

TRABAJO DE
FIN DE
GRADO

PROPUESTA DE CUÑAS
MOTRICES PARA EL PRIMER
CICLO DE EDUCACIÓN
PRIMARIA



Universidad de Valladolid
Campus de Palencia

Alumna:

Miryam Berzosa
Álvarez

Tutor: Marcelino
Vaca Escribano

LOS CIEN LENGUAJES DEL NIÑO

*El niño está hecho de cien.
El niño tiene cien lenguas,
cien manos, cien pensamientos,
cien maneras de pensar,
de jugar y de hablar*

*La escuela y la cultura
le separan la cabeza del cuerpo.
Le dicen de pensar sin manos
de actuar sin cabeza,
de escuchar y no habla,
de entender sin alegría,
de amar y sorprenderse.*

Estracto del poema "Los cien lenguajes del niño" de

Loris Malaguzzi

Índice

0. ASPECTOS PRELIMINARES	Pág. 4
PROPUESTA DE CUÑAS MOTRICES PARA EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA	
1. INTRODUCCIÓN DEL TFG	Pág. 5
2. OBJETIVOS DEL TFG.....	Pág. 6
3. JUSTIFICACION	Pág. 7
3.1 LA CORPOREIDAD EN LA ESCUELA	Pág. 7
3.2 EL CUERPO Y EL MOVIMIENTO EN EL CURRÍCULUM OFICIAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA	Pág.9
3.3 LA OPINION DE LOS MAESTROS SOBRE EL ÁMBITO CORPORAL	Pág. 10
3.4 MIS REFLEXIONES DESPUÉS DE LOS PRÁCTICUM	Pág.11
4. DISEÑO	
4.1 .LAS CUÑAS MOTRICES	
4.1.2 Definición	Pág. 13
4.1.1 Características	Pág. 14
4.1.2 Qué enseñar/aprender al desarrollar al desarrollar las cuñas motrices	Pág. 14
4.1.3 Dónde y cuándo pueden tener efectos las cuñas motrices	Pág. 16
4.1.4 Formas de utilizar las cuñas	Pág. 17
4.2 PROPUESTA DE CUÑAS MOTRICES PARA PRIMER CICLO DE E.P	Pág.18
4.3 REFLEXIÓN SOBRE LAS CUÑAS.....	Pág. 34
5 CONCLUSIONES	Pág. 36
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	Pág. 38
7. ANEXOS	Pág. 39

0. ASPECTOS PRELIMINARES

- **TÍTULO:** Propuesta de cuñas motrices para el 1º Ciclo de Ed. Primaria

- **AUTORA:** Miryam Berzosa Álvarez

- **TUTOR:** Marcelino Vaca Escribano

- **RESUMEN:** Un hecho observado en mi periodo de prácticas ha sido que durante la jornada escolar, la presencia y desarrollo del ámbito corporal queda relegado al área de Educación Física, con este TFG se ofrece una propuesta de cuñas motrices susceptible de ser utilizada en las aulas por los maestros/as, haciendo hincapié en el cuerpo y la motricidad

- **PALABRAS CLAVE:** Propuesta, cuñas motrices, cuerpo, motricidad

- **ABSTRACT:** A fact observed in my period of Practicum has been that during the school day the corporal presence and his development are relegated to the subject of P.E. My TFG offers an offer of *motive wedges* of being used in the classrooms by the teachers developing the body and its use.

- **KEYWORDS:** Offer, motive widges, body, motive

1. INTRODUCCIÓN

Después de 4 años en los que hemos estudiado y afianzado nuestra vocación, nos hemos encontrado ante periodos en los que hemos estado muy cercanos a las realidades de los colegios, a los trabajos en las aulas, a las necesidades de los alumnos, a los comportamientos que allí se plantean, etc. Uno de los aspectos que como especialista de Educación Física he podido observar y analizar es el potencial educativo de lo corporal en la escuela tanto como docente de Educación Física como profesor tutor en las aulas, debido a la observación sobre la presencia o ausencia en las aulas de algo que es obvio que todos tenemos, el cuerpo.

Desarrollo este TFG centrándome en momentos en los que lo corporal se puede hacer presente en el aula y conllevar con ello aprendizajes y beneficios, desarrollando una programación de cuñas motrices orientada para 1er ciclo.

“En relación con lo corporal, no solo se construyen aprendizajes específicos y se estimula el desarrollo motor, también surgen a lo largo del horario escolar semanal numerosas oportunidades en las que se reclama a el alumnado su silencio; se atiende a los intereses, deseos y necesidades que expresa, y se solicita su participación para lograr aprendizajes diferentes o para generar el ambiente que conviene a las intenciones escolares”

(Vaca, M. 2008: 51)

Esta cita muestra el interés del ámbito corporal, y justifica pues, que hable de la corporeidad en la escuela, como base de la que suscitan las cuñas motrices, dando pie a procurar y entender la corporeidad en la escuela y su interés educativo.

2. OBJETIVOS

Como ya ha sido citado, mi TFG se centra en una propuesta de cuñas motrices para primer ciclo y los objetivos que persigo con ello son los siguientes

1. Reflexionar sobre la corporeidad en la escuela y su interés educativo
Hacer hincapié en qué hay en la escuela de corporal. Tratar de abrir vías de reflexión crítica sobre sus necesidades, funcionalidad y beneficios.
2. Desarrollar una propuesta en la que se presentan 15 cuñas susceptibles de ser llevadas a cabo en un centro que.
Crear una propuesta de Cuñas Motrices manejable por los maestros y que permita desarrollar el ámbito corporal
3. Proponer situaciones en las que desarrollar aprendizajes por medio del cuerpo, de sus vivencias y sus vinculaciones.
Desarrollar aprendizajes, valores y hábitos vinculados al cuerpo y el movimiento por el alumnado

3. JUSTIFICACIÓN

Todas las personas estamos moldeadas a través de nuestras experiencias, las cuales en ocasiones son corporales y se relacionan con la manera por la cual entendemos y intervenimos en la realidad, en el mundo, en el día a día. Lo corporal es clave en el proceso de construcción personal

“El cuerpo que vivimos no es nunca verdaderamente y por entero nuestro. La experiencia corporal de cada cual esta penetrada de parte a parte por los demás y por la sociedad, que ha de entenderse como fuente, órgano y apoyo de toda cultura”

Sierra Zamorano, 2007: 1

Parece evidente pues, que las vivencias corporales en la jornada escolar infieran de manera directa en este moldeamiento, siendo este precisamente el campo que se analizará a continuación.

3.1 La corporeidad en la escuela

Toda acción humana conlleva la presencia del cuerpo, ya sea presente, silenciado, visible, invisible, etc. de tal forma que en la escuela el cuerpo está por tanto vigente pero ¿Cómo atiende lo corporal la escuela? Durante la formación en el Grado, hemos aprendido que modelos de educación hay muchos pero la realidad lleva a que hay un cierto acuerdo del modelo tradicional que aunque muchos de sus aspectos parecen caducos, sigue siendo la corriente más aferrada y la tomaremos de referente para el estudio de la corporeidad en la escuela.

Marcelino Vaca y Varela Ferrera (2008: pp. 39 y 48) proponen un estudio y una terminología de las diferentes maneras en las que el cuerpo se encuentra en el colegio, las cuales son las siguientes:

- “Cuerpo silenciado”: Aquel que muchos docentes querrían en sus aulas la mayoría del tiempo, un cuerpo que no infiere en el desarrollo de las clases.
- “Cuerpo implicado”: Se refiere al desarrollo del cuerpo en actividades que producen cierta tolerancia a este ámbito aunque sigue la estela del anterior de manera más suave.
- “Cuerpo suelto”: Referidos a los momentos de recreo, donde lo motriz y lo corporal de desarrolla de forma libre.

→ “Cuerpo instrumentado”: El cuerpo es el transporte para enseñar algo, el medio para desarrollar aprendizajes.

→ “Cuerpo Objeto de Tratamiento Educativo”: El cuerpo y lo corporal son objeto de aprendizaje, aquel que se desarrolla en las sesiones de Ed. Física y en las Cuñas motrices , como veremos más adelante.

Estos “cuerpos” intervienen en la jornada escolar, haciéndose más presente uno u otro dependiendo del momento y del tratamiento que el maestro le quiera pero también de la disposición del horario como recurso organizativo de la jornada.

