



---

**Universidad de Valladolid**

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA  
EDUCACION INFANTIL GLOBALIZADO AL  
AIRE LIBRE**

Facultad de Educación, Campus María Zambrano, Segovia

Universidad de Valladolid

Grado de Educación Infantil

Trabajo Fin de Grado

Curso 2024/2025

**YAIZA OTERO ALONSO**

Tutoras: Miriam Molina Soria y Natalia Díaz Herrero

## ÍNDICE

|   |    |
|---|----|
| 1. INTRODUCCIÓN .....   | 7  |
| 2. OBJETIVOS.....   | 8  |
| 3. JUSTIFICACIÓN.....   | 9  |
| 3.1 RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS .....   | 9  |
| 4. MARCO TEÓRICO .....  | 12 |
| 4.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN INFANTIL.....  | 12 |
| 4.2 EDUCACIÓN FÍSICA AL AIRE LIBRE .....  | 13 |
| 4.3 RECURSOS DIDÁCTICOS DE EDUCACIÓN FÍSICA .....   | 14 |
| 4.3.1 Juegos tradicionales.....   | 15 |
| 4.3.2 Cuento motor.....   | 16 |
| 4.3.3 Cuñas motrices .....  | 17 |
| 4.3.4 Yoga Infantil .....   | 19 |
| 4.3.5 Espacios de acción y aventura.....  | 22 |
| 5. DISEÑO DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EDUCACIÓN<br>INFANTIL GLOBALIZADO AL AIRE LIBRE ..... | 24 |
| 5.1 CONTEXTUALIZACIÓN .....   | 24 |
| 5.2 OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.....   | 24 |
| 5.3 CONTENIDOS DEL RPROGRAMA DE INTERVENCIÓN .....  | 25 |
| 5.4 METODOLOGÍA.....  | 26 |
| 5.5 TEMPORALIZACIÓN .....   | 26 |
| 5.5 DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES .....   | 27 |
| 5.5.1 Sesión 1. Cuento motor .....  | 27 |
| 5.5.2 sesión 2 y 3. Juegos tradicionales.....   | 28 |
| 5.5.3 Sesión 4. Yoga infantil.....  | 30 |
| 5.5.4 sesión 5 y 6. Espacios de acción y aventura. El naufragio.....                                  | 31 |
| 5.5.5 Cuñas motrices .....  | 32 |
| 5.6 LA ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES .....  | 33 |
| 5.7 EVALUACIÓN .....  | 34 |
| 5.7.1 Evaluación de los alumnos.....  | 35 |
| 5.7.2 Evaluación de la práctica docente y los recursos .....  | 39 |
| 5.8 RECURSOS.....   | 40 |
| 6. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....  | 41 |
| 6.2 RESULTADOS DE LA PROPIA ACTUACION DOCENTE Y RECURSOS...   | 48 |
| 7. CONCLUSIONES.....  | 54 |
| 7. REFERECIAS BIBLIOGRÁFICAS.....   | 55 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|               |    |
|---------------|----|
| Tabla 1.....  | 10 |
| Tabla 2.....  | 11 |
| Tabla 3.....  | 11 |
| Tabla 4.....  | 25 |
| Tabla 5.....  | 27 |
| Tabla 6.....  | 27 |
| Tabla 7.....  | 29 |
| Tabla 8.....  | 29 |
| Tabla 9.....  | 30 |
| Tabla 10..... | 31 |
| Tabla 11..... | 32 |
| Tabla 12..... | 32 |
| Tabla 13..... | 34 |
| Tabla 14..... | 36 |
| Tabla 15..... | 38 |
| Tabla 16..... | 38 |
| Tabla 17..... | 39 |
| Tabla 18..... | 39 |
| Tabla 19..... | 40 |
| Tabla 20..... | 43 |
| Tabla 21..... | 44 |
| Tabla 22..... | 45 |
| Tabla 23..... | 48 |
| Tabla 24..... | 49 |
| Tabla 25..... | 50 |
| Tabla 26..... | 50 |
| Tabla 27..... | 51 |
| Tabla 28..... | 53 |

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

|               |    |
|---------------|----|
| Figura 1..... | 29 |
| Figura 2..... | 47 |
| Figura 3..... | 47 |
| Figura 4..... | 48 |

## **RESUMEN**

Este Trabajo de Fin de Grado es un diseño, puesta en práctica y evaluación de un Programa de Educación Física Globalizado al aire libre que consta de seis sesiones que se complementan con varias cuñas motrices. Dicho programa se ha llevado a cabo con alumnos del segundo ciclo de Educación infantil, es decir, con el primer, segundo y tercer curso, en un colegio rural agrupado. Se fundamenta por un marco teórico con varios autores, y en el aparece la importancia de la EF en EI, la EF al aire libre y los recursos didácticos empleados como el cuento motor, juegos tradicionales, yoga infantil, espacios de acción y aventura y cuñas motrices.

Para la evaluación del programa se han utilizado varios instrumentos como escalas gráficas de autoevaluación, listas de control grupal y fichas de autoevaluación. Los resultados obtenidos a través de estos instrumentos han sido satisfactorios.

**PALABRAS CLAVE:** Educación Física, Educación Infantil, educación globalizada, educación al aire libre, cuento motor, juegos tradicionales, yoga infantil, espacios de acción y aventura, cuñas motrices.

## **ABSTRACT**

This Final Degree Project is a design, implementation, and evaluation of a comprehensive outdoor Physical Education Program consisting of six sessions complemented by several motor skills workshops. This program was implemented with students in the second cycle of early childhood education, first, second, and third grades, at a rural school. It is based on a theoretical framework with several authors, and it highlights the importance of physical education in early childhood education, outdoor physical education, and the teaching resources used, such as motor storytelling, traditional games, children's yoga, action and adventure spaces, and motor skills workshops.

Several instruments were used to evaluate the program, such as graphic self-assessment scales, group checklists, and self-assessment sheets. The results obtained from these instruments were satisfactory.

**KEY WORDS:** Physical Education, Early Childhood Education, Globalized Education, Outdoor Education, Motor Storytelling, Traditional Games, Children's Yoga, Action and Adventure Spaces, Motor Skills Wedges.

## **1. INTRODUCCIÓN**

El tema seleccionado para este Trabajo de Fin de Grado (TFG) es el diseño y puesta en práctica de un programa de Educación Física globalizado y su puesta en práctica al aire libre con el alumnado del segundo ciclo de Educación Infantil (EI) de 3 a 6 años.

El documento se estructura en varios capítulos. En el primer capítulo aparece una pequeña introducción, en el segundo se exponen los objetivos generales y específicos, y en el tercero aparece una justificación del por qué se ha seleccionado este tema. Posteriormente, en el capítulo cuatro, aparece el marco teórico en el que se realiza un análisis del currículum y una revisión teórica basada en otros autores expertos en la temática, dividida en los siguientes apartados: (a) la EF en EI, (b) EF al aire libre y (c) recursos didácticos para la propuesta. Seguidamente, en el capítulo cinco se tiene en cuenta el diseño de la propuesta formada por varios apartados, la introducción, contextualización, objetivos clave, normativa y relación entre los saberes básicos del currículum y los contenidos corporales, metodología utilizada, temporalización de la propuesta, desarrollo de seis sesiones de EF, atención a la diversidad y evaluación. En el capítulo seis se recogen todos los datos de los resultados obtenidos de la puesta en práctica de la propuesta y se hace un análisis y discusión de estos y, en el capítulo ocho aparecen las conclusiones. Para finalizar, en el capítulo nueve aparecen las referencias bibliográficas y en el diez, los anexos.

## **2. OBJETIVOS**

La finalidad de esta propuesta es elaborar y analizar un programa globalizado de EF al aire libre en el segundo ciclo de EI. A continuación, se exponen los objetivos específicos de este TFG:

- Buscar, analizar y seleccionar información para elaborar el marco teórico sobre la EF en EI.
- Diseñar y poner en práctica un programa de intervención de EF al aire libre para el segundo ciclo de EI.
- Analizar los resultados obtenidos con los instrumentos de evaluación diseñados tras la puesta en práctica del programa.

### **3. JUSTIFICACIÓN**

Este TFG consiste en la realización de un programa de EF al aire libre globalizado y que, por tanto, trabaja diversos contenidos de la educación motriz, dirigido al alumnado del Segundo Ciclo de EI. Las razones personales por las que he decidido enfocar mi trabajo a la EF, son varias y las voy a exponer a continuación.

Por un lado, me he dirigido al Segundo Ciclo de EI, ya que es en esta etapa cuando menos importancia da la sociedad a la educación motriz y se percibe como una pérdida de tiempo por no aprender contenidos teóricos, por el contrario, en esta etapa la educación motriz es imprescindible. Según Piaget (1976), a esta edad los niños y niñas pasan de la etapa sensoriomotora, en la cual aprenden interactuando con el mundo que les rodea, a la etapa preoperacional en la cual desarrollan otras muchas habilidades.

Por otro lado, he decidido crear un programa de enseñanza-aprendizaje globalizado puesto que no sé qué conocimientos previos tendrá mi alumnado y quiero que aprendan diversos contenidos motrices y no centrarme solo en uno de ellos. Además, esto me permitirá diferenciar las ventajas y desventajas de cada uno, así como las posibles mejoras, en conclusión, me permitirá ampliar y mejorar mi experiencia.

Otro aspecto que he tenido en cuenta para la puesta en práctica de este trabajo es la educación al aire libre. El contacto con la naturaleza permite al alumnado conocer el entorno que les rodea, respetarlo y valorarlo, desarrollar no solo habilidades motrices sino sociales, fomenta la educación en valores y contribuye a muchos otros beneficios como la mejora en la salud y sistema inmunológico de las niñas y niños.

Por último, he querido introducir en todas las sesiones un momento de tiempo libre que variará entre 15 y 30 minutos según las condiciones meteorológicas de ese día, porque considero que en este periodo los niños interactúan y juegan de diferente manera que cuando les damos instrucciones. Además, el juego libre y espontáneo en esta etapa es necesario y permite al docente conocer con mayor profundidad otros aspectos de nuestro alumnado como su capacidad para resolver conflictos o de relacionarse con sus iguales.

#### **3.1 RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

Teniendo en cuenta la Memoria del plan de estudios del Título de grado Maestro/a en Educación Infantil por la Universidad de Valladolid, este TFG, está relacionado con las siguientes competencias generales del título:

**Tabla 1.***Relación con las competencias generales de grado y justificación.*

| Competencias generales sacadas del título  | Justificación  |
|--|--|
| <p>1. Adquirir conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:</p> <p>a) Aspectos principales de terminología educativa.</p> <p>b) Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.</p> <p>c) Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículum de EI.</p> <p>d) Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.</p> <p>e) Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje.</p> <p>f) Fundamentos de las principales disciplinas que estructuran el currículum de infantil.</p> <p>g) Rasgos estructurales de los sistemas educativos.</p> | <p>Para poner en práctica la propuesta es necesario conocer bien la terminología educativa que se va a utilizar, y por tanto un lenguaje adecuado y adaptado.</p> <p>Del mismo modo, es muy importante conocer las características y necesidades de nuestro alumnado a la hora de plantear nuestras sesiones prácticas, por ello, se han realizado las adaptaciones oportunas en cada una de las actividades del programa.</p> <p>Para la elaboración de las sesiones, se ha tenido en cuenta el currículum de EI, en el cual se presentan los objetivos, contenidos y criterios de evaluación.</p> <p>También se han tenido en cuenta las diferentes técnicas y procedimientos utilizados por la maestra del alumnado para llevar a cabo el programa.</p> |
| <p>2. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:</p> <p>a) Ser capaz de reconocer, planificar llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.</p> <p>b) Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones en contextos educativos.</p> <p>c) Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos principalmente mediante procedimientos colaborativos.</p>  | <p>En este programa se plantean buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje, basadas en los conocimientos y las habilidades adquiridas en la formación como docente. Además, para llevar a cabo la propuesta se han tenido en cuenta los problemas que puedan surgir y sus posibles soluciones.</p>  |
| <p>3. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:</p> <p>a) El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.</p>   | <p>Como docentes es imprescindible tener iniciativa y una actitud positiva con nuestro alumnado, por ello, es muy importante que nuestras propuestas sean creativas e innovadoras.</p>   |
| <p>4. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.</p>   | <p>Es necesario tener claro todo lo que se quiere conseguir y reflexionar, si se ha tenido la capacidad o no de lograrlo, así como detectar las posibles mejoras que se pueden hacer para que cumpla su finalidad.</p>   |

*Nota.* Elaboración propia.

