



Universidad de Valladolid

**LA TIMIDEZ DESDE LA EXPRESIÓN Y
LA COMUNICACIÓN CORPORAL EN
EDUCACIÓN INFANTIL:**

**Desarrollo de la confianza, la autonomía y el
autoconocimiento**

(Trabajo fin de grado)

Palencia, Junio 2013

Autora: ALBA HOLGADO PROAÑO

Tutor académico: FRANCISCO ABARDÍA COLÁS

RESUMEN

La autora de este trabajo propone atender la timidez a partir de la expresión y la comunicación corporal, desarrollando la confianza, la autonomía y el autoconocimiento, los tres ejes en torno a los cuales girara la programación llevada al supuesto contexto de un aula de niños y niñas de cinco años.

Según las características psicológicas y biológicas de la etapa en la cual nos situamos, Educación infantil, subrayamos la labor del cuerpo y el movimiento como centro del desarrollo de la personalidad de los niños y las niñas.

Palabras clave: Timidez, expresión y comunicación corporal, confianza, autonomía, autoconocimiento, cuerpo y movimiento.

ABSTRACT

The author of this research work suggests taking care of the shyness with expression and body language, developing trust, autonomy and self-knowledge. These are the three main points that will make work the schedule if it is used in a five years old children's classroom. Following the Preschool Education's psychological and biological characteristics, we affirm the importance of the body and the movement as base for developing the children's personality.

Keywords: shyness, expression and body language, trust, autonomy, self-knowledge, body and movement.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. OBJETIVOS GENERALES TFG.....	2
3. JUSTIFICACIÓN.....	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	6
A) Psicomotricidad.....	6
B) Expresión y comunicación corporal.....	7
C) Emociones y cuerpo.....	8
D) La timidez.....	9
E) Confianza, autonomía y autoconocimiento.....	12
F) Relajación.....	14
5. METODOLOGÍA.....	14
5.1. Justificación.....	14
5.2. Descripción general de las sesiones.....	16
5.3. Destinatarios.....	17
5.4. Objetivos generales de las actividades.....	18
5.5. Organización y distribución temporal.....	19
5.6. Organización y distribución espacial.....	20
5.7. Recursos utilizados.....	20
5.7.1. Marioneta.....	20
5.7.2. Cuentos motores.....	21
5.7.3. Música.....	22
5.7.4. Espejos, globos, pañuelos y fotografías.....	23
5.8. Objetivos específicos y contenidos.....	25
5.9. Esquema funcional de las sesiones.....	26
5.9.1. La ciudad de los leones.....	26
5.9.2. El país de los gigantes.....	30
5.9.3. La tribu Keyú.....	34
5.9.4. La charca de los enanos.....	38
5.10. Evaluación.....	41
6. CONCLUSIONES, VALORACIONES FINALES E IMPLICACIONES EDUCATIVAS.....	42
7. REFERENCIAS.....	44

8. ANEXOS.....	I
Anexo 1.....	I
Anexo 2.....	II
Anexo 3.....	VIII
Anexo 4.....	XXI
Anexo 5.....	XXII

1. INTRODUCCIÓN

La timidez es una emoción común en nuestra sociedad. Con frecuencia observamos rasgos tales como no mirar directamente a los ojos, ruborizarse, sudar o que el pulso se acelere y los relacionamos con que esa persona será tímida.

Pero de hecho, todos/as en alguna ocasión hemos experimentado esa sensación, ante personas desconocidas, al enfrentarnos a situaciones nuevas, delante del chico/a que nos gusta, cuando en clase salimos a la pizarra, al exponer una idea que nos inquieta, en una entrevista para un puesto de trabajo, etc. Esto no quiere decir que seamos tímidos, sino que sentimos vergüenza ante determinadas circunstancias, casi siempre ante situaciones novedosas o importantes para nosotros. Al superar ese momento de tensión y seguir con la acción que estábamos desempeñando, nos sentimos satisfechos y agradecidos con nosotros mismos, formamos una energía positiva que se expande hacia los que nos rodean y al vernos nosotros bien los demás nos ven mejor.

En cambio, si permitimos que ese sentimiento de mal estar continúe, cada vez será mayor, nos impedirá continuar con nuestra acción y formaremos una barrera invisible dentro de nosotros y entre nosotros y los demás. En esta situación de mal estar al relacionarse con la sociedad se encuentran las personas tímidas.

En este trabajo analizaremos la timidez desde la expresión y la comunicación corporal. Desde el cuerpo y el movimiento, centro del desarrollo de nuestra personalidad y de nuestras emociones, podremos llegar a conocer las causas de esa situación, y a partir de la confianza, la autonomía y el autoconocimiento trabajar para que esa barrera invisible desaparezca o no se llegue a construir.