Áreas	Primer ciclo	
	1er curso	2curso
CONOCIMIENTO DEL MEDIO NATURAL, SOCIAL Y CULTURAL	4	4
EDUCACIÓN ARTÍSTICA	2	2
EDUCACIÓN FÍSICA	3	2
LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	6	6
LENGUA EXTRANJERA	2	2
MATEMÁTICAS	4	5
RELIGIÓN/ ATENCIÓN EDUCATIVA	1,5	1,5
RECREO	2,5	2,5
TOTAL	25	25

La ORDEN EDU/1045/2007 de 12 junio regula la implantación y el desarrollo de la Ed. Primaria en Castilla y León. Como se puede observar en el cuadro anexo, el cual corresponde al primer ciclo de la etapa a la que nos referimos, el tiempo destinado para la Ed. Física y por tanto, el desarrollo

del Cuerpo Objeto de Tratamiento Educativo, a partir de ahora COTE, oscila entre las 2 y 3 horas semanales. Los centros mantienen una cierta libertad en cuanto a

destinar y priorizar materias temporalmente, por lo que en muchos casos el COTE queda disminuido a una parte mínima de la organización escolar.

Con respecto a los horarios semanales, ocurre el mismo acontecimiento. La disposición de las materias hace que el cuerpo ya no solo quede relegado a un segundo plano sino que además, se desarrollen situaciones en las que aparece el *surmenage* o *fatiga escolar*. Este hecho viene dado por la tolerancia limitada que tienen los cuerpos frente a las exigencias de los horarios semanales, que agolpan materias con un recreo en el medio, como modelo más frecuente sin atender a zonas de compensación, que más adelante veremos.

3.2 El cuerpo y el movimiento en el Currículum Oficial de Ed. Primaria

Según la ORDEN EDU/1045/2007, de 12 de julio, se estipula la maniobralidad de los docentes de creación de las programaciones didácticas, así como su desarrollo y su evaluación y la concreción de los objetivos, competencias, contenidos, criterios y por supuesto, la metodología. Cada docente tiene margen para aplicar su “Idearium” sobre educación dentro de los márgenes legales por tanto, la implantación de recursos con los que complementar metodologías y hacer partícipes lo corporal y las competencias, estaría del todo aceptado y acertado como práctica escolar.

En el Artículo 3, referente a los Fines se expone que se busca proporcionar a los alumnos una educación que afiance su desarrollo y bienestar tanto intelectual como CORPORAL desarrollando habilidades y hábitos, y por lo tanto, se contempla el ámbito que nos interesa.

En los objetivos podemos encontrarnos algunos referentes a nuestro campo de estudio

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

ñ) Conocer, apreciar y valorar las peculiaridades físicas, lingüísticas y culturales del territorio en que se vive.

Queda demostrado pues, que el Currículum Oficial hace referencia en sus disposiciones generales de la necesidad y la defensa de la presencia corporal en el ámbito corporal. Este hecho se hace muy claro cuando nos adentramos en la asignatura de Educación Física específicamente donde se disponen 5 bloques sobre lo corporal de los que subyacen una serie de contenidos, objetivos y criterios de evaluación.

1. El cuerpo: imagen y percepción
2. Habilidades motrices
3. Actividades físico artístico- expresivas
4. Actividad física y salud
5. Juegos y actividades deportivas

Como vemos, los bloques desarrollan los contenidos que son susceptibles de dar trabajados con el Cuerpo Objeto de Tratamiento Corporal.

3.3 La opinión de los maestros sobre el ámbito corporal

Con el fin de sumergir el tema del TFG presentado en la realidad de las aulas, se ha realizado un cuestionario¹ con preguntas abiertas y de opinión acerca de la corporalidad en el ámbito escolar. De manera general, me dispongo a condensar las apreciaciones frecuentes en las entrevistas a los docentes. Estos cuestionarios han sido llevados a cabo durante los primeros meses del primer cuatrimestre por compañeros alumnos de la EUE especialistas en Ed. Física, inglés, Generalistas y profesores de los centros de CEIP Melquiades Hidalgo de Cabezón de Pisuerga, (colegio público rural) y Ntra. Señora de La Consolación, Las Agustinas de Valladolid (colegio concertado urbano) y se ha tratado su información como anónima y confidencial con el objetivo de pretender la mayor sinceridad ante las preguntas exponiendo solo datos básicos (estudiante o docente, especialidad y centro)

Analizados los datos de forma anónima, las conclusiones extraídas son las siguientes:

- ✓ Los profesores especialistas de Educación física ven insuficientes las horas marcadas por el centro y se lamentan de que la materia no esté tan priorizada como otras, dejando el ámbito corporal en un segundo plano que durante el resto jornada no se atiende
- ✓ Los tutores mantienen que, los momentos de evasión corporal son necesarios pero no lo desarrollan en su mayoría
- ✓ Un factor que se repite es la narración de que en algunos momentos han tratado de crear metodologías en las que el cuerpo está presente pero han resultado inapropiadas debido a la falta de información de los maestros en este ámbito.
- ✓ La disposición de los horarios no da opción al tratamiento de lo corporal.
- ✓ No se lleva a cabo una coordinación entre docentes para llevar a cabo técnicas por las que favorezcan lo corporal ni disminuir la fatiga escolar. Además los maestros creen las dinámicas que favorecen lo corporal conllevan un trabajo muy laborioso como para enfrentarse a ello ante la posibilidad de no saber programarlo adecuadamente.

¹ El cuestionario lo podemos encontrar en el apartado de anexos, (A1).

- √ La atención a lo corporal se tiene en cuenta en las últimas horas de la jornada de forma desinhibizante o incluso solo el viernes, utilizando técnicas como modificaciones en el mobiliario.
- √ Solo uno de los profesores encuestados realiza cuñas motrices en inicios y terminaciones de sus clases, con el fin de dinamizar y relajar, casualmente, exalumno de la Escuela Universitaria de Educación de Palencia.

3.4 Mis reflexiones después de los Prácticum

Tras mi paso por el Grado he podido ver la realidad del docente desde dos enfoques muy distintos, desde el perfil de maestro y como especialista de Ed. Física. Ello ha conllevado que mi observación y análisis también se vea de esta enriquecido por los dos puntos de vista

→ Desde la perspectiva de de las practicas como maestra-tutor

En todo momento durante las sesiones aparecen los “cuerpos” que proponen Mracelino Vaca y Varela Ferrera (2008: pp39 y 48) y ya hemos visto anteriormente. El “cuerpo silenciado” por ejemplo cuando el profesor explica, el “implicado” cuando los niños para contestar tienen que levantar la mano, el “instrumentado” para contar con los dedos por ejemplo. Por contraposición el “suelto” se evita que aparezca e incluso con castigos y el COTE, solo se da en Educación Física. Todos los momentos, si se analizan, conllevan el desarrollo del ámbito corporal e incluso de acciones motrices involuntarias que hacen que el cuerpo se haga presente, desde girar el bolígrafo, mover las piernas, tocarse el pelo. ¿Quién no ha ido a la papelera a sacar punta a más de un lapicero para movernos y desinhibirnos? No atendemos lo suficiente pero con estas acciones, el cuerpo se hace presente en la escuela, promoviendo su necesidad por desarrollarse.

Además, en el aula aparecen innumerables actitudes y aspectos que su transfondo es corporal, por ejemplo la manera de enfrentarse los niños a la jornada tras una mala noche, las diferentes rutinas que tiene cada niño para ir al colegio, el aguante de cada alumno para adaptarse a sesiones que precisan de atención, si han estado enfermos, etc. Todo ello se ha de tener en cuenta a la hora de llevar a cabo las clases para conseguir el mayor rendimiento pero también para atender a las necesidades de los alumnos.

→ Desde la perspectiva de las prácticas específicas

Mi periodo de prácticas se ha basado principalmente en el primer ciclo de Ed. Primaria y por ello he podido ser consciente de aspectos que quizás en otros cursos están más ocultos. Los alumnos llegan con diferentes ritmos motrices a estos cursos debido a las experiencias corporales que han tenido, hay quien tiene un desarrollo motor muy desarrollado, otros tienen carencias en habilidades, etc. En muchas ocasiones me he encontrado ante situaciones en las que el COTE solo vinculado a las horas de Ed. Física ha sido insuficiente y los aprendizajes han sido adquiridos pero no desarrollados. Lo corporal y sus necesidades se hacen especialmente evidentes y su restricción al área de mi especialidad hace que no se desarrolle adecuadamente, no se atiende a las necesidades corporales que los alumnos tienen, se necesitan más momentos en los que el ámbito corporal aparezca y no solo se acote a Educación Física, aun sobre todo cuando el área es tratada como “maría” haciendo uso de ella si se necesita para otras asignaturas u asuntos del colegio.

4. DISEÑO

En epígrafes anteriores se ha argumentado la necesidad de buscar un proyecto de innovación que desarrolle el potencial corporal en el plano educativo y a su vez, sea un medio por el cual trabajar otros aspectos como competencias, habilidades, descensos de fatiga, técnicas, etc. En definitiva, desarrollar proyectos en los que partiendo de lo corporal y lo motriz se construyan no solo aprendizajes centrados y específicamente motores, sino se atiendan a las necesidades y limitaciones corporales. Es con este trasfondo con el que se presentan las cuñas motrices como proyecto propicio con el que trabajar lo citado.