A continuación, se va a presentar una tabla con las competencias específicas de la mención “Observación y exploración del entorno”.

**Tabla 2.**

*Relación con las competencias específicas de mención y justificación.*

| Competencias específicas de mención  | Justificación  |
|--|--|
| 3. Promover el interés y el respeto por el medio natural a través de proyectos didácticos adecuados.   | La propuesta se va a llevar a cabo al aire libre, de esta manera se fomentará el respeto y el cuidado por el medio ambiente.                           |
| 4. Potenciar en los niños conocimiento, comprensión y control de su cuerpo y sus posibilidades motrices, así como las ventajas que posee para una mejor relación con otras personas. | Durante la propuesta los alumnos desarrollarán sus habilidades motrices, mostrándonos y siendo conscientes de su evolución a lo largo de las sesiones. |
| 5. Promover el juego simbólico y de representación de roles como principal medio de conocimiento de la realidad.   | Las sesiones de la propuesta promueven el juego simbólico, desarrollando la imaginación de los niños y ayudando a representar diferentes roles.        |

*Nota.* Elaboración propia.

Finalmente, se van a mostrar las competencias específicas del TFG.

**Tabla 3.**

*Relación con las competencias del TFG y justificación.*

| Competencias específicas del TFG  | Justificación   |
|---|---|
| 1. Desarrollar la motricidad de los niños a través de diferentes recursos didácticos como el cuento motor, juegos tradicionales, espacios de acción y aventura y yoga infantil. | A lo largo de la propuesta se van a utilizar diferentes recursos con los cuales el alumnado va a desarrollar y mejorar sus habilidades motrices.              |
| 2. Introducir pequeños momentos de actividad motriz a través de las cuñas motrices, para cubrir la necesidad de movimiento de los niños.  | En la etapa de EI, los niños necesitan estar en movimiento, por eso es muy importante realizar pequeñas actividades motrices.                                 |
| 3. Acercar al alumnado a su entorno más cercano.  | Las actividades se van a llevar a cabo al aire libre para que el alumnado pueda familiarizarse con su entorno más cercano y aprenda a respetarlo y valorarlo. |

*Nota.* Elaboración propia.

## **4. MARCO TEÓRICO**

En este apartado se desarrolla la fundamentación teórica del trabajo. En primer lugar, se expone la importancia de la EF en EI, así como su presencia en el currículo oficial. Después se fundamenta la EF al aire libre, así como sus beneficios. Por último, se desarrollan los diferentes recursos didácticos que se han utilizado en el diseño de la propuesta de intervención (véase en el Capítulo 5).

### **4.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN INFANTIL**

Según el Real Decreto 95/2022, del 1 de febrero por el que se establece la ordenación y enseñanzas mínimas en EI, “dicha etapa tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del alumnado, es decir, al desarrollo físico, social, sexual, emocional, artístico, afectivo e intelectual, creando así una imagen positiva de sí mismos” (p.3). El currículo se organiza en tres áreas de la experiencia “Crecimiento en armonía”, “Descubrimiento y exploración del entorno” y “Comunicación y representación de la realidad”, la EF está presente en todas ellas haciendo referencia a diversos contenidos motrices como la sensación y percepción, esquema corporal, respiración, lateralidad, percepción y orientación espacial, espacio gráfico, habilidades físicas básicas, expresión corporal y danzas infantiles. Según López (2004) debemos influir en todos los ámbitos de la conducta de los niños a través de la interrelación de los contenidos motrices, para conseguir una educación integral y global en todo el alumnado. Algunos de los contenidos motrices, que este autor dice que debe tener la educación física en educación infantil son: expresión corporal, control y conciencia corporal, temporalidad, especialidad, creatividad motriz, habilidades genéricas, manipulaciones, emociones y reflejos.

Es imprescindible trabajar múltiples conocimientos y permitir que el alumnado adquiera un aprendizaje significativo, de manera que establezcan relaciones entre los contenidos previos y los nuevos. Según Salguero (2011):

Nuestra capacidad de globalización es la que nos permite establecer relaciones entre lo que estamos aprendiendo y aquello que sabemos y que conforma nuestro bagaje cognitivo.

Es la capacidad de combinar innumerables elementos que conforman nuestra experiencia y relacionarlos con los que construyen un nuevo objeto de aprendizaje, estableciendo puntos de conexión que posibilitan nuevos enlaces posteriores, como si de una red tridimensional se tratara (p.11).

De acuerdo con García y Arranz (2011), “el principio de globalización supone que el aprendizaje es el producto del establecimiento de múltiples conexiones, de relaciones entre lo nuevo y lo ya aprendido. Es pues, un proceso global de acercamiento del individuo a la realidad que quiere conocer” (p.181).

El desarrollo de la motricidad en la etapa de los 0 a los 6 años es imprescindible, por ello nuestra labor como docentes es potenciar el movimiento y el desarrollo motriz de nuestros alumnos, puesto que a través del movimiento podrán conocerse más a sí mismos y al entorno que les rodea. Según Latorre (2007) “el movimiento es una necesidad primaria en los niños y niñas, si queremos que estos tengan un desarrollo y crecimiento adecuado” (p.1).

La motricidad, según diferentes corrientes psicomotoras, se define como la capacidad de producir movimientos, los cuales son producto de la contracción muscular que se produce por los desplazamientos y segmentos del cuerpo, a la vez, que por la actitud y el mantenimiento del equilibrio (Zapata, 1989). De esta manera, podríamos decir que la motricidad está presente en todos y cada uno de nosotros en prácticamente todos los momentos del día, de ahí su vital importancia. Todos los mecanismos cognoscitivos del niño reposan en la motricidad (Piaget, 1969).

La actividad física conlleva otros tipos de desarrollo como el emocional, de acuerdo con Garófano y Guirado (2007) “la motricidad permite trabajar, simultáneamente, habilidades motrices, cognitivas, lingüísticas, afectivas y sociales. Es por ello, por lo que puede ser considerada una buena herramienta de enseñanza-aprendizaje en el segundo ciclo de Educación Infantil” (p.4).

Le Boulch (1981) critica al gran número de profesores y padres que no comprenden que desatender la actividad motriz en esta etapa de Educación infantil, es un grave problema para el niño/a y detiene a su vez, su desarrollo y progresos escolares. Por tanto, este autor sostiene que uno de los problemas que puede conllevar asilar a nuestro alumnado de la actividad motriz, es el fracaso escolar, algo que como futuros docentes tenemos que evitar.

#### **4.2 EDUCACIÓN FÍSICA AL AIRE LIBRE**

La educación al aire libre consiste en desarrollar la práctica educativa en el medio natural; para Bruchner (2019), la educación al aire libre se trata de una propuesta pedagógica que hace hincapié en que los niños aprendan, potencien sus aptitudes intrínsecas y desarrollen aspectos tan importantes como su sentido innato de pertenencia y respeto a la naturaleza.

La EF al aire libre consiste en realizar actividades físicas en el entorno natural, cuya finalidad principal es el movimiento. Además, de este modo se consigue una mejora en la salud y un mayor fortalecimiento de los músculos, además, proporciona grandes beneficios. Muchos autores como Louv (2005), Gill (2014), y Chawla (2015), destacan la importancia del contacto con la naturaleza durante la infancia ya que a través de estas metodologías potenciamos el desarrollo cognitivo, emocional, creativo, social, motor y actitudinal.

Según la red estatal de EF en la naturaleza (2020) “las actividades al aire libre mejoran el desarrollo cognitivo, ejerciendo una función restauradora de la atención, rebajando la irritabilidad y la agresividad y aumentando la resiliencia ante situaciones de estrés”(p.4).

Otro gran beneficio que podemos destacar es la mejora en el sistema inmunológico.

Diversos estudios avalan los efectos beneficiosos para la salud que tienen en nosotros los espacios al aire libre especialmente en zonas verdes o naturales, influyendo positivamente en múltiples aspectos cognitivos, sociales, emocionales y físicos.

Además, los entornos exteriores y con luz natural mejoran la salud visual, especialmente en la incidencia de la miopía y ayudan a compensar la falta de vitamina D, entre otros aspectos, para activar las defensas del organismo (Reefnat, 2020, p.4).

Hoy en día es más común que los niños pasen más tiempo dentro de sus casas, y por ello, como docentes, podemos hacer que al menos durante la jornada escolar, nuestros pequeños realicen actividad física al aire libre, experimentando y explorando en la naturaleza, utilizando recursos naturales y fomentando el cuidado y respeto por el medio que les rodea. La reactivación de esa conciencia “indígena”, dormida en el corazón de cada ser humano, requiere experiencias directas en la naturaleza, en todas las etapas vitales especialmente en la infancia y la adolescencia, cuando se sientan las bases de la persona adulta (Robertson, 2017).

### **4.3 RECURSOS DIDÁCTICOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

En este apartado se desarrollan los recursos de EF que se utilizan en la propuesta de intervención diseñada: juegos tradicionales, cuento motor, cuñas motrices, yoga infantil y espacios de acción y aventura.

### 4.3.1 Juegos tradicionales

El juego es un elemento indispensable en nuestra primera infancia, a través de él expresamos muchos aspectos de nuestra personalidad y adquirimos diversos aprendizajes, a su vez el juego es innato en el ser humano. Torres (2002) afirma que el juego tomado como estrategia de aprendizaje permite al estudiante resolver sus conflictos internos. Según Hetzer (1992) es tal vez la mejor base para una etapa adulta sana, exitosa y plena. El juego permite a los niños y niñas, divertirse mientras aprenden a relacionarse, a compartir con los demás, a solucionar los conflictos, a gestionar sus emociones, a tolerar la frustración... A través del juego contribuimos al desarrollo físico de nuestros discentes, como afirman Montero et al. (2001):

El niño cuando juega corre, salta, trepa, persigue. Estas actividades lo divierten y fortifican sus músculos, por eso también cuando se arrastra, se estira, alcanza objetos, pateo y explora con el cuerpo, aprende a usarlo y a ubicarlo correctamente en el espacio. Una de las razones por las cuales los niños deben jugar es para contribuir a su desarrollo físico. Sin darse cuenta, ejecutan un movimiento muchas veces hasta que lo dominan. Con esa actitud el niño reafirma y repite in movimiento sin cansarse hasta que este sea perfecto, solo por el gusto de realizarlo bien (p. 3).

Los juegos tradicionales buscan transmitir de manera oral de otras generaciones a esta, diferentes juegos para que estos no se pierdan con el paso de los años. También tienen como objetivo principal que todo el alumnado pueda acceder a ellos puesto que no precisan de material preparado o son materiales de fácil acceso. Pérez (2015) afirma que:

A través de los juegos tradicionales podemos transmitir a los niños características, valores, formas de vida, tradiciones de diferentes zonas, como otros aspectos, por ejemplo, que juego se jugaba en determinada región y de qué manera. Podemos estudiar y mostrar las diferentes variantes que tiene un mismo juego según la cultura y la región en la que se juega. Las posibilidades que brindan los juegos tradicionales son múltiples (p.8).

El juego posee diversas características:

- A través del juego el niño y niña se comunica con el mundo, ya que desde que nace es su principal lenguaje.
- Siempre tiene sentido.

- Muestra la ruta a la vida interior de los niños/as, ya que expresan sus deseos, sus fantasías, temores y conflictos de forma simbólico a través del juego.
- Reflejan su percepción de sí mismos, de otras reseñas y del mundo que les rodea.
- Lidia con su pasado y presente y prepara para el futuro
- Estímulo los sentidos, y enriquece la creatividad y la imaginación.
- Ayuda a utilizar energía física y mental de maneras productivas y /o entretenidas.
- Facilita diversos aprendizajes (Murillo, 2009, p.3).

Los juegos tradicionales suelen trabajarse en los recreos o tiempos libres en los que los niños y niñas se juntan con otros de edades superiores, puesto que como se ha comentado anteriormente, se van transmitiendo de generación en generación. Como ventajas podemos destacar la cantidad de valores que estos juegos tradicionales transmiten, pero el gran inconveniente de estos juegos es que al ser transmitidos de generación en generación puede haber muchas modificaciones, incluso puede que estos se pierdan con los años.