Llevaremos estos tres ejes al aula de 5 años a través de una programación que se llevará a cabo en las sesiones de psicomotricidad, ya que el cuerpo tendrá un papel fundamental en la formación de los niños y niñas de la etapa de Educación Infantil.

2. OBJETIVOS GENERALES TFG

En el proceso de elaboración de este trabajo llevado a cabo en el cuarto curso del grado de Educación Infantil, pretendo establecer unos objetivos que me sirvan de guía según transcurran los días y que contribuyan a esa formación profesional que la elaboración de una investigación propia puede aportar. Los objetivos generales que me he marcado son los siguientes:

- Afianzar una actitud crítica e investigadora, ampliando y adaptando mis conocimientos continuamente, comparando y aprendiendo de diversos autores y teorías.
- Consolidar el hábito de reflexionar sobre mi propio trabajo, analizando mis actuaciones, escritos y pensamientos.
- Desarrollar mis características individuales como docente, conocerme y a partir de ahí seguir aprendiendo.
- Elaborar un proyecto útil y aplicable a la práctica educativa.
- Aplicar los conocimientos obtenidos a lo largo de estos cuatro años de formación a un trabajo, una propuesta educativa que se centra en un tema específico.
- Ampliar mis conocimientos sobre el tema escogido y centro de interés en éste trabajo, desde lo más general como el área de la psicomotricidad y la expresión y la comunicación corporal, hasta la relación de nuestro cuerpo con las emociones, y en concreto la timidez en Educación Infantil.
- Llevar algo tan abstracto como una emoción a unos objetivos y actividades concretos, evaluables y tangibles.
- Adecuar los objetivos a una realidad práctica, bien contextualizados y claros.

3. JUSTIFICACIÓN

Con el fin de argumentar debidamente la importancia de este proyecto se tendrán en cuenta las bases legales que apoyan el trabajo de fin de grado, además de las justificaciones necesarias para el tema del trabajo.

Encontramos la explicación legal de este TFG en el artículo 12 del REAL DECRETO 1393/2007, por el que se establece la finalización del Grado con la elaboración y defensa pública de un trabajo que recoja las competencias asociadas al título cursado, en mi caso Educación Infantil. Para un conocimiento más detallado de la normativa reguladora del TFG, debemos dirigirnos a la Resolución de 3 de febrero de 2012, del Rector de la Universidad de Valladolid, por la que se acuerda la publicación del Reglamento sobre la elaboración y evaluación del Trabajo de Fin de Grado, BOCyL 15 de febrero de 2012.

La elección de este tema, las emociones y en concreto la timidez, ha sido el fruto de una reflexión personal del trabajo hasta ahora realizado, durante mi formación en el grado de Educación Infantil.

Lo he querido enfocar desde una perspectiva corporal, ya que considero que los y las niñas de educación infantil son movimiento. Desde su nacimiento, incluso antes, interactúan, tanto con el medio externo como con ellos mismos, instintivamente, mediante su cuerpo. Tienen la necesidad de moverse, de explorar y de jugar.

A partir de sus vivencias van adquiriendo conceptos nuevos y afianzando los aprendizajes ya obtenidos, de manera que las experiencias de cada persona le otorgarán un bagaje emocional, social, cognitivo y motriz que irá marcando la formación de una estructura de pensamiento diferente en cada individuo. A partir del movimiento los conceptos se harán vivenciales y por ello es fundamental que la expresión y la comunicación corporal sean una parte importante del funcionamiento diario del aula, sobre todo en estas edades en las que estas primeras experiencias educativas marcan sus futuros aprendizajes.

Según autores como P. Salovey, J. D. Mayer, Howard Gardner, Maurice J. Elias, Steven E. Tobias, Brian S. Friedlander o Daniel Goleman, las emociones son un pilar fundamental en la educación del niño y la niña. Como afirma Gardner (1983), no existe una sola inteligencia, sino que en su teoría de las inteligencias múltiples señala hasta siete (lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, corporal-cinestésica, interpersonal e intrapersonal). En este trabajo me centraré en las inteligencias interpersonal e intrapersonal

que, aunque últimamente se tienen más en cuenta, tradicionalmente como indican Bisquerra (2002), Fernández Domínguez (2005) y Juan Casassus (2007), se han visto más destacadas otras que sí se pueden medir por el cociente intelectual. De esta manera se observa que desde temprana edad se resalta la importancia de aprender a leer, escribir y contar, incluso en los últimos años aprender inglés es un hecho común en algunos centros escolares, y de igual manera he pretendido destacar otras capacidades como el desarrollo de la confianza, el autoconocimiento y la autonomía, que considero se deben trabajar desde la infancia para favorecer su crecimiento personal, puesto que no nos limitamos únicamente a pensar racionalmente sino que con ello van implícitas una serie de emociones, y es igual de importante saber pensar de manera lógica que comprender nuestras emociones.