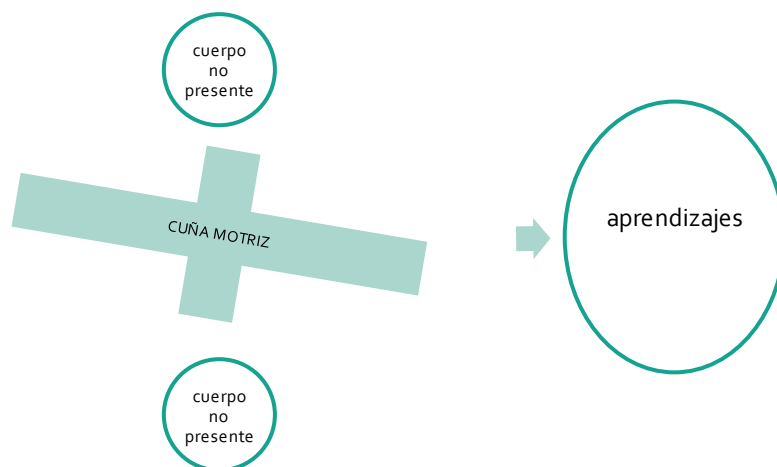
4.1 Las cuñas motrices

4.1.1 Definición

El concepto de **Cuña Motriz** es desarrollado por Marcelino Vaca Escribano desde una visión pedagógica del ámbito corporal.

“Las cuñas motrices son momentos generalmente cortos, pero realizados todos los días, suponen una interesante colaboración con los aprendizajes que pretendemos logren los alumnos... y que vienen a ser una especie de bisagra entre dos momentos de exigencia, en los que se ha solicitado que “el cuerpo pase desapercibido”

Vaca, M. 2002: 54



4.1.2 Características de las cuñas motrices:

- √ Ya hemos visto que se trata de intervenciones temporalmente breves, aproximadamente variables entre los 5 y los 10 minutos, con los que se pretende dos finalidades básicas:
 - ⊙ Desarrollar un aprendizaje motriz.
 - ⊙ Tratar lo corporal en momentos de la jornada escolar que no son específicamente dedicados al área de Ed. Física.
- √ Permiten una completa adecuación de las posibilidades del aula, así como las necesidades y limitaciones de los alumnos.
- √ Pueden tener o no relación con contenidos de otras áreas o contenidos transversales
- √ No son espontáneas, sino que forman parte de proyectos inmersos en la dinámica de programación del maestro.
- √ Deben de partir de la mayor sencillez posible para activarse y desactivarse brevemente, con el fin de agilizar y aprovechar el tiempo de dedicación.
- √ Las cuñas han de estar programadas desde una perspectiva de progresión, pudiendo aportar variaciones, retos, ... para que se puedan repetir en momentos diferentes del curso y poder comprobar el aprendizaje que se va construyendo con ellas.

4.1.2 Que enseña/aprender al desarrollar las cuñas motrices

Todos los contenidos de los Bloques que anteriormente hemos visto son susceptibles de enseñar en las cuñas motrices. En el desarrollo, se parte del autoaprendizaje, siendo conscientes de las limitaciones y posibilidades de cada uno, de tal modo que lo corporal se vea beneficiado en cuanto al control y conocimiento del propio cuerpo. Partimos pues de la ORDEN EDU/1045/2007, de 12 de julio de 2007, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León.

En referencia al Bloque 1, El cuerpo: imagen y percepción, el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices supone la adquisición de conocimientos y control corporal desarrollando de tal forma, la propia imagen y forjando la base de aprendizajes motores. En el nos encontramos contenidos sobre el esquema corporal, las posibilidades sensoriales, tensión y relajación, educación postural, lateralidad, equilibrio, relaciones espaciales, percepción espacial y temporal y aceptación de la realidad corporal.

Partiendo del Bloque 2, vinculado a las habilidades motrices. Estas habilidades suponen la consecución de movimientos eficientes haciendo participe de ello al dominio y control motor y conlleva toma de decisiones ante situaciones cambiantes o nuevas. En este apartado pues, encontramos cabida para las formas y posibilidades del movimiento, la resolución de problemas motores, el control de las habilidades motrices.

En cuanto a las actividades físicas artístico expresivas, inmerso en el Bloque 3, se fomenta la expresión a través del cuerpo y el movimiento del mismo y a su vez, técnicas de comunicación corporal. Ocupa pues, las posibilidades expresivas; los bailes, la danza, la mímica, la expresión de emociones y sentimientos y la comunicación no verbal.

La actividad física y la salud, Bloque 4, se toman como contenido transversal necesaria para una actividad física adecuada y favorable. Con el desarrollo de las cuñas motrices se pueden abordar temas relacionados con la salud. Temas tan preocupantes como la obesidad infantil o la postura corporal se pueden desarrollar con la implantación de las cuñas motrices. Un perfecto conocimiento del cuerpo así como de hábitos saludables puede crear efectos en los alumnos conciencia e implantación de rutinas beneficiosas para la vida y la salud de los niños. Según sostiene UNICEF en 2002 con el estudio *School Sanitation and Hygienes Education*, la educación debe de estar en relación permanente entre las familias y el colegio y la orientación de centrar temas relacionados con la salud. Es lógico pensar que con la cantidad de horas que los alumnos pasan durante las diferentes etapas de la educación en el colegio, este puede ser un escenario en el que comprender y aprender el valor y trascendencia física y mental, interiorizando comportamientos y hábitos sanos y saludables.

Para finalizar, el bloque 5 es el referente a los juegos y la actividad física, debido a su temática y contenidos son aprendizajes más complicados, o al menos desde mi perspectiva, de desarrollar con las cuñas motrices, por sus características referentes al tiempo y adecuación, pero el desarrollo de esta técnica de forma progresiva puede llevar a cabo contenidos de este bloque tales como juegos libres y organizados, cooperación y oposición, estrategias, juegos de pistas y actitudes favorables relacionadas con el juego

Es evidente pues, que todos los contenidos propuestos por el Currículum Oficial, el marco de enseñanzas mínimas de nuestro sistema educativo, pueden ser desarrollados para enseñar y aprender en las cuñas motrices.

4.1.3 Donde incluir las cuñas

Desde mi estudio y reflexión de la jornada escolar en prácticas he desarrollado un plan de momentos susceptibles de ser utilizados temporalmente para la realización de las cuñas motrices, los cuales, serán explicados tras el cuadro, a partir de un horario semanal tipo propio del Sistema Escolar español.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ZONAS DE ACOMODACIÓN				
CLASE	CLASE	CLASE	CLASE	CLASE
ZONAS DE COMPENSACIÓN				
CLASE	CLASE	CLASE	CLASE	CLASE
MOMENTOS DE ACTIVACIÓN/ DESHINIBICIÓN				
RECREO	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO
MOMENTOS DE RELAJACION/ ACOMODACIÓN				
CLASE	CLASE	CLASE	CLASE	CLASE
ZONAS DE COMPENSACIÓN				
CLASE	CLASE	CLASE	CLASE	CLASE
MOMENTOS DE RELAJACION Y DESHINIBICION				

Los momentos de desplazamiento al colegio no son iguales para todos los alumnos, unos viven cerca, otros lejos, los medios para ir al mismo son diferentes, etc. y ello conlleva que los ritmos de entrada tengan que ser acomodados a todos los alumnos, llamaré a estos momentos, *zonas de acomodación de ritmos*.

Como he dicho anteriormente, los horarios semanales de los alumnos no atienden al ámbito corporal, causando en ocasiones situaciones indeseables de fatiga escolar o surmerage. Propongo pues, crear *zonas de compensación* con los que tratar de apaliar estos problemas.

Con respecto a las *zonas de activación/ desinhibición* se trata de preparar, de liberar a los alumnos para que desarrollen su potencial educativo en los tiempos de recreo y por contraposición, los *momentos de relajación/ acomodación* son para adecuar los ritmos, para relajar tras el recreo.

Por último, tras la jornada escolar puede ser muy beneficioso la ruptura de la dinámica, preparándose para salir y dejando atrás estrés y situaciones académicas corporales, para ello propongo *momentos de relajación/ desinhibición* antes del fin de la jornada.

4.1.4 Formas de utilizar las cuñas motrices

Cuñas motrices de aula

Son aquellas cuñas a desarrollar por los maestros y maestras dentro de la jornada escolar. Se realizan en los momentos propicios por ejemplo, los propuestos en el epígrafe 4.1.3. Estas cuñas de aula forman parte de una programación que se desarrolla durante un periodo determinado, en el caso de la propuesta que será expuesta a continuación, un año lectivo.

Por lo general, la forma más utilizada para desarrollar las cuñas motrices es esta pero ya hemos reflexionado anteriormente en que el desarrollo continuo de los contenidos de las cuñas conlleva beneficios de aprendizaje y por ello, propongo una serie de momentos en los que las cuñas pueden ser tratadas de igual forma.