#### **4.3.2 Cuento motor**

El cuento es una herramienta muy útil en EI, ya que en esta etapa es muy habitual su lectura dentro del aula para transmitir ciertos conocimientos y valores, así como desarrollar su creatividad e imaginación. Los cuentos motores son un recurso muy interesante si queremos que además nuestros discentes se muevan y desarrollen su motricidad a través de la literatura.

Los cuentos tienen mucha importancia, de acuerdo con Seron (2010) esta herramienta es fundamental en el ámbito pedagógico del niño, puesto que les proporciona entretenimiento, gozo, diversión, tranquilidad y desahogo, le ayuda a conocer el mundo y sus personajes.

El cuento motor, asimismo permite que el niño sea el protagonista y este integrado a lo largo de toda la historia, con esto al final vamos a conseguir una mayor atención y motivación. La condición de protagonista principal, en los cuentos motores, se multiplica al convertirse el niño en protagonista activo (Conde, 2001), y absoluto al tener que ir representando motriz y corporalmente lo que en él se cuenta (Ros et al., 2018).

Podemos encontrar tres autores principales que definen de diferente manera el cuento motor y sus características. Según Conde-Caveda (1994), el cuento motor es una variante del cuento jugado cuyas sesiones no deben durar más de 10-20 minutitos, está dirigido a niños y niñas menores de 5 años y el docente es un participante más. La sesión se

estructura en tres partes, calentamiento, parte central y vuelta a la calma y la metodología es directiva con propuestas cerradas.

Para Ruiz-Omeñaca (2009,2011 y 2013) se trata de una narración breve en la que aparecen personajes que tiene que resolver diferentes aventuras. En este caso el cuento se lee y el alumnado solo tiene que representar una acción de los personajes. La sesión se estructura en tres partes, asamblea inicial, acción motriz y asamblea final Se evalúa a través de la observación sistemática con listas de control, escalas descriptivas...La metodología es no directiva con diferentes retos cooperativos.

Por último, Del Barrio et al. (2011) consideran el cuento motor como el conjunto de juego y cuento, que les ayuda a comprender el mundo de una manera más divertida y les permite desarrollar ciertas habilidades como la atención, la escucha, la memoria...La sesión se estructura en tres partes, animación, parte principal y vuelta a la calma y la metodología es semidirectiva. La evaluación se obtiene mediante la observación directa e individualizada.

Algunas características que destaca Conde-Caveda (2001) son las siguientes:

- El cuento motor es un eslabón previo al cuento escrito, y puede ir paralelo al cuento narrado.
- El cuento motor incide directamente en la capacidad expresiva de los niños/as (primero se interpreta cognitivamente y luego se interpreta motrizmente).
- El niño/a, cuando ejecuta el cuento motor, se convierte en protagonista absoluto.
- El cuento motor es una fuente motivadora que despierta en los niños/as interés por descubrir historias y personajes, y les ayuda a introducirse en los caminos sorprendentes de los libros, del teatro y competir con otras formas de entretenimiento menos participativas.

Los cuentos motores poseen grandes ventajas como el acercamiento a la lectura en edades tempranas y el desarrollo de la motricidad a través de la literatura, etc.

### **4.3.3 Cuñas motrices**

Las cuñas motrices son pequeños momentos de actividad motriz que permiten a los niños/as liberar su necesidad de movimiento entre las actividades que requieren de mayor concentración. Cebrián et al. (2013), las definen de la siguiente manera:

Las cuñas motrices son actividades físicas de duración breve que se pueden realizar en el aula, con una doble finalidad: dar salida a la necesidad de movimiento de los niños y trabajar contenidos motrices o bien contenidos de otros

ámbitos a través del movimiento (lector-escritura, idiomas, pensamiento lógico-matemático, conocimiento del medio, música...) (p.13).

Según Vaca (2007) las cuñas motrices tienen un doble sentido: (a) dar descanso a los niños introduciendo una pequeña actividad con motricidad que parta de sus intereses y necesidades corporales; (b) fomentan el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación corporal. No, obstante, Cebrián et al. (2013) enumeran una serie de finalidades secundarias:

- Conseguir un ambiente distendido en el aula.
- Servir como un elemento de finalización, corte y unión de las diferentes actividades que se desarrollan en las clases.
- Relajar el ambiente entre actividades que requieren un alto nivel de atención y concentración.
- Cambiar de actividad en el caso de que esta no esté saliendo como deseamos.

Las cuñas motrices pretenden introducir diariamente estos pequeños momentos de actividad motriz, de entre cinco y diez minutos, para evitar que nuestro alumnado tenga su cuerpo silenciado, esto va a permitir que el alumnado mejore su atención y control de sí mismo. Para Vaca Escribano et al. (2013) existen diferentes presencias corporales dentro del aula:

- Cuerpo silenciado: algunas de las tareas exigen que el cuerpo y su motilidad pasen desapercibidos, que se silencien.
- Cuerpo suelto: en los recreos en los que se permite que el cuerpo este suelto, a su aire.
- Cuerpo implicado, global o parcialmente: cuando las tareas escolares remiten la presencia del movimiento coordinado, incluso de la habilidad, destreza motriz...
- Cuerpo instrumentado: a veces la tarea presta a la utilización del cuerpo, de forma global o segmentaría, para ejemplificar corporalmente conceptos utilizados.
- Cuerpo expuesto: situaciones educativas que nos ponen ante la mirada de los otros.
- Cuerpo objeto de atención: por otra parte, la jornada escolar va desvelando necesidades corporales de descanso, de sueño, de alimentación, de higiene...
- Cuerpo objeto del tratamiento educativo: lo corporal, el cuerpo y la motricidad, se va instalando también como un área de expresión y de experiencia.

Según Balbás (2019) las cuñas motrices aportan a los alumnos experiencias de aprendizaje que van más allá de la adquisición de conocimiento o de habilidades concretas, puesto que ofrecen también oportunidades reales de cambio para su formación y para vida adulta. Como docentes debemos enseñar a nuestro alumnado a escuchar y controlar su cuerpo de acuerdo con sus necesidades, de este modo lograremos su bienestar.

Las cuñas motrices están clasificadas según Juárez (2017), en tres tipos diferentes:

- Catárticas: se trata de cuñas que tienen como finalidad la satisfacción de la necesidad de moverse, bien sea para conseguir un estado de relajación o de activación. Es mejor llevar a la práctica estas cuñas a ciertas horas del día como por ejemplo a primera hora de la mañana, tras la vuelta del recreo o en el cambio de asignaturas en las que son necesarias la ausencia de movimientos.
- Complementarias o de cuerpo instrumentado: estas tienen como fin la mejora de la explicación de algún tema en concreto que se esté trabajando en el aula. Estas cuñas son específicas, por lo que llevan a cabo en ciertas unidades.
- De desarrollo o de cuerpo objeto de tratamiento: estas cuñas tienen como finalidad trabajar algún contenido que esté relacionado con la motricidad de una forma más específica. Se puede establecer una relación con las cuñas catárticas a la hora de ejecutarlas, pero, sin embargo, estas son más propias de la Educación Física (p.17).

#### **4.3.4 Yoga Infantil**

El yoga es una técnica que nos permite conectar con nosotros mismo y es un recurso muy útil en la etapa de EI. A través del yoga infantil, el niño comienza a conocerse y conectar consigo mismo, explorar sus capacidades y limitaciones y acabar con la tensión (García, 2022). De acuerdo con Bendriss (2015):

El yoga es una metodología o conjunto de técnicas de desarrollo interior, cuyo objetivo es lograr la plena realización del ser humano y a través de esta metodología los niños aprenden a gestionar sus emociones, a mejorar su concentración, a liberarse de conflictos y de complejos, a incrementar sus actitudes positivas, a incrementar la interacción con los demás, a estimular su creatividad y a adquirir saludables hábitos corporales (p. 3).

De acuerdo con Roger (2018), el yoga infantil siempre se debe enfocar de una forma divertida y lúdica, tanto individualmente como por parejas o en grupo, y adaptándolas según su etapa de desarrollo y crecimiento. Por tanto, podemos hacer del yoga algo motivador invitando al alumnado a imitar a sus animales favoritos, recrear elementos naturales, contar historias...

La práctica del yoga dentro del aula tiene muchas ventajas, ya que va a mejorar la convivencia, la interacción con los demás y la seguridad en sí mismos, por ello, podemos decir que esta técnica es muy beneficiosa para el alumnado. Azofeifa (2018), menciona que el yoga al ser una técnica que utiliza el ejercicio y el cuerpo humano para permitir un alcance de relajación interna presenta como principales beneficios:

- Reduce la frecuencia cardiaca y presión arterial.
- Permite un ambiente de relajación.
- Mejora el nivel de confianza en sí mismo.
- Reducción del estrés.
- Aumenta la coordinación.
- Perfeccionamiento de la concentración.
- Apoyo para dormir mejor.
- Mejoramiento de la digestión.

Existen diferentes tipos de yoga, cada una de ellas con sus propias características, aunque todas tienen raíces en común. Burgos et al. (2015) exponen las siguientes:

- Anusara Yoga: es un estilo de yoga reciente, que se basa en ciertos principios del tantra, y se centra en la alineación del cuerpo.
- Hatha Yoga: es el yoga de posturas, que trabaja el cuerpo físico para facilitar la meditación e involucra el despertar de la energía vital en el cuerpo.
- Kundalini Yoga: es un estilo de yoga espiritual y devocional, que involucra cantos, mantras, velas e incienso. Busca abrir los chacras para prevenir y sanar dolencias físicas y emocionales.
- Bikram Yoga: consiste en una secuencia de 26 posturas que trabajan el cuerpo en su totalidad.
- Ashtanga Yoga: se basa en posturas y movimientos fluidos, ligados a la respiración.
- Kripalu Yoga: es un estilo pausado, meditativo y orientado hacia la autoobservación y el contacto con el ser.

- Power Yoga: es una práctica dinámica, físicamente exigente y vigorosa, se pasa de una postura a otra de manera fluida, se hace un trabajo cardiovascular intenso y que requiere de fuerza, resistencia y flexibilidad.
- Bharata Yoga: se destaca por la precisión en la alineación. Esto quiere decir, que la movilidad de la columna vertebral es la característica más significativa.
- Yoga desnudo: sin utilizar ropa. Esto permite sentirse libre y sin restricciones.
- Viniyoga: trata dolencias, es un yoga terapéutico.
- Iyengar Yoga: consiste en una práctica enfocada a la alineación del cuerpo en cada postura.
- Yoga aéreo: se práctica suspendido en el aire con una tela.
- Dru Yoga: diferentes posturas y conciencia del movimiento del cuerpo.
- Hot Yoga: involucra calor en sus prácticas. Se lleva a cabo en un salón en que el ambiente ha sido calentado. El propósito es eliminar toxinas a través de la sudoración, facilitar la flexibilidad en las posturas, la distensión de los músculos y mente.
- Yoga Indra: este es el yoga del sueño consciente. Es una técnica con relajación auto inducida y visualizaciones positivas.
- Yoga de la Risa: promueve una actitud alegre, de paz interior y bienestar físico y mental, donde la risa estimula la buena salud.
- Yoga integral: busca el bienestar en todos los aspectos del individuo.
- Ananda Yoga: ofrece apoyo a quienes buscan crecimiento espiritual, permite experimentar gozo, amor y paz interior.
- Nada Yoga: reconoce que hay dos tipos de sonidos- externos e internos.
- Bhakti Yoga: es el más viejo, significa estar unido a Dios.
- Yoga Restaurativo: es muy suave, utiliza accesorios e induce una relajación mental y física, profundas.
- Yoga acuático: es un yoga de bajo impacto practicado en una piscina.
- Acroyoga: involucra equilibrio, trabajo en equipo, confianza y coordinación.
- Yoga terapéutico: utilizado como un sistema para mantener y recobrar salud (p.19-21).

#### 4.3.5 Espacios de acción y aventura

Los espacios de acción y aventura son una serie de montajes que se mantienen en el aula durante unas semanas, según Mendiara (1999), los espacios de acción y aventura se podrían definir como aquellos procedimientos didácticos que utilizan la manipulación pedagógica de la circunstancia ambiental para potenciar el juego, el aprendizaje y el desarrollo global de los niños. Esta metodología consiste en crear diferentes montajes y para reforzar estos, se crea una historia para motivar y lograr la participación de los alumnos/as. La estructura de cada sesión sigue tres fases:

- Fase de información inicial: los alumnos atienden a las explicaciones y piensan como van a realizar el reto que se les propone.
- Fase de juego activo: en esta fase el alumnado participa activamente en el montaje.
- Fase de verbalización con final: en la cual el alumnado reflexiona sobre la vivencia motriz.