Siguiendo esta línea, Goleman (1995) dice que “tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente”. Este autor nos habla de la inteligencia emocional, es decir, aquello que abarca todas las capacidades que nos permiten resolver problemas relacionados con las emociones y los sentimientos, ya sean los nuestros propios como los de los demás. Por ello en este proyecto se resaltarán la educación de las emociones que, como apunta Alexander Ortiz Ocaña (2009), son impulsos que nos mueven para actuar, a partir de un estímulo externo nuestro cuerpo reacciona, por ello la expresión y la comunicación corporal está tan relacionada con las emociones.

Este trabajo mostrará también un enfoque sociológico, en el que se tendrá en cuenta que los seres humanos somos sociales por naturaleza, y que muchas de nuestras conductas son consecuencia de esa sociedad que nos condiciona, de tal manera que nuestra forma de actuar dependerá de la confianza que tengamos en nosotros mismos y como indica el autor Thomas J. Scheff, de nuestra relación con las personas que nos rodean. En su teoría sociológica sobre la vergüenza parte de que mantener los lazos o vínculos sociales es el más importante de los motivos humanos. Además afirma que la vergüenza y el orgullo serán las emociones sociales básicas que marquen nuestro comportamiento ya que ambas indican a la persona el estado de sus relaciones. Al sentirnos bien ante otras personas nos mostramos orgullosos, pensamos que lo que hacemos es correcto y favorecerá esos lazos afectivos que hemos consolidado, en cambio cuando tenemos una concepción negativa de lo que hacemos y pensamos que los demás no lo verán bien sentimos vergüenza, y ésta es una emoción que duele. Siguiendo la teoría de este autor sobre la vergüenza, otra razón para realizar este trabajo será, por tanto, aportar a los y las niñas confianza en ellos mismos y la libertad de expresarse, indagar, experimentar, confundirse y aprender, sin que se sientan mal por ser como son, que sepan apreciar su individualidad y a la vez sean capaces de

empatizar con otras personas, no juzgarlas sino intentar entenderlas, ya que como señala Alexander Lowen (1994) cada cultura adopta un sistema de valores y en base a esos patrones se sentirá vergüenza en circunstancias diferentes, es decir, que lo que en un lugar es socialmente aceptado en otro puede ser una causa para avergonzarse.

Muchas personas, además se sienten avergonzadas de sus propios sentimientos, no se conocen y no entienden lo que les ocurre y se sienten débiles ante ello. Por eso se hace imprescindible que desde temprana edad se trabaje el autoconocimiento, no sólo físicamente sino íntegramente, con el fin de sentirse seguros con su identidad y presentarse a la sociedad de forma individual, sin dejarse influir por los patrones establecidos en un determinado lugar. Me centraré en trabajar la confianza, el autoconocimiento y la autonomía, capacidades fundamentales para que algo tan natural como relacionarse con otras personas no suponga una barrera, que tengan las herramientas adecuadas para manifestar sus ideas y emociones a una sociedad crítica, y la timidez no se lo impida.

Este trabajo no es algo aislado del grado de Educación Infantil que he realizado en estos cuatro años, sino que es el resultado de una reflexión de las asignaturas cursadas, de las experiencias de prácticas y de forma global de mis conocimientos adquiridos. Aunque me haya centrado en el área de expresión y comunicación corporal, en conjunto, cada asignatura me ha aportado conocimientos y un bagaje necesario para la realización de este trabajo, ya que aquí reflejo como soy, y he llegado a esto por haber pasado por todos esos momentos.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

- A. Psicomotricidad
- B. Expresión y comunicación corporal
- C. Emociones y cuerpo
- D. Timidez
- E. Confianza, Autonomía y Autoconocimiento
- F. Relajación

Con el fin de establecer una relación coherente entre la teoría y la práctica, a continuación se detallarán las bases que apoyan las actividades programadas en este trabajo. Comenzando por la psicomotricidad, de la que nos serviremos para conseguir nuestros objetivos de forma vivenciada, y siguiendo por la expresión y la comunicación corporal, la cual se relacionará con las emociones y el cuerpo. Por último nos centraremos en una emoción concreta, la timidez y en los tres ejes principales de este proyecto, los cuales pretenden potenciar las relaciones saludables de las personas y evitar las posibles barreras sociales: la confianza, la autonomía y el autoconocimiento. Además enfocaremos la relajación como herramienta aplicable en casos de timidez.