Cuñas motrices y familias

La vinculación de las familias con el colegio propicia que el desarrollo sea el máximo posible, este hecho ocurre igual con las cuñas motrices. El desarrollo y fomento de las cuñas motrices en el ámbito familiar produce que los aprendizajes se adquieran de una manera más efectiva. Nos encontramos pues, ante la necesidad de que las familias estén en vinculación con el centro, sean activas con el proceso de enseñanza de los alumnos y tengan disposición a la colaboración..

Cuñas motrices y actividades extraescolares

La formación de los alumnos no se ve exclusivamente relegada a las horas lectivas sino que el centro y los alumnos se ven relacionados a través de las actividades extraescolares, estos momentos pueden ser propicios para el desarrollo de cuñas motrices ya sea por una propuesta del monitor, es decir como un recurso a realizar durante las actividades extraescolares o como ampliación de las cuñas motrices de aula. Para ello es necesaria una vinculación entre los profesionales de las actividades extraescolares y los maestros.

Cuñas motrices y comedor escolar

Al igual que con las actividades escolares, el comedor es un momento en el que se pueden también desarrollar cuñas motrices pero en este caso, la coordinación ha de hacerse con el personal del comedor.

Cuñas motrices y recreos


Los recreos son los momentos en los que, el cuerpo es más presente y se desarrolla de forma libre. Estas situaciones también pueden ser utilizadas para desarrollar el potencial educativo de lo corporal con el desarrollo de intervenciones motrices. El recreo está directamente relacionado con el espacio donde se lleva a cabo, con los materiales de los que se dispongan pero también de la concepción de cuerpo y ocio que se tenga. Entran en juego, los conceptos de autonomía, de riesgo pero también las relaciones sociales que se desarrollan, sin las restricciones y necesidades del aula. El recreo es el espacio de ocio dentro de la jornada escolar y es necesario que este momento se adapten a tal fin.

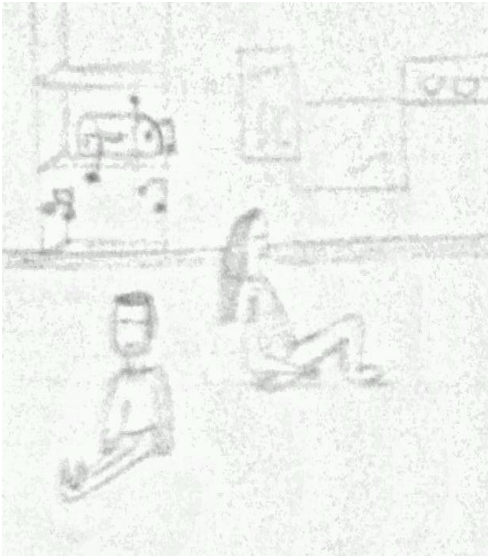
4.2 Propuesta de cuñas motrices para Primer ciclo de Ed. Primaria

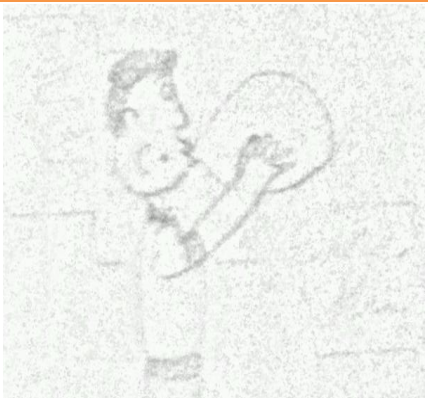
¿Por qué primer ciclo de educación primaria?


Durante todo el TFG se defiende la presencia de lo corporal en la jornada escolar en todo el proceso de enseñanza. La programación que propongo está orientada al primer ciclo puesto que el marco de referencia ha sido mi reciente paso por el Prácticum II en que he podido llevar a cabo una observación y análisis que ha contribuido en gran medida en mi diseño didáctico así como se han llevado a cabo algunas de las cuñas en las intervenciones que se me han permitido en el centro. Por otra parte, la implantación de un recurso en este ciclo permite que con el paso de los cursos pueda irse incluyendo y desarrollando en ciclos siguientes. Además, los alumnos de 1er ciclo presentan diferentes ritmos motrices acarreados por las vivencias corporales y las cuñas motrices pueden convertirse en un recurso en el que desarrollar actividades compensatorias del ámbito corporal

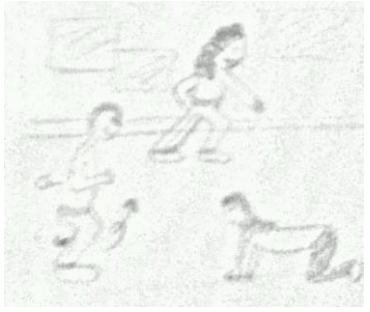
Dicho esto, paso a presentar mi propuesta de programación didáctica de cuñas motrices para 1 ciclo, que consta de 15 unidades y siguen todas, un esquema básico con el que centrar y esclarecer todos los factores necesarios para su aplicación.

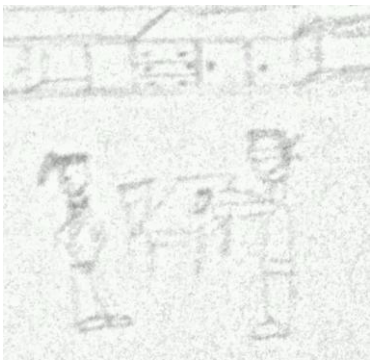
Título	¿Quién es?	Reconocimiento Corporal
En qué consiste	Partimos de realizar dos grupos entre los alumnos. Uno de los integrantes se tapaná los ojos y a través del reconocimiento facial adivinar quién es el integrante que tiene enfrente a través del sentido del tacto, el cual se habrá colocado previamente predispueto al reconocimiento	
Variaciones	<ul style="list-style-type: none"> a. Reconocer ya no solo a la persona sino también los rasgos gestuales que está efectuando b. Realizar reconocimientos corporales c. Moldeamiento de los rasgos gestuales para expresar otro sentimiento. 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	<p>Los grupos serán en la medida de lo posible lo más heterogéneos y buscando mejorar relaciones sociales.</p> <p>Para realizar la cuña de la forma más favorable se aconseja contar con un material con el que tapar los ojos (antifaz, pañuelo, etc.)</p>	
Vinculación a lo corporal	Desarrollo y exploración de posibilidades sensoriales utilizando la perspectiva táctil sobre partes del cuerpo, propiciando de tal modo, identificación corporal y su vinculación a lo corporal	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Desarrollo de valores sociales y mejora de las relaciones sociales promoviendo conductas de respeto hacia personas con limitaciones	
Competencias vinculadas	- competencia social y ciudadana→ en cuanto a que a través de ella se desarrolla una actitud vinculada a la comprensión y expresión de las sensaciones, desarrolla habilidades con las que comprender estados de ánimo y sensaciones.	
Momento de la jornada	Zonas de compensación.	

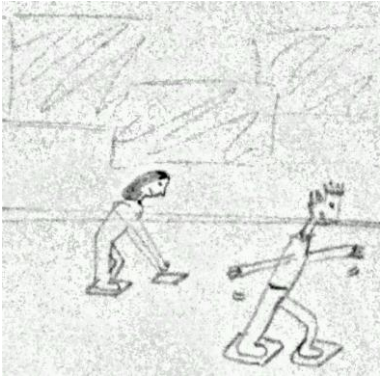
Título		Nos relajamos
En qué consiste	Nos disponemos con libertad por el aula contando con música relajante (se encuentra en el mercado con facilidad multitud de recursos) cerramos los ojos y empieza a sonar la música, con ello, dejamos que la música penetre y relajemos nuestro cuerpo con ello.	
Variaciones	<ol style="list-style-type: none"> a. Guiar con expresiones relajantes la actividad b. No privar de la visión con el fin de hacer más conscientes a los alumnos. c. Realizar la actividad en el gimnasio o sala de psicomotricidad. 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	Hay que asegurarse de “despejar” zonas para poder realizar la cuña con toda libertad corporal. Antes de comenzar hay que procurar mantener un ambiente propicio	
Vinculación a lo corporal	Toma de conciencia con el propio cuerpo en relación con situaciones de tensión relajación así como saber controlarlo para beneficio propio a través de técnicas y control corporal.	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Adquisición de estrategias y habilidades para controlar estados estresantes y extrapolarlo tanto a la vida cotidiana como a la académica.	
Competencias vinculadas	Competencia en el conocimiento e interacción con el mundo físico → puesto que entra en juego la presencia del cuerpo en un espacio contribuyendo con esta práctica a mejorar la salud tanto emocional como física.	
Momento de la jornada	Tras sesiones tensas.	