Mendiara (1999), propone 13 montajes divididos en tres ciclos:

- Ciclo I: juegos de ejercicio. Espacios naturales. Son cinco montajes que pretenden acercar la naturaleza al aula. En el montaje nº 1 se van presentando materiales de menor a mayor blandura en un espacio muy amplio y llano. En el montaje nº 2, se proponen varias zonas de juego con un suelo irregular que pretende recrear ambientes rurales. El montaje nº 3, se trata de ir de acampada con espacios de interés a su alrededor. El montaje nº 4, se sitúa en una montaña que ofrece muchas posibilidades, pero también muchos peligros y, por último, el montaje nº 5, presenta mayor dificultad y promueve el aprendizaje de la auto interrogación.
- Ciclo II: juegos simbólicos. Espacios imaginarios. Está compuesto por otros cinco montajes que pretenden trasladar a los niños a mundos irreales llenos de fantasía. El montaje nº 6, está inspirado en el cuento de Peter Pan y por tanto permite que el alumnado desarrolle su imaginación. El montaje nº 7 también busca estimular su imaginación y motivación a través de un laberinto. En el montaje nº 8, se presente un espacio como un lugar maravilloso En el montaje nº nueve, se crea un ambiente inspirado en un circo y en el montaje nº 10, se presentan misiones imposibles para que los niños puedan sentirse útiles y valiosos.
- Ciclo III: juegos con reglas. Espacios recreativos. Hay tres montajes que pretenden trasladar los espacios recreativos al gimnasio. El montaje nº once está inspirado en el paraíso de los niños, los parques recreativos. El montaje nº doce,

convierte el gimnasio en un parque de atracciones con tres zonas de juegos y el montaje n° trece, trata de convertir el gimnasio en un recinto ferial.

De acuerdo con Galán (2017) los espacios de acción y aventura tienen como objetivos principales: que los niños jueguen, aprendan y maduren. Al jugar consiguen autonomía, más creatividad y se adaptan al entorno, al aprender adquieren nuevas competencias y se desarrollan como personas y por último al madurar adquieren más personalidad y van creando a la persona que serán en un futuro.

Para Generelo y Gillén (1994), los espacios de acción y aventura son un juego de simulación en un espacio limitado y acondicionado con material muy diverso, en el que participan todos los alumnos de manera simultánea. Estos autores realizan otra propuesta de espacios de acción y aventura, denominada “El Naufragio”, que es un juego cooperativo en el que participan todos los alumnos al mismo tiempo. La actividad empieza con una motivación inicial, en la que contamos al alumnado que son los supervivientes de un naufragio y que para salvarse deben llegar todos y cada uno de ellos a la isla. Los participantes comienzan en un extremo y entre ellos y la isla, se encuentran dispersos los materiales. Este espacio es el mar y está plagado de tiburones, de modo que si algún niño lo toca, sufrirá una penalización que puede ser o bien volver al punto de partida, continuar con una extremidad atada al cuerpo o con los ojos tapados, portar un objeto... Los materiales con altura (bancos, mesas, vallas) son elementos del mar y no pueden moverse, sin embargo, los elementos planos (colchonetas, esterillas) son restos del barco que sí tienen movilidad. El juego no acaba hasta que todos lleguen a la isla y los jugadores que lo consigan pueden volver a ayudar a sus compañeros.

## **5. DISEÑO DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EDUCACIÓN INFANTIL GLOBALIZADO AL AIRE LIBRE**

En este apartado se presenta una contextualización del centro educativo en el que se va a poner en práctica el programa, los objetivos que persigue, una relación entre los saberes básicos y contenidos motrices, la metodología y principios metodológicos utilizados, temporalización, desarrollo de las actividades, la atención a las diferencias individuales y la evaluación.

### **5.1 CONTEXTUALIZACIÓN**

El programa diseñado se va a llevar a cabo en mi Prácticum II, se trata de un proyecto globalizado fuera del aula, al aire libre, aunque también contaremos con el aula de referencia por si la meteorología fuera adversa.

Este proyecto se dirige al 2º ciclo de EI de un centro rural agrupado en una localidad de Segovia, un pequeño colegio público ubicado a los pies de la sierra de Guadarrama. El centro educativo está rodeado de naturaleza con una gran biodiversidad, gran valor ecológico y paisajístico. La clase está formada por 11 alumnos y alumnas de diferentes edades, seis pertenecen al primer curso, una al segundo curso y cuatro al tercer curso, todos ellos están acostumbrados a vivir en el medio natural y no tiene ninguna Necesidad Específica de Apoyo Educativo (ACNEAE). No obstante, tenemos mucha diversidad en el aula debido a esta diferencia de edades, por lo que todas las actividades que se llevan a cabo dentro del aula están adaptadas a las necesidades y características individuales de nuestro alumnado.

### **5.2 OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN**

Teniendo en cuenta el Real Decreto 95/2022, que a su vez se concreta en el Decreto 37/2022, los objetivos que se persiguen en este programa de intervención son:

- Desarrollar curiosidad e interés por las actividades al aire libre.
- Desarrollar habilidades motoras como el control postural, coordinación y agilidad.
- Aprender a relajarse a través de técnicas como el Yoga, la respiración y el Mindfulness.
- Aprender las nociones espaciales básicas en relación con el propio cuerpo y los objetos.
- Desarrollar la capacidad de comunicarse a través de gestos y movimientos, creados por el propio cuerpo.

### 5.3 CONTENIDOS DEL RPOGRAMA DE INTERVENCIÓN

A lo largo de esta propuesta se trabajan diversos contenidos motrices relacionados con las tres áreas de EI, “Crecimiento en armonía”, “Descubrimiento y exploración del entorno” y “Comunicación y representación de la realidad”, establecidas en el Real Decreto 95/2022, que a su vez se concretan en el Decreto 37/2022. A continuación, se va a establecer una relación entre los saberes básicos, los contenidos corporales y contenidos didácticos.

**Tabla 4.**

*Relación entre los saberes básicos, contenidos corporales y contenidos didácticos.*

| SABERES BÁSICOS  | CONTENIDOS CORPORALES   | CONTENIDOS DIDÁCTICOS  |
|--|---|--|
| <p>Área 1. Crecimiento en armonía.</p> <p>A. El cuerpo y el control progresivo del mismo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Autoimagen positiva y ajustada ante los demás identificando las posibilidades y limitaciones.</li> <li>2. Identificación y respeto de las diferencias.</li> <li>3. El movimiento: control progresivo de la coordinación, el tono, el equilibrio, y los desplazamientos. Técnicas de respiración y relajación.</li> <li>4. Control postural en función a las características de los objetos, acciones y situaciones.</li> <li>5. El juego como actividad placentera, fuente de aprendizaje y relación con los demás. Normas de juegos. Juegos reglados sencillos con mediación del adulto.</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motricidad gruesa y fina</li> <li>- Sensación y percepción</li> <li>- Habilidades físicas básicas</li> <li>- Equilibrio</li> <li>- Educación postural</li> <li>- Relajación</li> <li>- Respiración</li> <li>- Espacio gráfico</li> </ul> | <p>Capacidad de mantener la postura y el equilibrio.</p> <p>Habilidad de coordinar los movimientos de diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Capacidad de respirar profundo y relajarse para calmar su sistema nervioso.</p> |
| <p>Área 2. Descubrimiento y exploración del entorno.</p> <p>A. Dialogo corporal con el entorno. Exploración creativa de objetos, materiales, espacios.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Curiosidad e interés por la exploración del entorno.</li> <li>2. Nociones espaciales básicas en relación con el propio cuerpo y los objetos en espacio real. Arriba-abajo, dentro-fuera, abierto-cerrado.</li> </ol>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensación y percepción</li> <li>- Espacio gráfico</li> </ul>   | <p>Capacidad de realizar actividades al aire libre.</p> <p>Desarrollo de las nociones espaciales: dentro-fuera, delante-detrás, izquierda-derecha.</p>   |

|   |                      |   |
|---|----------------------|---|
| C. Indagación en el medio físico y natural. Cuidado, valoración y respeto.<br>1. Disfrute de las actividades al aire libre.   |                      |   |
| Área 3. Comunicación y representación de realidad.<br>H. El lenguaje y las expresiones corporales.<br>1. Posibilidades expresivas y comunicativas del propio cuerpo en actividades individuales y grupales libre de prejuicios. | - Expresión corporal | Desarrollo del cuerpo como medio de comunicación. |

*Nota.* Elaboración propia.

## 5.4 METODOLOGÍA

Teniendo en cuenta los principios de intervención educativa que se rigen en el Real Decreto 95/2022, la metodología utilizada en este programa atiende a los siguientes puntos:

- Atención individualizada y respeto de las diferencias individuales: las sesiones se adaptan a las características y necesidades individuales del alumnado.
- Aprendizaje significativo: se relacionan los contenidos nuevos con las experiencias previas de los educandos.
- El niño como protagonista de su aprendizaje: fomenta su autonomía, curiosidad e interés por construir su propio conocimiento.
- Trabajo en equipo: se fomenta el trabajo en equipo y socialización con sus iguales.
- Aprendizaje globalizado: se integran varias áreas del conocimiento.
- Confianza y seguridad: se proporciona la ayuda necesaria transmitiendo al alumnado afectividad.
- Movimiento: se basa en el desarrollo de la motricidad, que es fundamental en esta etapa.

## 5.5 TEMPORALIZACIÓN

La puesta en práctica del programa de intervención tiene lugar los martes y los jueves, durante los meses de abril y mayo puesto que son los días con mayor disponibilidad debido a que no viene ningún especialista.

A continuación, se expone el horario de clase que se ha tenido en cuenta para poner en práctica el programa.

**Tabla 5.***Horario del aula.*

| HORAS    | LUNES      | MARTES                | MIÉRCOLES            | JUEVES                | VIERNES  |
|----------|------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|--|
| 9-10     | Asamblea   | Asamblea              | Asamblea             | Inglés                | Asamblea   |
| 10-11    | Inglés     | Matemáticas           | Valores/<br>religión | Lectoescritura        | Psicomotricidad  |
| 11-11:30 | Rincones   | Rincones              | Rincones             | Rincones              | Rincones   |
| 11:30-12 | Almuerzo   | Almuerzo              | Almuerzo             | Almuerzo              | Almuerzo   |
| 12-12:45 | Recreo     | Recreo                | Recreo               | Recreo                | Recreo   |
| 12:45-13 | Relajación | Relajación            | Relajación           | Relajación            | Relajación   |
| 13-14    | Proyecto   | <b>PROGRAMA DE EF</b> | Proyecto             | <b>PROGRAMA DE EF</b> | Rincones libres (juegos de mesa, juego simbólico, plastilina...) |

*Nota.* Elaboración propia.

## 5.5 DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

Tomando como referencia a López (2004), cada sesión va a estar estructurada en tres momentos:

- Asamblea inicial: se da la bienvenida a nuestro alumnado, se recuerda lo que hicimos en la sesión anterior y se explica lo que vamos a hacer en ese día.
- Actividad motriz: en esta parte se desarrollan las actividades.
- Asamblea final: se recuerda lo vivido en la sesión, se reflexiona y se despide al alumnado.

### 5.5.1 Sesión 1. Cuento motor

Esta primera sesión consiste en narrar un cuento motor de elaboración propia, en el cual los niños y niñas son los propios protagonistas del cuento. La historia gira en torno al oso Teddy a quien tendrán que ayudar a escapar del bosque.

