mi propósito de relajación no ha sido cumplido, pero he visto que a los niños les ha gustado más que las anteriores.

---

## 2º semana

- 4º sesión: 14 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. La vuelta al aula la realizaron tranquilamente, pero cuando empezaron por grupos a lavarse las manos se fueron alterando poco a poco, algunos niños empezaron hablar entre ellos y otros a jugar con el agua.

Después de lavarse las manos, algunos niños ya iban interiorizando la rutina, cogían el cojín y esperaban sentados o tumbados hasta que llegara para poner la canción. Me sorprendió lo rápido que iban interiorizando con la nueva rutina de relajación, y que poco a poco fuéramos avanzando. Aun así, había otro grupo de niños seguían discutiendo por donde se sentaban y quién iba a ser su compañero de masaje.

Cuando empezó a sonar la canción los niños empezaron en silencio, tratando de relajarse, pero a medida que la canción avanzaba los niños empezaron a moverse, a jugar con sus pies y sus manos, hablar con los compañeros que tenían al lado o volver a discutir por quien sería su pareja. Pocos niños consiguieron estar toda la canción relajados.

Hoy les dije que volveríamos a realizar el masaje de la cara, algunos niños se desilusionaron, ya que querían el de las pelotas. Seguimos el mismo ritual que las veces anteriores para dar comienzo al masaje, puede observar como la mayoría de niños ya lo realizaban solos sin que yo dijera nada. También, pude observar cómo algunos niños se quedan parados sin realizar ningún movimiento a sus compañeros, otros realizaban los movimientos muy rápidos “ya he acabado”, y a otros el contacto físico en la cara les resultaba un poco incómodo porque les hacía cosquillas, estas situaciones dificultan el masaje. Algunos niños seguían los movimientos correctamente. Una vez acabado el masaje, los niños tenían ganas de volver a repetirlo, pero esta vez les recordé que el masaje solo se realizaba dos veces, primero un compañero y luego el otro. Hoy me siento gratificada y satisfecha, el masaje facial tranquiliza a los niños y siento que estoy cumpliendo mis objetivos, aunque todavía hay aspectos que mejorar.

- 5ª sesión: 16 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigo y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Hoy han llegado tranquilos del patio, han sabido estar en sus respectivos sitios en silencio e intentando tranquilizarse, mientras los demás compañeros se iban lavando las manos. Aunque, en el momento de lavarse las manos siempre se activan, ya que empiezan a hablar entre ellos o a jugar con el agua.

Hoy como ayer he podido observar cómo los niños van interiorizando con la rutina, ellos solo beben agua y cogen el cojín para sentarse y esperan tranquilos en asamblea hasta que los demás niños terminan de lavarse las manos. Cuando llegué la mayoría de niños estaban tumbados y muy pocos hablaban entre ellos. Una vez puesta la canción han podido estar casi

hasta el final tranquilos, pero cuando ven que se acerca el final de la canción se ponen nerviosos por la elección de parejas.

Cuando ha terminado la canción, se han acomodado en el sitio, pero muchos de los niños han empezado otra vez a discutir “yo quiero con él”, “no, yo quiero con ella”, esta es una situación que me agobia bastante porque todos los días es lo mismo, intento solucionarlo de la manera en la que todos los niños estén cómodos, pero siempre hay alguno que se queda a disgusto.

Los primeros pasos del masaje lo repiten ellos solos, el calentamiento de manos y el avisar al compañero. Cuando hemos empezado con el masaje en la espalda, me he sorprendido, muchos de los niños se habían quedado con el cuento y nada más contarle sabían que movimiento tenían que hacer. Al saber el cuento, también anticiparon los demás movimientos, puesto que realizaban “el murciélago”, antes de llegar al final porque era el que más les había gustado. También, puede observar como muchos de los niños realizan movimientos rápidos y bruscos “me hace daño”, esta situación dificulta que el compañero entre en un estado de relajación. Hoy han acabado los niños relajados y contentos con el masaje, siempre se quedan con ganas de continuar, hoy también me he sentido satisfecha con el resultado y orgullosa porque los niños van consiguiendo realizar los pasos ellos solos.