Título	¿Cómo respiramos? Conocimiento y control de la respiración.	
En qué consiste	<p>La cuña trata de descubrir, desarrollar y poner en práctica los tipos de respiración a través del llenado de globos, variando en las insuflaciones y alternando bucal/nasal.</p>	
Variaciones	<ol style="list-style-type: none"> Cambiar los tamaños de los globos, infiriendo en la fuerza y capacidad pulmonar que es necesario aplicar a cada caso. Llenar los globos de una solo insuflación para ser conscientes de las similitudes y diferencias de cada respiración. Realizar las insuflaciones bajo las directrices de cambios de ritmo marcados por el docente. 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	<p>Es necesario explicar y repetir bien los tipos de respiración en los momentos previos</p> <p>El material utilizado no es recomendable para niños de edades más pequeñas y es necesario prestar atención especial al material, así como hacer partícipes a los niños de los riesgos con el fin de no llegar a situaciones indeseables.</p>	
Vinculación a lo corporal	<p>Exploración y toma de conciencia de las diferentes vías, tipos y fases de la respiración, así como su experimentación para conseguir control respiratorio mejorando de tal modo, las practicas físicas.</p>	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	<p>La cuña transposiciona la mejora y la comprensión del mecanismo necesario de los seres humanos, siendo conscientes del cuerpo y creando hábitos de cuidado de la salud.</p>	
Competencias vinculadas	<p>Autonomía e interacción personal → encamina a que los alumnos mediante el conocimiento de si mismos sean capaces de desarrollar habilidades de mejora.</p>	
Momento de la jornada	<p>Zonas de compensación</p>	

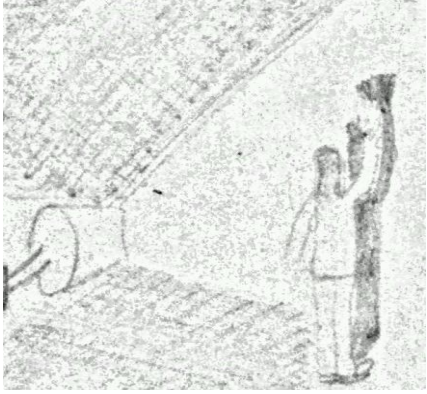
Título	Estiramientos	Educación Postural
En qué consiste	La cuña consiste en la mejora muscular tras sesiones en las que han sido “forzados” los mismos favoreciendo la actitud cultural, a través de series de estiramientos	
Variaciones	<ul style="list-style-type: none"> a. Realizar en parejas/pequeños grupos b. Utilizar apoyos comunes como ayudas (mesas, paredes, etc.) c. Mediante la dinámica en parejas, adoptar papeles en los que uno es el “maniquí” y el otro el “moldeador” de los estiramientos 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	Puesto que la jornada escolar supone un riesgo ante situaciones y desafortunadas muscularmente debido al exceso de estaticidad en las aulas es vital conocer y ser conscientes de dichos riesgos así como desarrollar una adecuada educación postural.	
Vinculación a lo corporal	Adquisición de hábitos de educación postural como método necesario de cuidado del cuerpo, partiendo de la movilidad orientada a la salud para paliar efectos negativos de la pasividad o el sobreesfuerzo.	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Llevar a la práctica una adecuada concienciación y adopción de la educación postural ya no solo en la jornada escolar, sino fuera de ella, teniendo como base el conocimiento y hábitos saludables.	
Competencias vinculadas	Aprender a aprender → puesto que desarrollo un habito transferible a otros ambientes y momentos con los que mejorar corporalmente Autonomía e iniciativa personal → pues conlleva la toma de decisiones de forma autónoma, y adquisición y practica de la ed. postural personal	
Momento de la jornada	Tras situaciones muscularmente muy activas o muy pasivas	

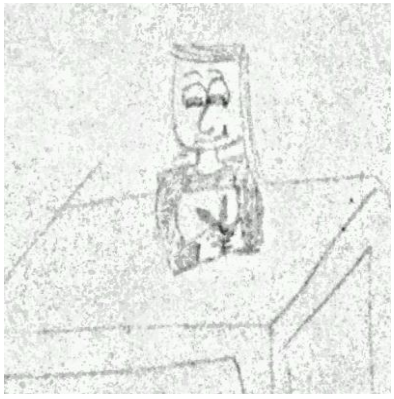
Título	Nos movemos como animales	Desplazamientos
En qué consiste	Se trabajarán los desplazamientos a partir del modelo de una animal. A la señal indicada por el docente, cada niño ha de levantarse y desplazarse por el aula imitando al animal elegido (saltando como un canguro, andando pausadamente como los caracoles, en cuadrupedia como los caballos, etc.) Con la pertinente señal, los niños volverán a su sitio del mismo modo	
Variaciones	<p>a. Incluir pautas e intercalar fases de (por ejemplo: animal/persona)</p> <p>b. Idem que el anterior pero concretando la forma de desplazamiento (por ejemplo: animal, saltando, animal, pata coja)</p> <p>c. Introducir pauta Stop e intercalar con el desplazamiento (por ejemplo: animal, stop, animal)</p>	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	Puesto que nos encontramos en el aula y no en la sala de psicomotricidad o en el gimnasio es necesario que se tengan en cuenta previsiones de seguridad.	
Vinculación a lo corporal	Experimentación de formas de desplazamiento y control de las habilidades motrices que inferan en los mismos, de forma diversa, teniendo en cuenta la exploración personal de las posibilidades de variación individual.	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Los desplazamientos son un campo de contenidos en el Currículum dentro del área de EF que suscita de la necesidad del cuerpo de moverse, de trasladarse, etc. en cada plano vital.	
Competencias vinculadas	<p>Competencia en interacción con el medio físico → ya que el cuerpo se desplaza por un espacio determinado a través de posibilidades motrices.</p> <p>Competencia de aprender a aprender → ya que se explora formas motrices que serán adquiridas en prácticas del mismo tipo mas complejas</p>	
Momento de la jornada	Zonas de compensación.	

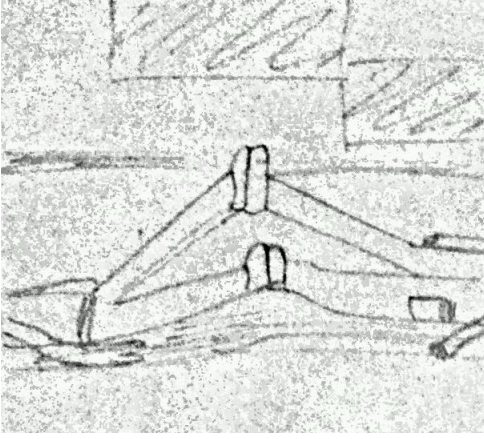
Título	¿Dónde está?	Percepción espacial
<p>En qué consiste</p>	<p>Se divide el grupo en parejas y cada una elegirá un objeto. Uno de los integrantes de la pareja abandona la clase mientras que el otro esconde ese objeto por el aula. Tras ello el “buscador” entra en clase y comienza a moverse por la clase libremente con las indicaciones espaciales de su compañero hasta encontrar el objeto</p>	
<p>Variaciones</p>	<ol style="list-style-type: none"> a. Realizar en grupos b. Esconder todos lo mismo y procurar además no encontrar el equivocado c. Retar a un buscador y el resto de la clase 	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Las parejas han de ser lo más heterogéneas posible tratando de reforzar situaciones sociales.</p> <p>Se debe de limitar las zonas atendiendo a la previsión de riesgos.</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Desarrollo de las nociones asociadas a relaciones espaciales así como su vinculación, utilización y conciencialización de su necesidad en la vida.</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>Cotidianidad de las nociones que interfieren en el mundo físico y espacial.</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia en el conocimiento e interacción con el medio físico → se interviene en un espacio determinado y se traspone estas nociones a su utilización en cualquier otra aplicando percepciones.</p> <p>Competencia social y ciudadana → mediante el trabajo en parejas se fomentan los vínculos de las relaciones sociales.</p> <p>Autonomía e iniciativa personal → las percepciones y nociones, así como su aplicación al medio físico, conlleva tomar decisiones personales.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