**Tabla 6.***Desarrollo sesión 1.*

|                  |   |
|------------------|---|
| Asamblea inicial | Se da la bienvenida al alumnado y se explica en que consiste la sesión.   |
| Actividad motriz | Se narra el cuento motor. <i>Teddy y sus amigos</i> . El cuento motor se lleva cabo en el patio del colegio por su gran amplitud y variedad de posibilidades que ofrece. Se recrea con diversos materiales una especie de recorrido cuyas partes exigen diferentes habilidades que tienen que llevar a cabo para ayudar a Teddy a salir del bosque.<br><i>“Teddy y sus amigos”</i><br><i>Había una vez, un pequeño oso llamado Teddy (se señala a un niño o niña) al que no le gustaba nada vivir en el bosque. Muchas veces sentía miedo y</i> |

|                |  |
|----------------|--|
|                | <p><i>comenzaba a temblar, por eso un día decidió pedir ayuda a sus amigos para escapar, ya que había muchos obstáculos que no sabía cruzar. Cuando ya todos estaban reunidos, decidieron comenzar su aventura.</i></p> <p><i>El primer obstáculo que se encontraron fue un tronco en mitad del camino asique la serpiente Mia (se señala a otro educando) les enseñó a pasar reptando por debajo (todos y todas pasarán por debajo del banco reptando)</i></p> <p><i>Tras unos minutos andando, comenzaron a oír un pequeño ruido que el señor Gustavo el sapo (se señala a otro alumno o alumna) supo detectar al momento. ¡Se trata de un río, tenemos que cruzar saltando! (todos y todas saltan las cuerdas del suelo).</i></p> <p><i>Continuaron su camino cuando de pronto vieron a lo lejos una gran piedra que tenían que trepar, la ardilla Pilla (se señala a un alumno) que era muy ágil fue la primera en hacerles la demostración (todos suben trepando por las espaldas del patio).</i></p> <p><i>Teddy el oso estaba muy contento, pues por fin iba a conseguir salir del bosque, pero aún estaba preocupado porque le quedaban otros tres obstáculos.</i></p> <p><i>El ratón Antón (señalamos a otro educando) intentó tranquilizarle y le dijo ¡No te preocupes Teddy, yo os ayudaré con el siguiente obstáculo! Debéis tener mucho cuidado y hacerlo despacio ya que si os caéis podéis hacer os mucho daño, para cruzar esta rama por encima, debemos de tener mucho equilibrio ¡vamos a por ello! (pasarán por los ladrillos manteniendo el equilibrio).</i></p> <p><i>¡Ya casi lo tenemos! Chilló con fuerza el jabalí, mientras daba saltos de alegría (se elige a otro niño o niña). ¡O no tenemos un problema, acabo de escuchar a unos humanos que se acercan hacia nosotros, tenemos que salir corriendo! (los discentes salen corriendo)</i></p> <p><i>Bueno por fin estamos a salvo, dijo el ciervo Camilo mientras andaba de puntillas para no hacer ruido (se escoge a otro educando).</i></p> <p><i>¡Ya no nos queda nada!, exclamó la tortuga Manuelita.</i></p> <p><i>Teddy al ver que ya habían salido del bosque temeroso, comenzó a llorar de la alegría y dijo:</i></p> <p><i>¡Muchas gracias, amigos, gracias a vosotros he aprendido a reptar, saltar, trepar, mantener el equilibrio, correr con gran rapidez y andar de puntillas con gran sigilo!</i></p> <p><i>La tortuga Manuelita, le contestó: muchas gracias a ti Teddy, tu eres el que realmente nos ha ayudado a comprender que lo más importante es la amistad y el trabajo en equipo, ya que sino no lo habríamos logrado.</i></p> <p><i>Todos los amigos se abrazaron y vivieron felices.</i></p> |
| Asamblea final | Se verbaliza lo que se ha hecho en la sesión y los aprendizajes adquiridos. Por último, dibujan en una hoja lo que más les ha gustado de la sesión, y se despide al alumnado.  |

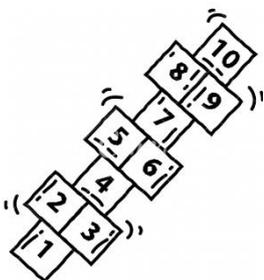
*Nota.* Elaboración propia.

### 5.5.2 sesión 2 y 3. Juegos tradicionales

En la segunda y tercera sesión se van a llevar a cabo diferentes juegos tradicionales.

**Tabla 7.**

*Desarrollo sesión 2.*

|                  |   |
|------------------|---|
| Asamblea inicial | Se saluda al alumnado y se les pregunta si saben que son los juegos tradicionales y si conocen alguno de ellos. Después se les explica en qué consisten.  |
| Actividad motriz | <p>Se llevan a cabo los siguientes juegos tradicionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La rayuela: consiste en pintar la superficie con 10 cuadrados numerados, tanto individuales como dobles, y el jugador o jugadora tendrá que tirar una piedra a la casilla número uno mientras salta a la pata coja hasta la número 10. Cuando llegue a la última casilla tendrá que dar la vuelta y recoger su piedra, si consigue todo esto sin pisar las líneas tendrá que repetirlo, pero esta vez tirando la piedra a la siguiente casilla y así sucesivamente.</li> </ul> <p><b>Figura 1.</b><br/><i>Juego de la Rayuela.</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Nota.</i> Elaboración propia.</li> <li>- Juego de las sillas: se colocan formando un círculo tantas sillas como niños y niñas haya. A partir de aquí comienza el juego, se pone música mientras el alumnado da vueltas alrededor de las sillas y cuando la música pare, deben sentarse cada uno en su silla. Se elimina una silla por ronda de manera que siempre va a ver alguien que se quede sin silla. Esta persona queda eliminada.</li> <li>- El pañuelo: formaremos dos equipos que se van a situar a unos metros de la persona que sostiene el pañuelo. A todos los miembros del equipo se les asigna un número y la persona del pañuelo tiene que decir uno de estos números en cada ronda. Los jugadores tienen que estar atentos y atentas ya que cuando escuchen su número deben correr para conseguir el pañuelo antes que su contrincante y, además, llevarle hasta su equipo sin que el jugador del equipo contrario lo atrape. Se suma un punto al equipo que consiga llevar el pañuelo hasta su línea de salida, y si no lo consiguen se le suma al equipo contrario.</li> </ul> |
| Asamblea final   | Se verbaliza lo que se ha hecho en la sesión, lo que han aprendido, aquello que más les ha gustado, completan su propia evaluación con “Las caritas de autoevaluación” y se despide al alumnado.  |

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 8.**

*Desarrollo sesión 3.*

|                  |   |
|------------------|---|
| Asamblea inicial | Se saluda al alumnado, se recuerda lo realizado en la sesión anterior y se explica esta sesión. |
| Actividad motriz | Se llevan a cabo los siguientes juegos tradicionales:   |

|                |  |
|----------------|--|
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Carrera de sacos: se dibujan dos líneas en el suelo, una de salida y otra de llegada, se proporciona un saco a cada niño en el que tienen que meter sus piernas y se colocan en la línea de salida. Cuando se marque el comienzo, empieza la carrera y todos tienen que llegar con sus sacos hasta la línea de meta.</li> <li>- Gallinita ciega: consiste en vendar los ojos a un jugador o jugadora, mientras el resto se dispersan por el espacio. La “gallinita ciega” tiene que dar tres vueltas, atrapar a sus compañeros e identificarlos.</li> <li>- A la zapatilla por detrás: en este juego tradicional, los alumnos se colocan formando un círculo excepto uno de ellos que es quien sostendrá la zapatilla. Una vez están colocados, se canta la siguiente canción mientras que el jugador que está de pie da vueltas a sus compañeros y compañeras: “A la zapatilla por detrás tris tras, ni lo ves ni lo verás tris tras, mirar para arriba que caen judías, mirar para abajo que caen garbanzos, a dormir a dormir que los reyes van a venir. ¿A qué hora mamá o papá? A las (se dice un número del 1 al 10)”<br/>A continuación, el jugador o jugadora que tenga la zapatilla se la pone a otra persona cuando acabe de contar, y este tiene que levantarse y pillarle.</li> </ul> |
| Asamblea final | Se verbaliza lo que se ha hecho en la sesión, lo que han aprendido, aquello que más les ha gustado, completan su autoevaluación “Mi semilla de mejora” y se despide al alumnado.   |

*Nota.* Elaboración propia.

### 5.5.3 Sesión 4. Yoga infantil

En esta cuarta sesión se va a trabajar yoga infantil al aire libre a través de unos ejercicios de respiración y diferentes posturas.

**Tabla 9.**

*Desarrollo sesión 4.*

|                  |  |
|------------------|--|
| Asamblea inicial | Se da la bienvenida a los educandos, se explica lo que se va a hacer en la sesión, se pregunta si saben que es el yoga o si lo han hecho alguna vez, y por último se hacen unos ejercicios de respiración trabajando la inhalación y exhalación.   |
| Actividad motriz | Se llevan a cabo diferentes posturas de yoga: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mariposa: el niño se sienta con la espalda recta y debe juntar las plantas de los pies. La posición debe mantenerse durante 3-5 respiraciones.</li> <li>- Montaña: debe pararse con los pies juntos, manteniendo la espalda recta y relajando los brazos a ambos lados del cuerpo. Ayuda al equilibrio del cuerpo y la concentración.</li> <li>- Guerrero: desde la posición de montaña, se debe dar un paso atrás con la pierna derecha, doblar la pierna izquierda hacia delante, girar el cuerpo y mirar al frente. Ayuda a fortalecer los músculos de las piernas.</li> <li>- Árbol: favorece el desarrollo del equilibrio, la concentración y el autocontrol. Debe pararse con los pies en el suelo y las palmas juntas a la altura del pecho. Después de eso, levante la otra pierna y apóyela sobre la pierna extendida, la pierna debe quedar por debajo de la rodilla.</li> <li>- Bailarina: primero se debe doblar y levantar una pierna hacia atrás y tratar de tomar el pie del mismo lado que la mano. Luego debe mirar hacia adelante y extender la mano contraria hacia adelante manteniendo el equilibrio.</li> </ul> |

|                |   |
|----------------|---|
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cobra: deben acostarse boca abajo, las manos debajo de los hombros, las palmas en el suelo. Las piernas se mantienen rectas y relajadas con las plantas de los pies en el suelo. Luego se levanta el cuerpo hacia arriba, extendiendo los brazos en el suelo.</li> <li>- Pinza: ayuda a estirar los músculos posteriores de las piernas. El primer paso es sentarse en el suelo con las piernas juntas y extendidas, la espalda debe estar recta y la mirada al frente, las manos deben moverse hacia las piernas, tratando de tocarlas, tratar de apoyar la cabeza sobre las piernas y relajarse en esta posición, respirando tantas veces como sea necesario.</li> <li>- Perro: aumenta la oxigenación cerebral y la concentración. Deben acostarse boca abajo, respirar y apoyar las manos sobre la colchoneta anclando las puntas de los pies, levantar el cuerpo sobre las extremidades y estirar la espalda, poniendo la cabeza entre las manos.</li> <li>- Gato: favorece la circulación y mejora la digestión. El niño debe colocarse sobre la colchoneta en posición de cuatro puntos de apoyo, la espalda debe estar recta y la cabeza debe estar alineada con la columna. Mientras inhala, tire de la cabeza hacia atrás, gire la espalda hacia el suelo y abra el pecho. Mientras exhala, arquee la espalda, presione el estómago hacia abajo y baje la cabeza hasta que la barbilla toque el pecho.</li> <li>- Namasté: es un saludo y despedida usado en la India y Nepal y otras partes de Asia. Su significado espiritual es “mi alma honra a tu alma” y su significado literal es “me inclino ante ti”, generalmente acompañado de una ligera inclinación de cabeza, realizada con las palmas abiertas unidas frente al pecho (Flores et al., 2024).</li> </ul> |
| Asamblea final | Se verbaliza lo que se ha hecho en la sesión, lo que han aprendido y dibuja en un papel la postura que más les haya gustado.  |

*Nota.* Elaboración propia.

#### 5.5.4 Sesión 5 y 6. Espacios de acción y aventura. El naufragio

Las dos últimas sesiones van a estar destinadas a los espacios de acción y aventura, concretamente, la propuesta se va a basa en el juego de “El Naufragio” de Generele y Guillen (1994). Para ello, se va a simular la historia de un naufragio en la pista de fútbol del colegio, en la cual el barco se va a hundir y van a tener que conseguir llegar cada uno de ellos a la isla más cercana porque si no llegan todos juntos, nos ahogan.