A. PSICOMOTRICIDAD

A lo largo de la historia se han ido formulando variedad de términos dualistas que engloben el cuerpo y la mente, relacionando nuestro interior con el entorno. Las influencias de Descartes (1637), y autores como Lièvre y Staes (1992) o Fonseca (1996) son ejemplos de ello.

En el ámbito educativo hablar de psicomotricidad es algo relativamente reciente. Dupré (1909) fue el primero en referirse a éste término de carácter médico en un primer momento. A partir de Picq y Vayer (1969), Lapierre y Aucouturier (1977) se introduce la psicomotricidad al ámbito educativo, el cual nos dirige directamente al niño o niña, un cuerpo que se expresa y desarrolla a través del movimiento.

Siguiendo el pensamiento de autores como Ajuriaguerra (1976), Wallon (1980), Le Boulch (1983) y Piaget (1985), observamos que el movimiento se configura como la manera más apropiada para los niños y las niñas de Educación Infantil de adquirir nuevos conocimientos, puesto que desde antes del nacimiento el cuerpo ya es el principal método de aprendizaje que utilizamos. A través de él pueden manipular, experimentar, indagar,

descubrir, comunicarse e ir construyendo las estructuras cognitivas, motrices y afectivas que marcarán el desarrollo posterior y lo condicionarán. Para Arnaiz (1988), “el itinerario que realiza el niño en la sala de psicomotricidad, le hace evolucionar a nivel sensoriomotor, emocional y cognitivo, permitiéndole acceder al pensamiento operatorio y, por tanto, a los aprendizajes escolares”.

La educación psicomotriz aporta una formación globalizada e íntegra, dirigiéndose a la persona en su totalidad. Además al ser un método educativo de interacción activa, el niño/a es protagonista de este proceso lo que permite vivenciar el aprendizaje, potencia la motivación por seguir aprendiendo y hace que los nuevos conocimientos sean más significativos para él/ella.

Siguiendo la teoría que propone Ajuriaguerra (1979) existen tres niveles de integración del esquema corporal: el cuerpo vivido, el cuerpo percibido y el cuerpo representado. La etapa en la que vamos a trabajar en esta programación corresponde al cuerpo percibido, que va desde los 3 hasta los 7 años. En este momento el niño/a percibe e interioriza su propio cuerpo y la interacción de éste con el mundo exterior. Tiene ya un control de su cuerpo global y segmentaria y una motricidad transitiva y expresiva.

B. EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL

Siguiendo el camino de la psicomotricidad, nos encontramos con la necesidad de los niños y niñas de relacionarse con su mundo interior y exterior a través del movimiento, aquí es donde se sitúa la expresión y la comunicación corporal.

Basándome en la definición de Guillermo Bolaños (1991, pág. 237), la expresión corporal es “una forma de comunicación humana en la que se utiliza como medio el cuerpo y su movimiento”. Además de permitirnos transmitir ideas y sentimientos, es un lenguaje común a todas las personas.

A través de la expresión y la comunicación corporal los niños y las niñas de Educación infantil desarrollan aspectos relacionados con el cuerpo como el equilibrio, el tono muscular, la coordinación y la salud física, y de igual manera otros como los conceptos espaciales y temporales, la relación de los objetos y el desarrollo de la creatividad. Además del respeto a los demás, el trabajo en grupo, la vivencia de emociones y deseos y la sexualidad. En definitiva, la expresión y la comunicación corporal tiene un papel fundamental en el desarrollo de nuestra personalidad, como indican Bolaños y José Emilio Palomares (2011).

En el ámbito escolar, la práctica de la expresión corporal favorece el autoconocimiento, mejora su comunicación intrapersonal e interpersonal, potencia la autoestima, da confianza para equivocarse, sentir y aprender.

Como indican autores como Diego Montesinos Ayala (2004) e Yvone Berge (1985), tan sólo puedes aprender de ti, el profesor será una guía pero la expresión de éste, que para él será sincera y por lo tanto válida, para otra persona será una mera imitación y por lo tanto no válida. Cada persona debe expresarse y comunicarse corporalmente siguiendo sus emociones e ideas, conociéndose, por lo que una comunicación corporal no será buena o mala sino que debemos preguntarnos si ha expresado o no.

C. EMOCIONES Y CUERPO

Para realizar una correcta comunicación corporal, según lo dicho hasta ahora, debemos conocer nuestras emociones y nuestro cuerpo, con el fin de poder utilizarlos como herramientas para una buena relación intrapersonal e interpersonal.

En muchos casos las personas no son capaces de mostrar sus propias emociones y sentimientos, ni de reconocer lo que otra persona les intenta transmitir, debido a que no se conocen y no desean conocer la gran variedad de emociones que los humanos experimentamos. Esto acarrea un conflicto en sus relaciones y como consecuencia en su personalidad como nos indican algunos autores como Manuel Segura (2003) y Margarita Arcas (2003). Por ello, sobre todo en los últimos años, se ha comenzado a trabajar desde la escuela la inteligencia emocional, término que popularizó Daniel Goleman en 1997.