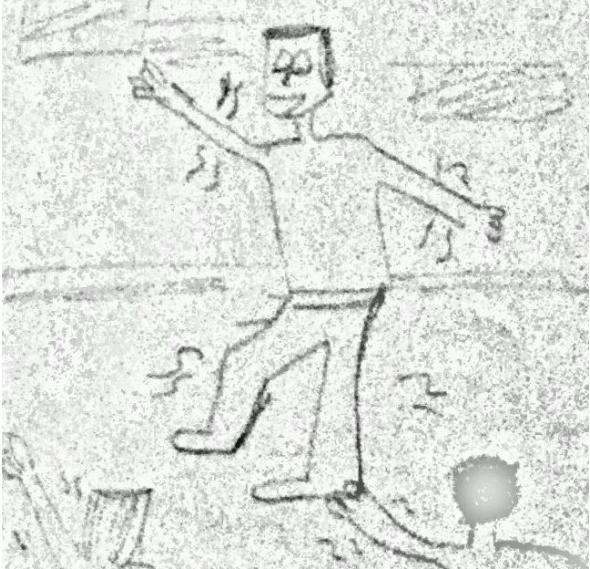
Título	Mi barquita en el mar	Equilibrio
En qué consiste	<p>Partimos de tener preparados dos folios/hojas que no nos sirvan (fomentando la conciencia medioambiental) y se toma el suelo de la clase como si de un mar lleno de pirañas se tratara. A partir de esto, se trata de movernos por la clase apoyando los pies solo en las barquitas, los folios, e ir alejando y moviendo las hojas, de uno en uno, propiciando situaciones de equilibrio-desequilibrio.</p>	
Variaciones	<ol style="list-style-type: none"> Realización en parejas promoviendo equilibrios conjuntos Cambiar el tamaño de las barquitas y con ello la base de sustentación Utilizar las barquitas de toda la clase, de forma cooperativa 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	<p>Adecuar el aula para evitar riesgos ante situaciones de desequilibrios</p> <p>y Aprovechar material reutilizado</p> <p>Marcar metas de llegada para procurar dinamismo</p>	
Vinculación a lo corporal	<p>Experimentación de situaciones tanto de equilibrio estático como dinámico, modificando apoyos, centro de gravedad y sustentación</p>	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	<p>El equilibrio es una capacidad que interfiere en cualquier acción motriz, lo cual lleva a la necesidad y cotidianidad de la misma.</p>	
Competencias vinculadas	<p>Autonomía e iniciativa personal → ya que su desarrollo conlleva tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones que están vinculadas con la autosuperación, perseverancia y actitud positiva</p> <p>competencia en aprender a aprender → pues conecta directamente con el conocimiento de las posibilidades y carencias de uno mismo, desarrollando aprendizajes motores generando autoconfianza con la superación de metas.</p>	
Momento de la jornada	<p>Zonas de compensación</p>	

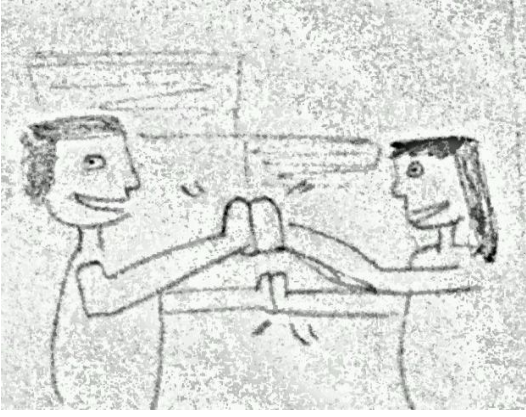
Título	¿Con que le doy mejor?	Lateralidad
<p>En qué consiste</p>	<p>Desplazarse por el aula dando toques a un globo, diferenciando izquierda y derecha, desarrollando de tal modo la discriminación de lateralidad.</p>	
<p>Variaciones</p>	<ol style="list-style-type: none"> Guiar los toques, marcando e intercalando la derecha y la izquierda. Incluir otras habilidades como giros, saltos, reptas, etc. Variar el material 	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Puesto que otras cuñas están relacionadas con el material, y aprovecharlo.</p> <p>Buscar que los niños exploren e investiguen haciendo reflexionar, preguntando incluso personalmente, para que la conciencia de la lateralidad sea más efectiva.</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Discriminación, control y toma de conciencia con la lateralidad predominante en cada individuo en la intervención de las extremidades superiores.</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>La lateralidad influye en el día a día de toda persona (cuando recoges un objeto, con la mano que comes, pie dominante, etc.)y el conocimiento de afirmación de la lateralidad conlleva no solo un mejor conocimiento corporal sino también su forma de utilizarlo.</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia en aprender a aprender → puesto que propicia el conocimiento de puntos fuertes y débiles de cada persona, facilitando vinculaciones y creciendo a actividades motrices más complejas.</p> <p>Autonomía e iniciativa personal → implica la toma de decisiones con autonomía progresiva en situaciones en las que se busca mejora.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

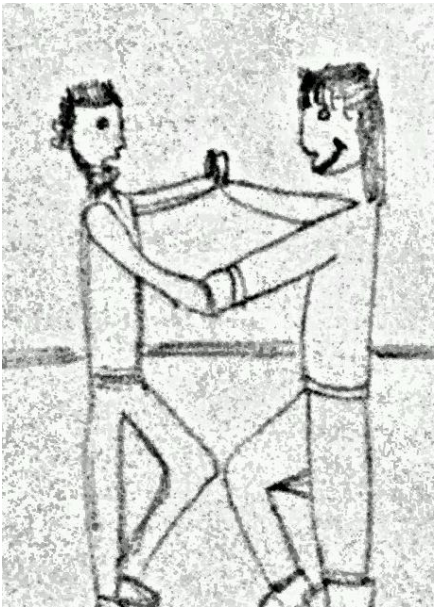
Título	Las sombras	Expresión corporal
En qué consiste	A partir de un punto de luz (lámpara, foco, etc) directamente en una pared, con ello conseguiremos poder hacer sombras jugando con la posición de las manos, imitando objetos, animales, ...	
Variaciones	<ul style="list-style-type: none"> a. Utilizar objetos que faciliten y complementen b. Realizarlo con todo el cuerpo c. Crear historias improvisadas 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	Prever y preparar el material a utilizar Dejar explorar libremente a los niños antes de comenzar las variaciones, si fueran a llevarse a cabo	
Vinculación a lo corporal	Experimentación de las formas corporales vinculándolo a la comunicación y expresión del cuerpo, consiguiendo posibilidades y disfrute mediante la misma	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Desarrollo de la creatividad ante estímulos cotidianos y descubrimiento de posibilidades ante situaciones monótonas.	
Competencias vinculadas	<p>Competencia en interacción con el medio físico → puesto que se trata de una serie de interacciones motrices en un espacio determinado, mejorando estas inflexiones</p> <p>Competencia cultural y artística → expresión de ideas de forma creativa a través de la exploración y utilización de recursos corporales</p>	
Momento de la jornada	Zonas de compensación	

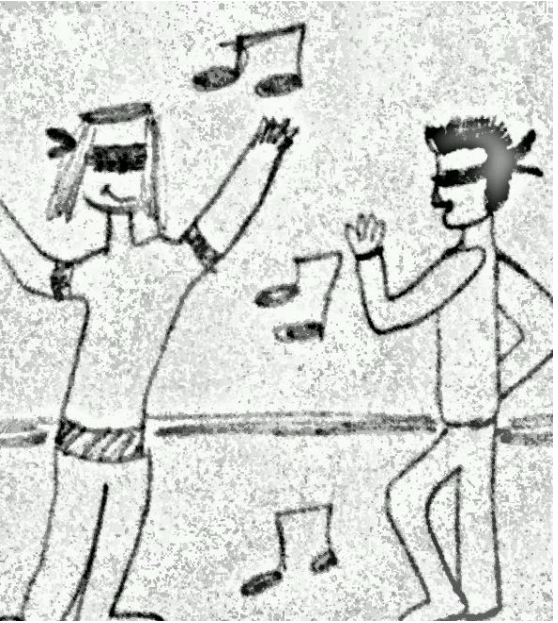
Título	Lazadas y nudos	Habilidades manipulativas
En qué consiste	A través de seguir modelos y pasos propuestos por el docente, la cuña persigue que a través de la repetición, se aprenda a realizar uno de los grandes retos de la infancia, hacer nudos y atarse los cordones de diferentes maneras y tipos, propiciando las habilidades manipulativas.	
Variaciones	<ul style="list-style-type: none"> a. Combinar e incrementar la dificultad b. Realizar en objetos comunes (zapatos por ejemplo) c. Crear roles en parejas de realización/ supervisión 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	<p>Procurar material a todo los alumnos y si no fuera posible, realizarlo en parejas en que uno realice y otro ayude.</p> <p>Marcar los pasos de forma clara y repitiendo con frecuencia las directrices</p> <p>En el caso de que alumnos sepan realizar casos concretos, encargarse ellos de enseñar a sus compañeros y ayudarles</p>	
Vinculación a lo corporal	Desarrollo de habilidades que implican manejo de objetos (habilidades manipulativas) vinculándose con la coordinación y ajuste de la fuerza y precisión.	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	La cuña desarrolla habilidad de motricidad fina, la cual se emplea desde un enfoque cotidiano (atarse los cordones) al académico (escribir). El desarrollo y control de la habilidad confiere bases para el desarrollo de prácticas manipulativas básicas y complejas.	
Competencias vinculadas	<p>Autonomía e iniciativa personal → debido a que se desarrolla a través de decisiones que de manera progresiva conlleva a situaciones autónomas.</p> <p>Competencia aprender a aprender → pues es un aprendizaje motor que facilita transferencia a tareas motrices más complejas y genera autoconfianza en su desarrollo.</p>	
Momento de la jornada	Zonas de compensación	