**Tabla 10.**

*Estructura de sesión 5.*

|                  |   |
|------------------|---|
| Asamblea inicial | <p>Se recibe a los niños y se les explica lo que se va a hacer en la sesión. Para empezar, se enseña el espacio y se exponen las normas para que queden claras antes de que comience el juego.</p> <p>1º. No se puede tocar el suelo porque en el mar hay tiburones. Si se toca el suelo perdemos ese miembro del cuerpo, es decir, si tocamos con una mano perdemos esa mano y si lo hacemos con un pie perdemos ese pie.</p> <p>2º. Todo el material se puede mover.</p> <p>3º. El juego no acaba hasta que todos lleguen a la isla. Si algún compañero/a no consigue llegar, todos quedaremos eliminados y hundidos en el mar.</p> |
|------------------|---|

|                  |   |
|------------------|---|
| Actividad motriz | Se desarrolla la acción y los alumnos empiezan a crear el camino para intentar conseguir llegar todos a la isla.                                    |
| Asamblea final   | Se verbaliza lo que ha ocurrido en la sesión, lo que han aprendido, reflexionan sobre aquello que pueden mejorar y dibujan lo que les haya gustado. |

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 11.**

*Desarrollo sesión 6.*

|                  |  |
|------------------|--|
| Asamblea inicial | Se recibe a los alumnos y se recuerda todo lo ocurrido en la sesión anterior, de modo que, reflexionan si fueron o no capaces de terminar, si se ayudaron o no unos a otros...<br>Por último, enseñamos el espacio ya montado a los niños y niñas y recordamos las normas, explicando también que, en esta sesión, los bancos no pueden moverse. |
| Actividad motriz | Se desarrolla la acción y los alumnos empiezan a crear el camino para intentar llegar todos a la isla.   |
| Asamblea final   | Se verbaliza lo que ha ocurrido en la sesión, lo que han aprendido, reflexionan sobre aquello que pueden mejorar y dibujan lo que más les ha gustado.  |

*Nota.* Elaboración propia.

### 5.5.5 Cuñas motrices

Durante los meses de abril y mayo, se ponen en práctica diversas cuñas motrices o en diferentes momentos de la jornada escolar, concretamente después de la asamblea, del recreo y antes de comenzar las actividades que requieren de mayor atención. Los alumnos se van a autoevaluar con “El termómetro del aprendizaje”.

**Tabla 12.**

*Cuñas motrices.*

| CONTENIDO A TRABAJAR Y NOMBRE DE LA CUÑA      | EXPLICACIÓN   |
|---|---|
| Esquema corporal “Despertamos nuestro cuerpo” | El alumnado se colocará formando un círculo y comenzarán a despertar su cuerpo. Se empezará de abajo a arriba, moviendo los tobillos, las rodillas, la cadera, los hombros, las muñecas y el cuello. Por último, se nombran diferentes partes del cuerpo que tendrán que señalar. |
| Respiración “Inhalamos y Exhalamos”           | Esta actividad consistirá en aprender a inhalar despacio por la nariz y exhalar por la boca. Tras varias veces, nos pondremos de pie cuando inhalamos y nos agacharemos según vamos soltando el aire.   |
| Relajación “Mantras”                          | En la zona de la asamblea, se pondrá en la pizarra digital unos mantras que ayuden a los discentes a relajarse, mientras imitan las acciones que se llevan a cabo en el vídeo.  |
| Relajación y esquema corporal “Mindfulness”   | Se colocan los alumnos en la alfombra tumbados y con los ojos cerrados, ya que esto mejora la concentración, mientras escuchan las indicaciones del audio y se concentran en esa parte del cuerpo.  |
| Equilibrio “Las estatuas”                     | Con una música de fondo, se moverán por el espacio y cuando se pare la música se tendrán que quedar quietos manteniendo el equilibrio.  |

|  |   |
|--|---|
| Espacio gráfico<br>“Nosotros y el aro”               | Se dará un aro a cada niño o niña que colocarán cerca de ellos. Después, daremos las siguientes indicaciones que tendrán que tener en cuenta para colocarse de una manera u otra con respecto al aro: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dentro del aro</li> <li>- A un lado del aro</li> <li>- Al otro lado</li> <li>- Detrás del aro</li> <li>- Delante del aro</li> <li>- Fuera del aro</li> <li>- Encima del aro</li> </ul> |
| Habilidades físicas básicas<br>“La forma de caminar” | Se pondrá en un altavoz la canción de “La forma de caminar” de canta juegos. Tendrán que escucharla e imitar las formas de caminar de diferentes animales como el caballo, la tortuga, la serpiente...  |
| Motricidad gruesa<br>“Zumba”                         | En la pizarra digital, se exhibirá un vídeo de zumba con diferentes pasos de baile que los alumnos tendrán que seguir.  |

*Nota.* Elaboración propia.

## 5.6 LA ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES

Para la puesta en práctica del programa, contamos con 11 alumnos y alumnas de diversas edades, características y necesidades. El Real Decreto 95/2022 que a su vez se concreta en el Decreto 37/2022, expresa que las diferencias individuales hacen de los centros educativos y sus aulas, sean espacios diversos, y todo el alumnado independientemente de sus particularidades tiene derecho a una educación adaptada a sus características y necesidades. Por ello, los principios pedagógicos de atención y respeto a las diferencias individuales forman parte de una de las pautas de la acción educativa de los docentes. La atención al alumnado con dificultades debe ser integral e inmediata, adoptando las respuestas educativas que mejor se adapten y diseñando un plan de atención a las diferencias individuales. El objetivo es garantizar la inclusión y evolución de todo el alumnado,

Es por ello por lo que se han tomado algunas medidas ordinarias en las actividades que se llevan a cabo, así como las cuñas motrices, adaptándolas a cada uno de los niveles atendiendo a la diversidad del grupo-clase, debido a que a nivel motriz hay muchas distinciones entre el alumnado del primer y tercer curso. En la sesión de yoga infantil, el alumnado que presenta dificultades para mantener el equilibrio se ayuda apoyándose en algún compañero u objeto de su alrededor. En las cuñas motrices, se ha adaptado el tiempo, alargándose o acortándose según las necesidades del alumnado. En las sesiones de espacios de acción y aventura, se ha utilizado material que resulta ser atractivo y a su vez sencillo para el alumnado que presenta mayor dificultad para completar el recorrido. Por último, en todas las sesiones se han adaptado o modificado las explicaciones y normas

para que todos los niños puedan entenderlas, y se han hecho ejemplificaciones para mejorar su comprensión.

En cuanto a las medidas extraordinarias, no han sido necesarias porque no hay ningún ACNEAE.

## 5.7 EVALUACIÓN

La evaluación tiene mucha importancia, ya que forma parte del proceso educativo, nos permite percibir mucha información sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje y su objetivo principal es mejorar el aprendizaje de los alumnos. El Real Decreto 95/2022, que a su vez se precisa en el Decreto 37/2022, sostiene que la evaluación en esta etapa debe ser global, continua y formativa, además, debe identificar las condiciones iniciales del alumnado, y el ritmo y características de su evolución. La principal técnica que se debe emplear es la observación directa y debe de aplicarse durante todo el proceso educativo. El docente debe buscar la participación del alumnado a través de su propia evaluación y también debe evaluar su propia actuación docente como punto de partida para su mejora. Por ello, el tipo de evaluación que se va a llevar a cabo en el programa es la evaluación para el aprendizaje, más conocida como formativa. Teniendo en cuenta el momento en el que se va a realizar será continua, puesto que se recoge la información a lo largo de las actividades de la propuesta para poder observar los avances y progresos de los niños. La técnica utilizada es la observación directa y se emplean diferentes instrumentos, de modo que el alumnado participa en su propia evaluación, y tanto la actuación docente, como los recursos, se evalúan.

**Tabla 13.**

*Técnicas e instrumentos de evaluación.*

| TÉCNICAS                    | INTRUMENTOS                                 |
|-----------------------------|---|
| Observación directa         | Cuaderno del profesor                       |
|                             | Lista de control grupal con escala verbal   |
| Autoevaluación docente      | Ficha de autoevaluación con escala numérica |
| Autoevaluación del alumnado | Escala gráfica: caritas de autoevaluación   |
|                             | Escala gráfica: mi semilla de mejora        |
|                             | Escala gráfica: termómetro de aprendizaje   |

*Nota.* Elaboración propia.

### **5.7.1 Evaluación de los alumnos**

Para evaluar al alumnado se van a utilizar los siguientes instrumentos de evaluación, en los que queda plasmada toda la información recogida a lo largo de las sesiones a través de observación directa:

- Cuaderno del profesor: en el cual se anota toda la información posible sobre nuestro alumnado, tanto a nivel motriz como actitudinal.
- Lista de control grupal: una lista grupal con escala verbal con diferentes criterios que nos facilita y aporta más información, a lo largo de todas las sesiones.

**Tabla 14.***Lista de control grupal con escala verbal.*

|            | Respeto a sus compañeros | Participa activamente en las actividades | Respeto las normas de clase y de las actividades | Presta atención e interés | Coordina los movimientos de diferentes partes del cuerpo | Capacidad de relajarse | Capacidad de controlar su postura | Capacidad de mantén el equilibrio | Observaciones |
|------------|--------------------------|--|--|---------------------------|--|------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------|
| Sesión n°: |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 1     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 2     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 3     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 4     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 5     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 6     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 7     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 8     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |
| Niño 9     |                          |  |  |                           |  |                        |                                   |                                   |               |

|            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Niño<br>10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Niño<br>11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

C- Conseguido EP- En proceso NC- No conseguido

*Nota.* Elaboración propia.

No obstante, el alumnado también va a participar en su propia evaluación a través del dibujo y los siguientes instrumentos:

- Escala gráfica: caritas de autoevaluación en las que tienen que pegar la pegatina con la carita correspondiente que represente como se han sentido en las actividades.

**Tabla 15.**

*Escala gráfica. Caritas de autoevaluación.*

|  |  |
|--|--|
|   | Muy bien / Lo he entendido perfectamente |
|   | Bien / Lo he entendido casi todo         |
|  | Mal / No lo he entendido                 |

*Nota.* Elaboración propia.

- Escala gráfica: mi semilla de mejora, deben rodear en que parte se encuentran en su aprendizaje, esto les permite saber como lo han hecho y si tienen que mejorar.

**Tabla 16.**

*Escala gráfica. Mi semilla de mejora.*

|   |                                |
|---|--------------------------------|
|  | Para la próxima, lo conseguiré |
|  | Puedo mejorar                  |
|  | Lo hice bien                   |

*Nota.* Elaboración propia.

- Escala gráfica: termómetro de aprendizaje, tiene que pegar una pegatina con el símbolo que ellos crean, de este modo medirán como se sienten con respecto a su aprendizaje.

**Tabla 17.**

*Escala gráfica: termómetro de aprendizaje.*

|   |                      |
|---|----------------------|
|  | Soy un experto       |
|  | Estoy aprendiendo    |
|  | Me siento confundido |

*Nota.* Elaboración propia.

### 5.7.2 Evaluación de la práctica docente y los recursos

La evaluación no es solo de los alumnos, sino que también se debe tener en cuenta la propia práctica docente y los recursos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello, a través de la observación directa, se ha llevado a cabo el siguiente instrumento de evaluación;

- Ficha de autoevaluación con escala numérica: en la que se van a evaluar diferentes habilidades y estrategias de la práctica docente.

**Tabla 18.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica.*

| HABILIDADES DOCENTES Y RECURSOS                     | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones |
|---|---|---|---|---|---------------|
| Planificación y preparación de las actividades      |   |   |   |   |               |
| Temporalización                                     |   |   |   |   |               |
| Material  |   |   |   |   |               |
| Espacio   |   |   |   |   |               |
| Explicaciones claras y breves                       |   |   |   |   |               |
| Gestión del aula                                    |   |   |   |   |               |
| Inclusión y atención a las diferencias individuales |   |   |   |   |               |
| Estrategias activas y participativas                |   |   |   |   |               |
| Evaluación de los aprendizajes                      |   |   |   |   |               |
| Uso de TIC  |   |   |   |   |               |

4- Excelente 3- Bien 2- Regular 1- Mal

*Nota.* Elaboración propia.

## 5.8 RECURSOS

Los recursos utilizados en el programa de intervención son los siguientes:

**Tabla 19.**

*Recursos utilizados.*

| Materiales   | Temporales   | Humanos                               | Espaciales   |
|--|--|---------------------------------------|--|
| Cuento, pañuelo, tizas, sillas, sacos, zapatilla, aros, bancos, ladrillos, cuerdas, colchonetas y pizarra digital. | Los martes y los jueves, durante los meses de abril y mayo, 1 hora aproximadamente por sesión. | Docente en práctica y docente tutora. | El patio del colegio, espacios naturales más cercanos y el aula de referencia. |

*Nota.* Elaboración propia.