Mayer y Salovey definieron en los años 90 la inteligencia emocional como “la habilidad de percibir y hacer uso de la gama de emociones que uno experimenta, de la misma manera que la inteligencia tradicional consiste en la habilidad de usar destrezas verbales y matemáticas” (pág 151).

La emoción es “un proceso complejo, multidimensional, en el que están integradas respuestas de tipo neuro-fisiológico, motor y cognitivo” (Mireya Vivas, Domingo J. Gallego, Belkis González, 2006, pág. 17). Al sentir una emoción nuestro cuerpo reacciona de forma innata a ese estímulo, de manera que sonreímos, lloramos, gritamos o nos sonrojamos, nuestras pulsaciones aumentan, sudamos o se nos seca la boca. El conocer nuestras emociones y aquello que las provoca influirá en nuestra personalidad. Si disfrutamos de nuestro cuerpo, de las emociones que podemos llegar a experimentar, nuestra vida será saludable, nos sentiremos bien con nosotros mismos, pero si luchamos

por reprimir esas emociones, por no atender nuestra inteligencia emocional, entraremos en conflicto con nosotros y en consecuencia, con nuestro entorno.

D. LA TIMIDEZ

Dentro de las emociones, la que nos ocupa hoy el estudio es la timidez.

Al intentar definir esta emoción nos encontramos con que algunos autores hablan de vergüenza y timidez de forma similar, sin distinción entre un término y el otro, mientras que otros distinguen la vergüenza como un sentimiento puntual en una determinada ocasión y la timidez como un rasgo de la personalidad del individuo. Nosotros nos centraremos en la timidez desde esta segunda perspectiva.

Etimológicamente el término *timidez* procede del latín *timidus*, que significa temeroso. La Real Academia Española define a la persona tímida como “temeroso, medroso, encogido y corto de ánimo” (R.A.E., 1992). Ya en esta definición se observan rasgos corporales relacionados con esta emoción, como son el bajar la mirada, esconder la cara, encoger el cuerpo, sonrojarse o que el corazón se acelere.

La timidez es una emoción social, muy común en nuestra sociedad pero de difícil comprensión en muchos casos, como indica DecCantazaro (2001). Algunos autores como Itziar Etxebarria (2006), Izard (1971), Ellis y Becker (1989), Greenberg y Paivio (1999) y Darwin (1872), relacionan la timidez con una autoevaluación negativa que la persona se hace al mostrarse ante otras personas, viéndose incompetente en aquello que está haciendo o no bien valorado por los demás, de lo que derivan sentimientos de miedo, ansiedad y dolor y la interrupción de la acción. Estos autores coinciden en que la persona tímida imagina lo que los demás pensarán al verla y por ello se ruboriza y no puede continuar con lo que hacía.

En cambio para otros como Zimbardo (1977) y Radl (1985), la timidez es un mecanismo de defensa que permite a la persona evaluar situaciones novedosas a través de una actitud de cautela con el fin de responder adecuadamente a esa nueva situación. Siempre y cuando, el nivel de timidez de esa persona no llegue a causarle un mal estar.

En los últimos años se han hecho algunas posibles clasificaciones del nivel de timidez de las personas, con el fin de saber en que momento llega a ser perjudicial. Sergi Banús Lloret (2013) diferencia entre una timidez leve e incluso socialmente adecuada, y la timidez como patología, es decir, cuando llega a un extremo en el cual supone una dificultad social al individuo.

Por su parte, Zimbardo, distinguió tres grupos o niveles: en el primero estarían todas aquellas personas que prefieren no relacionarse con los demás, aunque no temen la interacción social optan por estar solos.; en el segundo grupo estarían aquellas personas con poca confianza en sí mismos, con insuficientes habilidades sociales y sentimientos de vergüenza que les hace rechazar la relación con los demás; y en el tercer grupo se encontrarían aquellas personas que les atemoriza no conseguir sus expectativas sociales o culturales. Según esta clasificación podríamos entender que el primer nivel no provocaría mal estar al individuo, y es al que se refiere el autor al hablar de la timidez como un mecanismo de defensa, y los otros dos niveles si serían un conflicto para la persona en sus relaciones sociales.

Buss (1986) distingue entre la timidez ligada al miedo a los demás y la relacionada con la auto-observación. La primera surgiría en el primer año de vida del niño/a, y se manifiesta a través de la ansiedad provocada por la inseguridad ante la presencia de extraños. La segunda aparecería a partir de los cuatro o cinco años, cuando el niño/a toma conciencia de sí mismo como una persona social expuesto a la evaluación de los demás.