Título	Piecitos	Coordinación segmentaria
<p>En qué consiste</p>	<p>Tumbados en el suelo, se trata de hacer movimientos coordinativos y posturales en parejas con los segmentos corporales inferiores.</p>	
<p>Variaciones</p>	<ol style="list-style-type: none"> a. Ojos cerrados b. Realización en grupos c. Incluir música cambiante respecto al ritmo 	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Realizar en un espacio amplio y con material adecuado (colchoneta, tatami, moqueta, etc.) por lo que es necesario en ocasiones reubicar mobiliario.</p> <p>Proponer ritmos, formas y coordinaciones que guíen si fuera necesario la actividad,</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Toma de conciencia de los segmentos inferiores, partiendo de la exploración corporal y coordinación, con el fin de conseguir control y valoración de la intervención de la zona</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>Desarrollo del concepto de la coordinación como enriquecedora y necesaria.</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia social y ciudadana → la realización de actividades en pareja suponen una acomodación y relación con otras personas y por ello, posibilita la educación en habilidades sociales como situaciones cooperativas que propician la solidaridad, la integración y el respeto.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

Título	El director de orquesta Posibilidades expresivas del movimiento	
<p>En qué consiste</p>	<p>Uno de los niños previamente elegido es el “director de los movimientos”, mientras que el resto reproduce los movimientos que está realizando.</p>	
<p>Variaciones</p>	<ol style="list-style-type: none"> Cambiar y marcar ritmos Introducir más de un “director de movimientos” Ordenes contrapuestas. 	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Indicar y animar a buscar formas dinámicas del esquema corporal e incluso ayudar y proponer movimientos que impliquen más dificultad y coordinación, procurando evolución y dinamismo.</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Exploración corporal de posibilidades y experimentación coordinativa y motriz influyendo en relaciones espaciales</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>Desarrollo de la creatividad como fuente de movimiento y expresión</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia cultural y artística → contribuye a la expresión a través del cuerpo en movimiento</p> <p>Competencia social y ciudadana → las actividades colectivas son un medio de relación, integración y respeto que conllevan cooperación y solidaridad.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

Título	Palmaditas	Cultura motriz
<p>En qué consiste</p>	<p>Reproducción de cultura motriz a través de la coordinación de los segmentos corporales superiores, juegos de palmitas.</p>	
<p>Variaciones</p>	<p>a. Realizarlo en grupos b. Realizarlo en movimiento c. Creación grupal/parejas</p>	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Por lo general, por ser culturalmente ligado a las niñas, es necesario romper con los clichés, fomentando la participación activa y disfrute de todos los alumnos</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Exploración y conciencia del esquema motriz del tren superior, así como vinculación con la coordinación a través de canciones motrices populares.</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>Al tratarse de juegos populares, está directamente vinculado con la forma de entender el mundo, la visión crítica de los valores sociales y la propia percepción personal. Además estas prácticas son beneficiosas ante malos hábitos como el sedentarismo y la lejanía de la acción motriz como forma de disfrute. Fomenta a su vez la creatividad y la coordinación entre compañeros.</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia social y ciudadana → la dinámica hace propicio el desarrollo de habilidades sociales</p> <p>Competencia cultural y artística → la apreciación cultural lo potencia así como la expresión mediante posibilidades del movimiento y recursos culturales.</p> <p>Competencia en comunicación lingüística → ofrece multitud de intercambios comunicativos, normativos y vocabulario.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

Título	El espejo	Conocimiento corporal
<p>En qué consiste</p>	<p>A través del trabajo por parejas, realizar sincronizaciones como si de un espejo se tratara, buscando similitudes, diferencias, apoyos, equilibrios, etc. a través de la búsqueda corporal conjunta.</p>	
<p>Variaciones</p>	<p>a. Incluir música, jugando con ritmos b. Dinámica de cambios de parejas c. Realización de grupos</p>	
<p>Orientaciones pedagógicas y didácticas</p>	<p>Las relaciones sociales pueden verse reforzadas si las parejas están orientadas con tal fin.</p> <p>Indicar que se busca la coordinación, no solo individual, sino también de los integrantes y para ella es necesario comenzar con situaciones sencillas incrementando poco a poco la dificultad</p>	
<p>Vinculación a lo corporal</p>	<p>Toma de conciencia motriz en situaciones que requieren equilibrio y coordinación con un compañero</p>	
<p>Vinculación con otras áreas y temas transversales</p>	<p>Desarrollo del concepto de trabajo en grupo y cooperación entre personas con tintes beneficiosos, aplicando además conductas de respeto y empatía.</p>	
<p>Competencias vinculadas</p>	<p>Competencia cultural y artística → pues se expresa ideas y sentimientos de forma creativa mediante lo motriz</p> <p>Competencia social y ciudadana → el desarrollo de dinámicas en parejas y grupos conlleva educación en habilidades sociales.</p>	
<p>Momento de la jornada</p>	<p>Zonas de compensación</p>	

Título	Bailando	Expresión corporal
En qué consiste	Expresarse a través del baile, con los ojos cerrados, procurando que se deje atrás prejuicios, estrés, y vergüenza, quedando solo la expresión de lo sentido	
Variaciones	<ul style="list-style-type: none"> a. Cambiar los tipos de música b. No privar de la visión c. Establecer contacto corporal con el grupo 	
Orientaciones pedagógicas y didácticas	<p>Variar ritmos y tipos de música para favorecer el desarrollo sensorial y más ampliamente.</p> <p>Si se opta por privar la visión, hay que tener en cuenta el material necesario</p>	
Vinculación a lo corporal	Desarrollo de capacidades de expresión y comunicación no verbal a través de habilidades motrices y teniendo como medio la danza y las posibilidades de movimiento	
Vinculación con otras áreas y temas transversales	Desarrollo del gusto por la música y la danza, así como búsqueda y empleo de la misma para diferentes momentos ligados a los sentimientos y la desinhibición	
Competencias vinculadas	<p>Competencia cultura y artística → contribuye a la expresión mediante la utilización de posibilidades del movimiento</p> <p>Autonomía e iniciativa personal → emplaza al alumnado a tomar decisiones en las que manifestar actitudes y crea hábitos de desinhibición</p>	
Momento de la jornada	Final de la jornada	

4.3 Reflexiones sobre las cuñas motrices

Las cuñas motrices son un recurso por el cual se puede desarrollar el Cuerpo Objeto de Tratamiento Pedagógico fuera de la escasa disposición de horas que se ofrece de Educación Física y se presta atención a las necesidades corporales. Durante mi estancia en los centros he podido ser partícipe del ámbito corporal en las aulas (véase punto 3.4) y he podido comprobar durante mi periodo de prácticas que el desarrollo de las cuñas motrices conlleva validez y funcionalidad, potenciando aprendizajes, marcando y ayudando a las diferencias corporales. He podido llevar a cabo momentos en que lo motriz se ha hecho presente, disminuyendo el tiempo del cuerpo silenciado. Todo ello a través de la implantación de cuñas motrices.

Cuando expuse mi disposición a desarrollar cuñas motrices en las aulas, el profesorado no puso oposición pero tampoco creían en que las cuñas pudieran llegar a desarrollarse con contenidos concretos. Poco a poco, mostré que es un recurso que además de los beneficios que he repetido en numerosas ocasiones durante este Trabajo de Fin de Grado, es accesible a los maestros, fácil de llevar a cabo y necesario para la jornada escolar.

La propuesta diseñada parte de una tabla²² diseñada en colaboración con mi tutor en la que tratar de exponer todos los aspectos necesarios: título relacionado con el contenido o contenidos que desarrolla, variaciones, orientaciones pedagógicas y didácticas, vinculación a lo corporal, vinculación con otras áreas y temas transversales, competencias vinculadas y momento de la jornada en que se desarrolla. Estos ítems condensan las características, proceso y aprendizajes para que de manera clara sea accesible a los maestros que vayan a desarrollar la cuña motriz. Algunas las he desarrollado en los centros de prácticas y lo ideal hubiera sido colocar fotos, y no dibujos, pero ha sido una circunstancia que no ha podido darse pero es aconsejable que de modo explicativo, se anexasen si se desarrollan en una clase.

Los desarrollos son claves claras sencillas atendiendo a que se trata de intervenciones temporales breves con los que perseguir un desarrollo motriz y tratar el ámbito corporal.

Frente a las variaciones es lógico pensar, que debido a su carácter de progresión haya vías que persigan desarrollos de contenidos más complejos, las variaciones propuestas son orientativas pues cada caso necesitara de unas variaciones específicas en cada caso, adecuándolo al caso concreto del grupo.