## 6. ANÁLISIS DE RESULTADOS

En este apartado se va a analizar la información obtenida a lo largo de las sesiones a través de los instrumentos de evaluación empleados.

### 6.1 RESULTADOS DE LOS ALUMNOS

Los resultados obtenidos a lo largo del programa son muy positivos. El alumnado ha mostrado en todo momento motivación e interés y ha participado en todas las actividades sin la necesidad de intervenir. Algunos alumnos han logrado alcanzar los objetivos previstos y han sido capaces de seguir las indicaciones y normas correspondientes, sin embargo, hay algunos niños que aún están en proceso de conseguirlo como se puede observar en los resultados de las listas de control grupal (véase tablas 20, 21 Y 22). En algunas actividades se han podido apreciar diferencias entre el desarrollo motor del alumnado del primer curso y del tercero (3 años frente a 6), sobre todo en la capacidad y habilidad de coordinar los movimientos de diferentes partes del cuerpo. También se aprecian diferencias en su capacidad de mantener el equilibrio en la sesión 1 (cuento motor) y en las sesiones 5 y 6 (espacios de acción y aventura).

Toda esta información para evaluar al alumnado se ha recogido en el cuaderno del profesor a través de la observación directa y se ha plasmado en cada sesión en la lista de control grupal con escala verbal. A continuación, se presentan algunas citas literales recogidas en el cuaderno del profesor:

- *Sesión 1: la mayoría de los niños han conseguido los objetivos propuestos, por lo contrario, algunos de ellos, están en proceso de conseguirlo. Todos ellos han conseguido finalizar el recorrido del cuento, desarrollando diferentes habilidades motoras como respetarme, saltar, trepar, correr...*  
*A los niños 5, 7 y 10, les cuesta coordinar algunos movimientos de su cuerpo mostrando mayor torpeza para realizar el recorrido del cuento.*  
*A los niños 1, 2, 5, 7 y 10, les ha costado mucho mantener el equilibrio.*
- *Sesión 2: el niño 1 no ha querido participar en uno de los juegos, debido a que le cuesta coordinar los movimientos de su cuerpo.*
- *Sesión 5: gran parte del alumnado ha entendido las normas del juego (niño 1, 3, 4, 6, 8, 10 y 11), sin embargo, hay otra parte del alumnado (2, 5, 7 y 9) que, a pesar de haber entendido las normas, no las ha respetado, moviendo el material que no podía moverse.*

*A los niños 1,5,7,9,10 y 11, les ha costado coordinar los movimientos de su cuerpo a lo largo del recorrido y como consecuencia han tocado el “mar” varias veces y han sufrido una penalización.*

**Tabla 20.**

*Lista de control grupal con escala verbal. Sesión 1, 2 y 3.*

| Sesión n°: | Respeto a sus compañeros |   |   | Participa activamente en las actividades |    |   | Respeto las normas de clase y de las actividades |    |   | Presta atención e interés |   |   | Coordina los movimientos de diferentes partes del cuerpo |    |   | Capacidad de relajarse |   |   | Capacidad de controlar su postura |   |   | Capacidad de mantén el equilibrio |   |   | Observaciones |
|------------|--------------------------|---|---|--|----|---|--|----|---|---------------------------|---|---|--|----|---|------------------------|---|---|-----------------------------------|---|---|-----------------------------------|---|---|---------------|
|            | 1                        | 2 | 3 | 1  | 2  | 3 | 1  | 2  | 3 | 1                         | 2 | 3 | 1  | 2  | 3 | 1                      | 2 | 3 | 1                                 | 2 | 3 | 1                                 | 2 | 3 |               |
| Niño 1     | C                        | C | C | C  | EP | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | EP | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | EP                                | C | C |               |
| Niño 2     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | EP | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | EP                                | C | C |               |
| Niño 3     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C | C |               |
| Niño 4     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C | C |               |
| Niño 5     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | EP   | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | EP                                | C | C |               |
| Niño 6     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C | C |               |
| Niño 7     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | EP   | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | EP                                | C | C |               |
| Niño 8     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C | C |               |
| Niño 9     | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | EP | C | C                         | C | C | C  | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C | C |               |
| Niño 10    | C                        | C | C | C  | C  | C | C  | C  | C | C                         | C | C | EP   | C  | C | C                      | C | C | C                                 | C | C | EP                                | C | C |               |

|         |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Niño 11 | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | EP | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C |  |
|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|

C- Conseguido EP- En proceso NC- No conseguido

Nota. Elaboración propia.

**Tabla 21.**

*Lista de control grupal con escala verbal. Sesión 4, 5 y 6.*

| Sesión n°: | Respeto a sus compañeros |   |   | Participa activamente en las actividades |   |   | Respeto las normas de clase y de las actividades |    |   | Presta atención e interés |   |   | Coordina los movimientos de diferentes partes del cuerpo |    |    | Capacidad de relajarse |   |   | Capacidad de controlar su postura |   |   | Capacidad de mantén el equilibrio |    |   | Observaciones |
|------------|--------------------------|---|---|--|---|---|--|----|---|---------------------------|---|---|--|----|----|------------------------|---|---|-----------------------------------|---|---|-----------------------------------|----|---|---------------|
|            | 4                        | 5 | 6 | 4  | 5 | 6 | 4  | 5  | 6 | 4                         | 5 | 6 | 4  | 5  | 6  | 4                      | 5 | 6 | 4                                 | 5 | 6 | 4                                 | 5  | 6 |               |
| Niño 1     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | EP | C  | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | EP | C |               |
| Niño 2     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | EP | C | C                         | C | C | C  | C  | C  | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C  | C |               |
| Niño 3     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C  | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C  | C |               |
| Niño 4     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C  | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C  | C |               |
| Niño 5     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | EP | C | C                         | C | C | C  | EP | EP | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | EP | C |               |
| Niño 6     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | C  | C | C                         | C | C | C  | C  | C  | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | C  | C |               |
| Niño 7     | C                        | C | C | C  | C | C | C  | EP | C | C                         | C | C | C  | EP | EP | C                      | C | C | C                                 | C | C | C                                 | EP | C |               |



|         |   |   |   |   |    |   |   |    |  |
|---------|---|---|---|---|----|---|---|----|--|
| Niño 6  | C | C | C | C | C  | C | C | C  |  |
| Niño 7  | C | C | C | C | EP | C | C | EP |  |
| Niño 8  | C | C | C | C | C  | C | C | C  |  |
| Niño 9  | C | C | C | C | EP | C | C | EP |  |
| Niño 10 | C | C | C | C | C  | C | C | EP |  |
| Niño 11 | C | C | C | C | C  | C | C | C  |  |

C- Conseguido EP- En proceso NC- No conseguido

*Nota.* Elaboración propia.

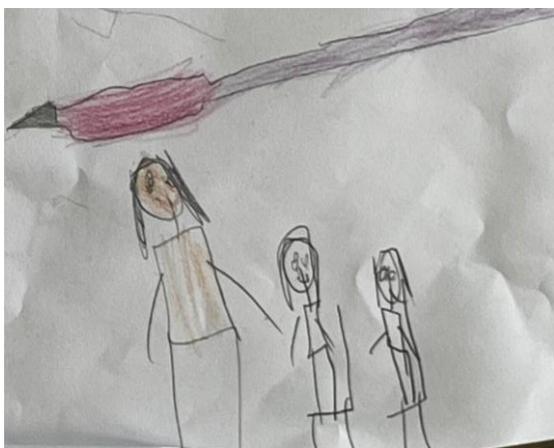
Para la autoevaluación del alumnado se han utilizado diferentes escalas gráficas (caritas de autoevaluación, mi semilla de mejora y el termómetro del aprendizaje) y el dibujo donde los niños han plasmado lo que más les ha gustado. Estos dibujos nos han aportado la siguiente información:

- Sesión 1: casi todos han dibujado la habilidad que mejor han llevado a cabo. Algunos de ellos, se han dibujado con otros niños dando importancia al trabajo en equipo.
- Sesión 4: las posturas que más les han gustado son el perro y la cobra. Las posturas que menos veces han dibujado son el árbol y la bailarina.
- Sesión 5 y 6: en estas dos sesiones hay una gran variedad de gustos, algunos niños han dibujado una parte del recorrido, otros solo el material que más le ha gustado y otros se han dibujado llegando a la isla.

Estos son algunos ejemplos de los dibujos que han realizado.

**Figura 2.**

*Dibujo de autoevaluación del alumnado de la sesión 1 (cuento motor).*



*Nota.* Elaboración propia.

**Figura 3.**

*Dibujo de autoevaluación del alumnado de la sesión 4 (yoga infantil).*



*Nota.* Elaboración propia.

**Figura 4.**

*Dibujo de autoevaluación del alumnado de la sesión 5 (espacios de acción y aventura).*



*Nota.* Elaboración propia.

## 6.2 RESULTADOS DE LA PROPIA ACTUACION DOCENTE Y RECURSOS

Para poder analizar los resultados de la propia actuación docente y la adecuación de los recursos empleados, se ha utilizado una lista de control con escala numérica para cada uno de los recursos didácticos de la propuesta (ver Tabla 23, 24, 25,26 y 27).

**Tabla 23.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Habilidades docentes y recursos, sesión 1 (cuento motor).*

| HABILIDADES DOCENTES Y RECURSOS                | Y | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones |
|--|---|---|---|---|---|---------------|
| Planificación y preparación de las actividades |   | X |   |   |   |               |
| Temporalización                                |   | X |   |   |   |               |

|   |   |  |  |   |  |
|---|---|--|--|---|--|
| Material  | X |  |  |   |  |
| Espacio   | X |  |  |   |  |
| Explicaciones claras y breves                       | X |  |  |   |  |
| Gestión del aula                                    | X |  |  |   |  |
| Inclusión y atención a las diferencias individuales | X |  |  |   |  |
| Estrategias activas y participativas                | X |  |  |   |  |
| Evaluación de los aprendizajes                      | X |  |  |   |  |
| Uso de TIC  |   |  |  | X | En esta sesión no se hace ningún uso de las TIC. |

4- Excelente, 3- Bien, 2- Regular, 1-Mal

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 24.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Habilidades docentes y recursos, sesión 2 y 3 (juegos tradicionales).*

| HABILIDADES DOCENTES                                | Y | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones                     |
|---|---|---|---|---|---|-----------------------------------|
| RECURSOS  |   |   |   |   |   |                                   |
| Planificación y preparación de las actividades      | X |   |   |   |   |                                   |
| Temporalización                                     |   |   | X |   |   |                                   |
| Material  | X |   |   |   |   |                                   |
| Espacio   | X |   |   |   |   |                                   |
| Explicaciones claras y breves                       |   |   | X |   |   |                                   |
| Gestión del aula                                    |   |   | X |   |   |                                   |
| Inclusión y atención a las diferencias individuales |   |   | X |   |   |                                   |
| Estrategias activas y participativas                | X |   |   |   |   |                                   |
| Evaluación de los aprendizajes                      | X |   |   |   |   |                                   |
| Uso de TIC  |   |   |   |   | X | No se hace ningún uso de las TIC. |

4- Excelente, 3- Bien, 2- Regular, 1-Mal

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 25.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Habilidades docentes y recursos, sesión 4 (yoga infantil).*

| HABILIDADES<br>RECURSOS                             | DOCENTES | Y | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones                     |
|---|----------|---|---|---|---|---|-----------------------------------|
| Planificación y preparación de las actividades      |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Temporalización                                     |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Material  |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Espacio   |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Explicaciones claras y breves                       |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Gestión del aula                                    |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Inclusión y atención a las diferencias individuales |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Estrategias activas y participativas                |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Evaluación de los aprendizajes                      |          |   | X |   |   |   |                                   |
| Uso de TIC  |          |   |   |   |   | X | No se hace ningún uso de las TIC. |

4- Excelente, 3- Bien, 2- Regular, 1-Mal

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 26.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Habilidades docentes y recursos, sesión 5 y 6 (espacios de acción y aventura).*

| HABILIDADES<br>RECURSOS                        | DOCENTES | Y | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones |
|--|----------|---|---|---|---|---|---------------|
| Planificación y preparación de las actividades |          |   |   | X |   |   |               |
| Temporalización                                |          |   | X |   |   |   |               |
| Material                                       |          |   | X |   |   |   |               |
| Espacio  |          |   | X |   |   |   |               |
| Explicaciones claras y breves                  |          |   | X |   |   |   |               |
| Gestión del aula                               |          |   |   | X |   |   |               |

|   |   |  |  |   |                                   |
|---|---|--|--|---|-----------------------------------|
| Inclusión y atención a las diferencias individuales | X |  |  |   |                                   |
| Estrategias activas y participativas                | X |  |  |   |                                   |
| Evaluación de los aprendizajes                      | X |  |  |   |                                   |
| Uso de TIC  |   |  |  | X | No se hace ningún uso de las TIC. |

4- Excelente, 3- Bien, 2- Regular, 1-Mal

*Nota.* Elaboración propia.