Para autores como Buss, Erikson (1969) o Sergi Banús Lloret, ya se observa la timidez en los niños y niñas desde temprana edad. A partir del año o dos años ya comienzan a dudar de sus propias capacidades y a mostrar rasgos de timidez, como evitar el contacto social con otras personas, no verse capacitado como los demás niños/as, hablar poco aunque tenga un buen desarrollo lingüístico, tener miedo a lo desconocido, sentirse mejor con personas adultas que con otros niños/as. Puesto que éstos son problemas interiorizados, es decir, que no alteran en gran medida el desarrollo del aula, no se ha centrado hasta hace pocos años el trabajo en estos niños/as, tanto como en otros aspectos curriculares.

Otros autores como Alexander Lowen (1994) y Martín (1997), destacan la espontaneidad de los y las niñas, quienes sí se dejan llevar por sus sentimientos y emociones y sus acciones son libres. Para estos autores la timidez es una barrera que nos impide tener una buena salud emocional, nos coarta la espontaneidad y nos limita la libertad de acción. Relacionan la aparición de la timidez con el establecimiento de valores y normas en una determinada cultura, de manera que se educa a esa sociedad estableciendo vínculos de vergüenza con aquellas actitudes que no sigan los valores marcados.

En concreto, en nuestra cultura, nos educan para sentir vergüenza con aquello que este relacionado con las funciones corporales de excreción y sexualidad, algo que en otras culturas no sucede. Por todo ello, resaltan la importancia de educar valorando lo positivo de cada persona sin avergonzar al niño/a con lo negativo.

Siguiendo el pensamiento de estos autores y otros como Gray (1993), Corley (1992) y Zahn-Waxler (1992), la causa de la timidez podría ser aprendida, es decir, educada desde la niñez. El entorno más cercano del niño/a marcará la construcción de su personalidad, y en nuestra sociedad este papel pertenece en su mayor parte a la familia y la escuela.

Los padres y madres con poca constancia en las normas, poco participativos o sobreprotectores suponen las principales causas del desarrollo de la timidez infantil. Los niños y niñas se sienten inseguros en ese ambiente, poco apreciados o incapacitados para desenvolverse con seguridad y confianza en sus relaciones sociales. Los niños/as necesitan seguridad emocional, un ambiente familiar estable, con muestras de cariño y confianza en ellos. Y de igual manera en el centro escolar.

También puede desarrollarse la personalidad tímida en los niños/as, debido a una falta de experiencia en situaciones sociales, ya sea porque le cuesta más adaptarse a ellas o porque no se le ha permitido practicarlas. En ocasiones aprenden a utilizar la huida como respuesta ante situaciones que les ponen nerviosos y así evitan los sentimientos de miedo, y cada vez las utilizarán con mayor frecuencia.

Además, puede surgir por imitación, si en su entorno se encuentran profesoras/es, compañeros/as o familiares evitan las relaciones sociales con los demás, el niño/a puede imitar esta conducta. De hecho, en las personas tímidas es frecuente encontrar familiares que también lo son. En estudios realizados, Rosenbaum (1991) encontró una correlación del 80% entre padres que mostraban ansiedad en las relaciones sociales y niños/as con rasgos de timidez.

Otros autores como Torgensen (1979), Cheek y Zonderman (1983) y Plomin y Daniels (1986), contemplan la causa de la timidez en la infancia desde una perspectiva genética. Se ha identificado un gen que condiciona la personalidad del niño con algunos rasgos que los psicólogos relacionan con la timidez (5-HTTLPR). Además se ha comprobado que existe en el 20% de las personas una hipersensibilidad innata que predispone a algunos niños/as a sufrir más por algunas experiencias infantiles y ser luego tímidos (Carl Jung, 1920).

Kagan y Reznick (1986), puntúan que no todos los niños/as que nacen con esta carga genética acaban siendo tímidos, aunque tengan más probabilidades, pueden aprender a ser más extrovertidos. Ni que todos los que son tímidos tienen por causa la genética sino que puede haber sido aprendido.

E. CONFIANZA, AUTONOMÍA Y AUTOCONOCIMIENTO

Para que la timidez no suponga una barrera que les impida relacionarse con los demás y conocerse a sí mismos, nos centraremos en estas tres capacidades, las cuales están relacionadas entre sí y que desarrolladas desde una edad temprana favorecerán su salud emocional y el crecimiento personal.