²² La tabla puede encontrarse en los anexos, A.2

Las orientaciones pedagógicas y didácticas son ayudas a su desarrollo para el maestro, pudiendo anticiparse ante situaciones o tener en cuenta aspectos para mejorar el desarrollo.

El punto importante, lo referente al COTE, la vinculación con lo corporal, partimos que estas cuñas no forman parte del tercer grado de concreción a la hora de programar, sino del cuarto. He tratado de desarrollar todos los bloques de contenido en mis cuñas, siendo de tal forma una propuesta que se pueda llevar a cabo atendiendo a favorecer el desarrollo general del Cuerpo Objeto de Tratamiento Corporal. El maestro en colaboración con el especialista tiene que tener la habilidad de saber qué punto débil y fuertes necesita desarrollar en mayor o menor grado, utilizándose no solo como herramienta en la que desarrollar lo corporal en momentos de la jornada, sino desarrollar aprendizajes motrices adecuados.

Hemos citado en las características que pueden tener relación o no con otros contenidos u otras áreas, mi propuesta atiende en todas las cuñas a este apartado, creando de tal forma aprendizajes más enriquecedores.

En cuanto al momento de la jornada, en el punto 4.1.3 expongo una serie de momentos propuestos desde mi análisis y reflexión susceptibles de ser utilizados para el desarrollo de las cuñas. En mi propuesta hago especial hincapié en las zonas de compensación pues son en las que los niños especialmente necesitan, desde mi punto de vista, momentos de desarrollo corporal. esto también es variable, siendo los maestros los que tienen que observar analizar y decidir en que momentos es más propicio el desarrollo de las cuñas para cada caso.

En definitiva, mi propuesta es una base en la que apoyarse y desarrollar las cuñas atendiendo a las necesidades y características concretas de cada caso.

5. Conclusiones

Mi Trabajo de Fin de Grado, como ya ha sido citado en ocasiones, surgió tras la observación y análisis de situaciones en las que la jornada escolar no atendía la necesidad corporal, mi base para ello fue, además de los aprendizajes durante los cuatro años de carrera, la asignatura de Potencial Educativo de lo Corporal. No ha resultado fácil pues, el tema parece no tener la importancia que al menos yo veo y que pocos autores y especialistas se han adentrado en ello plenamente. Mi TFG surge de mis posibilidades académicas, pero también de las personales. Haciendo hincapié en mis vivencias, en mi modelo de enseñanza, en mis puntos fuertes pero también en mis debilidades. Con el fin de estructurar mis conclusiones, paso a dividir las en los siguientes epígrafes.

5.1 Sobre el tema

El TFG, centrado en la Propuesta de Cuñas Motrices para Primer ciclo, parte de la corporeidad y el cuerpo como objeto de tratamiento educativo. Principalmente no iba a tratar la corporeidad como parte importante pero una vez inmersa en el trabajo, era parte indispensable pues, como especialista entiendo la Educación y la Motricidad como un compute indisoluble, pero cuando explicaba mi tema a mis allegados, no era fácil que entendieran que la corporalidad es una parte presente y activa en las aulas, de una manera u otra y es importante tratarla. Lo tratado en mi Trabajo de Fin de Grado son pinceladas superficiales que confío en poder ir desarrollando y aprendiendo más sobre el tema pues a partir de ello, la investigación, la indagación y la involucración parece haber suscitado en mi una necesidad de conocer y saber más sobre todo ello y lo creo indispensable para completarme como docente, ya no solo especialista. De la misma manera he podido darme cuenta de la importancia vivencial que tiene el cuerpo, de cómo la vida y las experiencias muestran nos condicionan y nos hacen ser como somos y por ello, lo que el colegio supone para el ámbito corporal y su proyección a la vida de los alumnos.

5.2 Sobre los objetivos del TFG

Con respecto a los objetivos que me marqué para el Trabajo de Fin de Grado, los cuales pueden verse en el punto 2, creo haber llegado a ellos con mi TFG. He reflexionado, interiorizado e indagado sobre la corporeidad en la escuela, soy mucho más consciente de que es algo que está presente y es importante tratarlo, partiendo de una reflexión crítica de la realidad de las aulas. Por otra parte creo que mi propuesta es un recurso fácilmente accesible a cualquier maestro que quiera desarrollar cuñas motrices en su jornada académica, partiendo desde una propuesta manejable y susceptible de ser tratada para un

curso o un ciclo e incluso atiende a variaciones y guía para que se adapte a las necesidades de cada contexto, teniendo como premisa el desarrollo de aprendizajes por medio del cuerpo, de sus vivencias y sus vinculaciones y por tanto, creando valores y hábitos vinculados al ámbito corporal.

5.3 Sobre la propuesta

Con respecto al desarrollo de las 15 cuñas, reconozco que me ha costado muchísimo pues ha supuesto un esfuerzo de centralización y exigencia muy elevada, quizás porque mi concepto de cuña motriz no estaba adecuadamente definido. Otro de los factores a tener en cuenta es que, aunque he podido guiar algunas de mis propuestas en el centro de prácticas, no puedo tener referencia de su desarrollo y su evaluación posterior aunque espero, poder llevarlo a cabo en un futuro y seguir complementando esta propuesta.

Dicho lo anterior, quiero confirmar que si antes veía claro un ámbito corporal en el colegio fuera de la asignatura de Educación Física desde un punto de vista centrado en lo que había estudiado, ahora tengo mi propia reflexión crítica sobre el tema, de una forma personal y afianzada, gracias a la realización del TFG. Me he adentrado al tema dejando atrás la visión de estudiante, reflexionando como futura maestra y abriendo vías que espero desarrollar y llevar a cabo en mi futuro profesional. Podría decir que he dejado de ver el tema como objeto de estudio para un examen y ahora lo interiorizo como parte de mi formación como docente.

6. Bibliografía

- **Scharagrodsky, Pablo** (2007). El cuerpo en la escuela. *Programa de capacitación multimedial*. Buenos Aires. Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología.
- **Sierra Zamorano, Miguel Ángel** (2007) El cuerpo en la Ed. Física. Algunas aportaciones e invitación a la reflexión. *Revista digital Ef. y Deportes*. Buenos Aires. Años 2012 n° 20115
- **Snel, M, Ganguly S. Kohli, C. y S. Shordt**, 2002 School Sanitation and Hygienes Education. Unicef. India
- **Vaca Escribano, Marcelino**, (2008) Motricidad y aprendizaje. El tratamiento pedagógico del ámbito corporal. Grao. Barcelona.
- **Vaca Escribano, Marcelino y Varela, Mª Soledad**, (2008) Estoy dentro de mi cuerpo. *Cuadernos de Pedagogía*. N° 353. Pp.39-48
- **Vaca Escribano, Marcelino** (2007) Un proyecto para una escuela con cuerpo y en movimiento. *Ágora para la EF y el Deporte*, n° 4-5 pp. 91- 110

Marco legal

- ORDEN EDU/1045/2007, de 12 de julio de 2007. por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (LOE)
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Otros

- Apuntes de la Asignatura Potencial Educativo de lo Corporal, impartida por Lucio Martínez Álvarez durante el año lectivo 2012/1013

7. Anexos

a. 1.

Docente	<input type="checkbox"/>	Especialidad	Edad
Estudiante	<input type="checkbox"/>	Especialidad	Edad

El cuestionario parte de preguntas abiertas susceptibles de opinión crítica. El resultado de la en cuenta será utilizado para la elaboración del TFG referente a la programación didáctica de cuñas motrices por lo que se pide la mayor implicación posible y para ello, los datos serán anónimos.

1. Según su experiencia y valoración, ¿ el ámbito corporal es exclusivo del área de Educación Física o está presente como interdisciplinar en el centro?

2. Cree en la necesidad de atender lo corporal en la escuela o por el contrario es un campo que no debe atenderse.

3. ¿La materia de Educación Física está prevalecida al mismo nivel que el resto de áreas? ¿Es favorable este hecho?

4. ¿Cree que los alumnos y alumnas hacen participe su corporalidad favorablemente en la jornada corporal?

5. Los comportamientos y ritmos llevados en las clases de aula, ¿cree que necesitan de estrategias con las que apoyar o desarrollar aprendizajes a través de la vivencialidad?

6. ¿Cree que es posible llevar a cabo estrategias dentro de la jornada escolar con las que desarrollar lo corporal o por el contrario no es necesario?

7. ¿es posible buscar un modelo de escuela en el que atender a lo corporal? Justifique su respuesta.

8. Ha usado o conoce técnicas y recursos potenciando lo corporal en el aula. Si es así indique su grado de satisfacción.

a. 2.

Título	El espejo	Conocimiento corporal
En qué consiste		
Variaciones		
Orientaciones pedagógicas y didácticas		
Vinculación a lo corporal		
Vinculación con otras áreas y temas transversales		
Competencias vinculadas		
Momento de la jornada		