- 6º sesión: 17 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Hoy los niños han entrado alterados al aula, con ganas de seguir jugando y hablando. El momento de lavarse las manos ha sido bastante

movido y he tenido que llamar la atención unas pocas de veces, ya que no estaban quietos en sus sitios, hablaban muy alto.

Cuando han terminado de lavarse las manos, los niños me esperan en la asamblea, pero hoy muchos de ellos están jugando con los cojines, entre ellos o discutiendo por quién se pone conmigo en el masaje. Cuando pongo la música les recuerdo que tienen que estar tranquilos tumbados o sentados, me sorprende porque hayan estado alterados en este momento se tumban y están relajados, pero cuando está terminando la canción empiezan a decir “*a despertar, a despertar*”, algunos de ellos se distraen y otros juegan con sus piernas.

La hora del masaje empieza con la discusión de siempre, sobre la pareja del masaje, intentó resolver la situación de la mejor manera, pero me empiezo a cansar, hoy no sé como saldrá el masaje. Como las sesiones anteriores, siguen el ritual a la perfección, pero cuando reparto las pelotas empiezan a alterarse, a discutir porque pelota es mejor y a jugar con ellas, saliéndonos de la rutina del masaje. Hoy se muestran muy activos y les cuesta seguir los movimientos del masaje, tienen su foco en la pelota, haciendo que se distraigan y pierdan el hilo. Me he sentido bastante agobiada, no sabía si continuar con el masaje, ya que se estaba saliendo del hilo. Me he sentido frustrada al ver que los demás días han ido bien, pero este no, no sé si el problema será usar un objeto externo.

---

### *3º semana*

- 7º sesión: 21 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Los niños han entrado tranquilos al aula, aunque es lunes y vienen de fin de semana, se van sentando en sus respectivos lugares a esperar su turno para lavarse las manos, siempre hay algún niño que está un poco más distraído y hablando, pero al pedirle que hay que estar tranquilo, no ha vuelto a molestar.

El lavado de manos siempre es un momento en el que los niños aprovechan para activarse, hablar entre ellos, a jugar con el agua o a preguntarme qué masaje toca hoy, esto también crea un poco de desilusión entre ellos, ya que prefieren otro masaje.

Después de lavarse las manos, he podido observar que lo van cogiendo con más ganas, hoy apenas se han entretenido con el agua, también hay niños que cogen el cojín de otro compañero para que se sienten a su lado, aunque siempre están los dos niños que quieren que yo les realice el masaje. Cuando pongo la canción, los niños se tumban e intentan estar relajados, aunque algunos sigan jugando con sus manos o pies, están en silencio, sin molestar. También, he podido observar cómo se van poniendo ellos en pareja, abrazándose a su compañero.

Cuando ha terminado la canción, les he recordado que el masaje se repetirá dos veces. Como ya conocen el ritual, lo empiezan conmigo, no hace falta recordar cuáles son los pasos que tenemos que seguir. Hoy me he llevado una gran sorpresa, los niños recitaban conmigo la canción y seguían los movimientos a la perfección, no he tenido que indicarles que



movimiento venían. Al ir bien el masaje y los niños se mostraron participativos y relajados, hemos podido repetir la canción dos veces por compañero. Los niños se han quedado relajados y con ganas de repetirlo una tercera vez, pero saben que ha terminado el momento de relajación y se disponen a trabajar.

- 8º sesión: 23 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigos y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Hoy entran un poco más activos, con ganas de saber que masaje toca hoy para hacer. Los niños charlan animadamente en sus respectivos lugares y aunque les llamó un par de veces la atención, no consiguen relajarse.