**Tabla 27.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Habilidades docentes y recursos, cuñas motrices.*

| HABILIDADES DOCENTES Y RECURSOS                     | 4 | 3 | 2 | 1 | Observaciones |
|---|---|---|---|---|---------------|
| Planificación y preparación de las actividades      | X |   |   |   |               |
| Temporalización                                     | X |   |   |   |               |
| Material  | X |   |   |   |               |
| Espacio   |   | X |   |   |               |
| Explicaciones claras y breves                       | X |   |   |   |               |
| Gestión del aula                                    | X |   |   |   |               |
| Inclusión y atención a las diferencias individuales |   | X |   |   |               |
| Estrategias activas y participativas                | X |   |   |   |               |
| Evaluación de los aprendizajes                      | X |   |   |   |               |
| Uso de TIC  |   | X |   |   |               |

4- Excelente, 3- Bien, 2- Regular, 1-Mal

*Nota.* Elaboración propia.

Como se puede observar en las fichas de autoevaluación sobre las habilidades docentes y recursos, hay algunos aspectos que pueden mejorar. En las sesiones 2 y 3 (juegos tradicionales) las explicaciones no han sido breves y claras lo que ha provocado un descontrol del aula. En la sesión 5 y 6 (espacios de acción y aventura), puede mejorar la

gestión de aula parando el juego y volviendo a explicar las normas, puesto que no todo el alumnado las ha respetado. Por último, en las cuñas motrices, se ha hecho un uso adecuado de las TIC introduciéndolas en algunas de estas actividades (Mantras, Mindfulness, Zumba), pero el espacio no ha sido el adecuado en todas ellas. Por ejemplo, la actividad de Zumba se realizó dentro del aula y el espacio no fue suficiente para todo el alumnado.

Para reforzar la evaluación en las diferentes cuñas motrices planteadas, también se utiliza una ficha de autoevaluación con escala numérica. En la Tabla 28, los resultados muestran que algunas actividades no se han adecuado a la edad del alumnado. y otras como el zumba precisaban de más espacio.

**Tabla 28.**

*Ficha de autoevaluación con escala numérica. Cuñas motrices.*

|                            | Se adapta a las características y necesidades del alumnado | Cumple con los contenidos planteados | Se adecua a la edad del alumnado | Cumple con el tiempo estimado | El espacio en el que se desarrolla es adecuado | Observaciones |
|----------------------------|--|--------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--|---------------|
| Despertamos nuestro cuerpo | 5  | 5                                    | 5                                | 5                             | 5  |               |
| Inhalamos y exhalamos      | 5  | 5                                    | 4                                | 5                             | 5  |               |
| Mantras                    | 4  | 5                                    | 4                                | 5                             | 5  |               |
| Mindfulness                | 4  | 5                                    | 4                                | 5                             | 5  |               |
| Las estatuas               | 5  | 5                                    | 5                                | 5                             | 5  |               |
| Nosotros y el aro          | 5  | 5                                    | 5                                | 5                             | 5  |               |
| La forma de caminar        | 5  | 5                                    | 5                                | 5                             | 5  |               |
| Zumba                      | 5  | 5                                    | 5                                | 5                             | 4  |               |

*Nota.* Elaboración propia.

## 7. CONCLUSIONES

Este TFG se ha llevado a cabo en un colegio rural agrupado, con alumnos del segundo ciclo de EI lo que ha me ha permitido poner en práctica todas las actividades de las sesiones planteadas. Su desarrollo ha sido muy positivo y placentero.

Al inicio de este trabajo se han planteado una serie de objetivos que a continuación vamos a comprobar si se han cumplido o no. El primer objetivo hace referencia a la elaboración de un programa globalizado de Educación Física al aire libre en el segundo ciclo de EI, en este sentido dicho programa sí que ha sido creado y diseñado minuciosamente para este grupo determinado de alumnos.

El segundo objetivo hace referencia a la puesta en práctica el programa al aire libre en el aula del segundo ciclo de EI. Este objetivo también se ha logrado, puesto que todas y cada una de las actividades se han puesto en práctica con el alumnado, aunque no todas se han podido llevar a cabo al aire libre por las condiciones meteorológicas o el uso de las TIC.

Y, por último, el tercer objetivo se refiere a la recogida y análisis de datos sobre los resultados obtenidos en la puesta en práctica del programa a través de diferentes técnicas e instrumentos de evaluación. Este objetivo también se ha conseguido, ya que se han recogido todos los datos posibles a través de los instrumentos de evaluación diseñados. Estos resultados han sido analizados y los resultados han sido muy positivos.

Entre las limitaciones del TFG, se encuentra en primer lugar, el número reducido de alumnos que limita la posibilidad de generalizar los resultados obtenidos al resto de niños de esa edad. Además, se ha encontrado dificultad para acceder a ciertos documentos. A pesar de estas restricciones, este TFG puede resultar útil como recurso para docentes y estudiantes del Grado de EI.

Como prospectiva de futuro, se contempla la posibilidad de aplicar este programa en otros grupos de EI y Educación Primaria, con el fin de analizar diferencias, evaluar su impacto y realizar las adaptaciones necesarias.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Azoifeifa, C. (2018). Revisión de los beneficios de la intensidad y modalidades de ejercicio físico sobre el estrés psicológico. *Revista de ciencias del ejercicio y la salud*, 16 (1), 17. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/pem/v16n1/1409-0724-pem-16-01-e30335.pdf>
- Balbás, N. S. (2019). Las cuñas motrices en educación infantil permiten un cuerpo presente en el aula. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, 5 (1), 138-159. <https://doi.org/10.22370/ieya.2019.5.1.1375>
- Bendriss, Y. (2015). *Guía práctica para padres y educadores*. Arcopress.
- Bruchner, P. (2019). *Bosquescuela*. Ediciones Rodeno. <https://www.edicionesrodено.com/bosquescuela>
- Burgos Cancino, K. A., Santa Cruz Valenzuela, G., & Astorga Lineros, B. (2015). *Yoga infantil y el desarrollo emocional en educación parvularia*. [Tesis doctoral, Universidad Academia de Humanismo Cristiano]. <https://bibliotecadigital.academia.cl/server/api/core/bitstreams/25820948-5cb7-4035-8e51-eb71368ab0f1/content>
- Cebrián, B., Martín, M. I. & Miguel, A. (2013). *Cómo trabajar la motricidad en el aula. Cuñas motrices para infantil y primaria*. Miño y Dávila.
- Conde, J. L. (1994). *Los cuentos motores*. Paidotribo.
- Conde, J. L. (2001). *Cuentos motores*. (Vol. 1). Paidotribo.
- Decreto 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial de Castilla y León*, 190, 30 septiembre 2022. <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-1.pdf>
- Del Barrio, D., Bustamante, R., Calzado, M. A., Nieves, J. M., Paloma, S. Prieto, A., Avirola, J. J., Rodríguez, V. M., Vega, M., & Veira, E. (2011). INDE.
- Flores, P. E., Molina, L. M., & Barragán, M. F. (2024). El yoga infantil como herramienta para la psicomotricidad en Educación Infantil. *Tesla Revista Científica*, 4 (1), e336-e336.

<https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/download/336/363/882>

Galán Freire, I. (2017). *Propuesta didáctica: espacios de acción y aventura en educación infantil*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid] <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/24112/TFG-B.990.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García Díez, P. (2022). *El yoga infantil como recurso didáctico en Educación Infantil*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid] <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/52293/TFG-B.%201746.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García Torres, C. & Arranz Martín, M.L. (2011). *Didáctica de la educación infantil*. Paraninfo.

Garófano, V., & Guirado, L. (2007). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, (47), 89-105. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6038088.pdf>

Generelo, E. & Guillén, R. (1994). Los compromisos del naufragio. *Congreso nacional de Educación Física de facultades de ciencias de la educación y XXII de escuelas Universitarias de Magisterio* (pp. 1-9).

Hetzer, H. (1992). *El juego y los juguetes*. Editorial Kapeluz.

Juárez Mínguez, A. (2017). *Las cuñas motrices en educación primaria*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/22375/TFG-G2309.pdf?sequence=6>

Latorre, P. (2007). La motricidad en educación infantil, grado de desarrollo y compromiso docente. *Revista de Educación Física: Renovar la Teoría y Práctica*, (107), 11-16.

Le Boulch, J. (1981). *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento a los seis años*. Doñate.

- López Pastor, V. M. (2004). *La educación física en educación infantil: una propuesta y algunas experiencias*. Miño y Dávila.
- Mendiara, J. (1999). Espacios de acción y aventura. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (56), 65-70. <https://www.revista-apunts.com/es/espacios-de-accion-y-aventura-articulo-74010>
- Montero, M. M., & Alvarado, M. D. L. Á. M. (2001). El juego en los niños: un enfoque teórico. *Revista educación*, 25 (2), 113-124. <https://revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/7180>
- Murillo, M. I. (2009). El juego como herramienta de aprendizaje. [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_16/MARIA\\_ISABEL\\_BENITEZ\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_16/MARIA_ISABEL_BENITEZ_1.pdf)
- Pérez Bonachera, M. (2015). *El juego tradicional*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Almería]. Repositorio UAL. So <http://hdl.handle.net/10835/3634>
- Piaget, J. (1969). *Biología y crecimiento*. Siglo XXI.
- Piaget, J. (1976). Desarrollo cognitivo. *Fomtaine*. <https://www.terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf>
- Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 28, 2 febrero 2022, 14561-14595. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2022-1654#:~:text=https%3A//www.boe.es/eli/es/rd/2022/02/01/95/con>
- Reefnat. (2020). *Manifiesto por una educación activada al aire libre*. Red Estatal y Asociación Española de Educación Física en la Naturaleza. <https://www.educacionynaturaleza.com/manifiesto-educacion-alairelibre>
- Robertson, J. (2017). *Educación fuera del aula: Trucos y recursos para ayudar a los docentes a enseñar al aire libre*. Ediciones SM.
- Roger, M., & Civil, A. (2018). *Taller de yoga para niños*. Alba Editorial.
- Ros, M. D., & Ortín, N. U. (2018). El cuento motor como propuesta de actividad física para el aula de educación infantil. *EmásF: revista digital de educación física*, (55), 10-21. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6702844>

- Ruíz Omeñaca, J. V. (2009). *Cuentos motores cooperativos para la educación primaria. Ljsalfar y los niños del viento*. INDE.
- Ruíz Omeñaca, J. V. (2011). *El cuento motor en la educación infantil y en la educación física escolar: cómo construir un espacio para jugar, cooperar, convivir y crear*. Wanceulen.
- Ruíz Omeñaca, J. V. (2013). *La luna de las cerezas rojas. Un cuento motor para primer ciclo de primaria*. Wanceulen.
- Salguero, M. J. C. (2011). La globalización en Educación Infantil: una forma de acercarse a la realidad. *Pedagogía Magna*, (11), 189-195.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3629184.pdf>
- Seron, C. F. (2010). El cuento como recurso didáctico. *Innovación y experiencias educativas*, 26, 1-9.  
[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_26/CRISTINA\\_GEMA\\_FERNANDEZ\\_SERON\\_01.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_26/CRISTINA_GEMA_FERNANDEZ_SERON_01.pdf)
- Torres, C. M. (2002). El juego: una estrategia importante. *Educere*, 6 (19), 289-296.  
<http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/19729/articulo6.pdf;jsessionid=97E7C6B89587E74CEA8F33E52D54AEB7?sequence=1>
- Vaca Escribano, M. (2007). Un proyecto para una escuela con cuerpo y movimiento. *Ágora para la educación física y el deporte*, 4, 91-110.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2524862.pdf>
- Vaca, M. J; Fuente, S., & Santamaría, N. (2013). *Cuñas motrices en la escuela infantil y primaria*. Gráficas Quintana.
- Zapata, O. (1989). *El aprendizaje por el juego en la escuela primaria*. Pau México.