Al hablar de confianza podemos encontrarla en uno mismo o en la confianza que nos brinde nuestro ambiente. En el primer caso, nos aporta una convicción de que podemos conseguir aquello que nos propongamos. Si al autoevaluarnos encontramos errores y en vez de aprender de ellos y que nos sirvan de motivación para superarnos, los vemos como algo por lo que sentirnos mal, esta actitud se repetirá hasta acabar teniendo miedo a equivocarnos. Confiar en nosotros supone una señal de autoestima e influirá de forma positiva en el desarrollo personal y la relación con los demás. (Antonio Estanqueiro, 2006).

Esta autoconfianza se verá vinculada a su entorno, según el grado de amor y confianza que le brinden, se sentirá capacitado de realizar aquellas acciones adecuadas a su nivel, además de valorarse como miembro del grupo e ir adquiriendo mayor predisposición a intervenir en el aula. Es necesario conocer el nivel de cada niño/a con el fin de encontrar un equilibrio entre la ayuda o guía que necesita y el “dejar hacer” por parte de los maestros/as.

Autores como Begoña Learreta (2006), Kiki Ruano (2006) y Miguel Ángel Sierra (2006), indican que mediante el juego, los niños y niñas irán adquiriendo mayores responsabilidades y con ello se sentirán más valorados y confiarán en sus propias capacidades y en las de su grupo.

A medida que se les otorga mayor autonomía se desarrolla en ellos una imagen de sí mismos más segura y capacitada, confiada.

El juego otorga al niño/a la posibilidad de ser autónomo, de marcar sus propias normas, sus límites y de esa manera no sentir miedo a equivocarse o a experimentar vergüenza. (Maier, 1965).

A estas edades, quieren probarse, conocer sus posibilidades y marcar sus ritmos. La autonomía cada vez les atrae más, Erikson (1950, pág. 45) dice que “la iniciativa añade a la autonomía la cualidad de emprender, planificar y acometer una tarea por la sola razón de ser activo y estar en movimiento”. Los niños y niñas están descubriendo cómo son, imitan a las personas de su entorno y experimentan, necesitan practicar, por ello debemos de darles esa autonomía. Para este autor, la libertad del niño/a y la estimulación de la iniciativa y la imaginación son claves en la formación de la personalidad.

La autonomía proporcionará a los y las niñas la ocasión de conocerse y expresarse, tener en cuenta los sentimientos de los demás a la hora de actuar, así como responsabilizarse de sus actos y poder tomar sus propias decisiones y consensuar las normas. Es importante que los niños/as vean que sus ideas y emociones se tienen en cuenta, que son personas y forman parte de la sociedad, animándoles a ser independientes y a la vez responsables, proporcionando un clima de afecto que permita desarrollar esa autonomía, cada uno a su ritmo de desarrollo.

Esta autonomía puede traer en ocasiones conflictos al niño/a que tendrá que ir superando, aprendiendo de sí mismo y de su entorno. Por esto es importante que se conozca a sí mismo.

El autoconocimiento permite a la persona ser consciente de sus capacidades y limitaciones, con lo que será posible que a partir de éstas siga aprendiendo. Además de que al conocerse podrá manejar sus ideas y emociones, sin miedo a sentirse desorientado, un rasgo común en los niños/as tímidos. Cuando los y las niñas saben reconocer sus habilidades y recursos, se sienten bien consigo mismo y al darse cuenta de sus progresos desarrollan una mayor confianza en su capacidad de aprender.

Algunos autores como Wallon (1959), Ballesteros (1982), Gazzano (1984), Gantheret (1961), M^a Teresa Farreny y Gabriel Roman (1997), relacionan el autoconocimiento con la formación de la noción de esquema corporal. El cuerpo es el vínculo entre el mundo exterior y nuestras sensaciones. Según estos autores, la formación de la personalidad está unida a la formación de nuestro esquema corporal, a través de nuestro cuerpo y el movimiento podemos llegar a conocernos a nosotros mismos.

El autoconocimiento lleva al conocimiento de los demás, y el amor y la comprensión de uno mismo conducen a comprender y amar a los demás.

F. RELAJACIÓN

La relajación será muy beneficiosa en momentos de ansiedad, o desconcierto, en los que la persona no es capaz de manejar la situación, es decir, que no controla sus emociones o su entorno es nuevo y desconocido. Rasgos todos característicos de una situación de timidez.

En estos casos saber relajarse le servirá como herramienta para organizar sus pensamientos, sus ideas y emociones y volver a una situación emocionalmente satisfactoria.

Según autores como Smoller (1996) y Alexander Lowen (1993) la relajación comienza con la toma de conciencia de la respiración, la cual es energía. El oxígeno aumenta la capacidad energética del organismo y su movilidad, la fatiga y la mala ventilación, por el contrario, producen déficit de energía e incluso nos hace sentir deprimidos.