El momento de lavarse las manos no varía mucho, siguen hablando con sus compañeros, debatiendo con quién se pone con quién y qué masaje prefieren. Después de terminar de lavarse las manos, beben agua y se sientan en asamblea, hoy he podido observar cómo los niños ya van teniendo su sitio fijo en el lugar de la asamblea, junto al compañero de siempre, cómo van creando vínculos entre ellos.

Cuando pongo la canción, los niños se relajan, giran su cuerpo hacia el de su compañero de masaje, ya lo eligen ellos solo sin decir nada. Junto a su compañero se abrazan, hablan bajito o se hacen caricias en la cara. Pero, cuando va terminando la canción, los niños se levantan ansiosos “despertar, la canción ha terminado”, para poder dar comienzo al masaje.

Les recuerdo cuál es el ritual, para poder comenzar el masaje, los niños se posicionan ya saben cuáles son los pasos, hay niños que sin yo dar el comienzo ya empiezan ellos solos a realizar el masaje. Hoy toca el masaje en la espalda de la "hormiguita", los niños ya se saben la historia perfectamente y la van realizando los movimientos mientras yo voy contando el cuento, hay niños que se van adelantando o que hacen los pasos muy rápidos. Pero, la mayoría de ellos, realizan el masaje en silencio, mientras el compañero se relaja con movimientos suaves y ya no tan bruscos como la primera vez. Me siento satisfecha con el trabajo realizado, los niños poco a poco van adquiriendo la rutina de relajación y siendo más autónomos, sin tener que intervenir para ayudar o llamarles la atención.

- 9º sesión: 24 de mayo

Los niños llegan del patio, se quitan los abrigo y se van sentando en sus respectivas sillas. Algunos niños aprovechan para ir al servicio. Aunque es viernes, los niños han entrado tranquilos y se han sentado en sus respectivos lugares, siempre hay algún niño que está más activo que los demás, pero le recuerdo como hay que estar en calma.

Cuando se van lavando las manos, para ellos es momento de hablar, no he conseguido que en este momento lo realicen tranquilos, les gusta jugar con el agua y comentar conmigo qué masaje toca hoy. Cuando les digo que realizaremos el masaje de las pelotas, se entusiasman, siempre tienen ganas de realizar este masaje.

Cuando terminó el momento de lavarse las manos y llegó a la asamblea, los niños me esperan sentados en sus sitios, como comenté la semana pasada, los niños ya han encontrado su sitio fijo y las parejas, y como sorpresa hoy no han discutido por quién se pone conmigo. Cuando

comienza la canción, los niños se tumban y se abrazan al compañero o juegan con sus piernas, pero en un estado de relajación. También, cuando la canción ya va terminando y les va comiendo los nervios, se sientan y esperan a que los demás se incorporen.

Los niños van colocando y escogiendo a sus parejas, mientras yo voy a por las pelotas y se las voy repartiendo, aunque algunas discusiones hay sobre el color de la pelota o juegan con ella.

Cuando empezamos con el masaje los niños van siguiendo mis indicaciones a la perfección, sin realizar los movimientos deprisa, este es un masaje que le cuesta más realizarlos, porque siempre se entretienen con la pelota, pero hoy han sabido mantener la relajación y respetar los ritmos de movimientos. Mientras lo estamos realizando, me he sentido sorprendida, no iba con muchas ganas, ya que siempre se alteran y no consigo el propósito de la relajación, pero hoy ha salido todo bien y los niños han estado a gusto y tranquilos. También, por parte de quien recibe el masaje, han conseguido relajarse, aunque siempre hay algún movimiento que hace más cosquillas que otro. Al final del masaje, me he podido sentir satisfecha, él como los niños han ido progresando poco a poco, interiorizándose con la rutina y adquiriendo técnicas de relajación. El primer día que lo puse en prácticas, pensé que este masaje nunca podría seguir adelante, pero con la constancia y con la confusión de los niños, se consigue el objetivo principal.