La técnica de visualización, utilizada en sesiones de relajación, favorece la imaginación de los niños y niñas, además de reducir los niveles de ansiedad (Gaia Medina y M^a del Carmen La Valle, 2006), mediante esta técnica podemos llegar a conseguir una relajación profunda (Según Gawain, 1995).

El medio en el cual se realizarán estas sesiones de relajación será el suelo, que al ser limpio y cálido, como indica Yvone Berge (1985), permite hacer ceder las tensiones musculares.

5. METODOLOGÍA

5.1. JUSTIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

La importancia de este tema la podemos encontrar legitimada en el REAL DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. Como señala el área de “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”, la construcción de la identidad será un proceso gradual en el cual los y las niñas irán formando una imagen de sí mismos, alejándose cada vez más del egocentrismo y acercándose a la realidad, es ahí donde el o la maestra deberá guiarles y ayudarles a que se conozcan y valoren. Por ello, en el aula, se trabajará el autoconocimiento y la confianza tanto en ellos y ellas mismas como en los demás, colaborando los unos con los otros y siempre valorando la labor del compañero. Como maestros/as deberemos observar y potenciar esta construcción gradual de la identidad, apreciando la individualidad

de nuestros alumnos/as, por eso en este trabajo se resaltar  la participaci3n de cada uno de los integrantes del grupo.

Debemos tener en cuenta que la imagen que tenga el niño de sí mismo será un reflejo de sus vivencias, del grado de confianza que le ofrezca su entorno y la sociedad en la que vive. En estas primeras edades las experiencias que van construyendo su bagaje emocional deben ir conducidas a conocer de forma global y particular su cuerpo, de manera que éste sea una herramienta para expresarse y relacionarse y no una barrera que impida interactuar con el medio y con sus propios sentimientos. Los contenidos recogidos en el Bloque 1 “el cuerpo y la propia imagen”, del área anteriormente señalado, apoyan algunos de los conceptos que he querido resaltar en este trabajo como son la confianza, el autoconocimiento y las emociones, así como el respeto hacia otras culturas. De esta misma área, en el Bloque 2, “juego y movimiento”, se observa el valor que posee el juego y el cuerpo en el segundo ciclo de Educaci3n infantil, herramientas esenciales que utilizará como medio de adquisici3n de aprendizaje.

En la segunda área de enseñanzas mínimas del currículum, “Conocimiento del entorno”, se considera el entorno y las relaciones que se van formando como la vía para el aprendizaje, por ello he tratado en este proyecto diversas culturas, para que se enriquezcan de esa diversidad. Además he querido mostrar recursos que en principio pertenecen a otras sociedades diferentes a la de los niños y las niñas llevándolas a su entorno más cercano, de manera que formen relaciones y vínculos y trabajen con situaciones y objetos cotidianos, con la realidad más cercana a ellos.

Como indica esta área de conocimiento, en estas edades comienzan a ser conscientes de su implicaci3n en el mundo social y quieren conocer y explorar lo que les rodea, ser parte de esa sociedad. Las relaciones que se establezcan en el entorno más cercano del niño o la niña, en estos primeros años desde la familia y la escuela sobre todo, influirán en su proceso de aprendizaje, lo que se aprecia en el Bloque 3, “cultura y vida en sociedad”.

El niño y la niña necesita un nexo de uni3n entre él/ella y el mundo exterior, y a esta edad es fundamental la expresi3n y comunicaci3n corporal, a través de la cual conocerán el mundo en el que viven. Se hace imprescindible que ese nexo se corresponda con la edad y las circunstancias de la persona, siempre en un ambiente de afecto y confianza, en el que los niños y niñas puedan ir construyendo sus propios conocimientos, aprendiendo de sus errores. Tal como se refleja en la tercera área del currículum del segundo ciclo de Educaci3n infantil, “Lenguaje: comunicaci3n y representaci3n”, es interesante utilizar el juego simb3lico, haciendo uso del cuerpo, los gestos, el movimiento y

valorando las actitudes. En el Bloque 4, “lenguaje corporal”, se recoge el valor de la representación, la dramatización, el juego simbólico, la espontaneidad y la intención comunicativa de la expresión corporal.

(Con el fin de señalar de forma más explícita la relación del curriculum del segundo ciclo de Educación Infantil con este trabajo añadido en el ANEXO 1 la unión de algunos de los objetivos de las tres áreas de conocimiento con la temática escogida.)

5.2. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LAS SESIONES

Utilizaremos como centro de interés la aparición de una marioneta, un recurso didáctico que nos proporciona nuevas perspectivas de trabajo y la introducción de un rol diferente en el aula, en este caso nos servirá de puente entre la clase y otras culturas. A partir de este personaje los y las niñas viajarán a otros lugares imaginarios, inventados con el fin de lograr desarrollar los objetivos que se buscan. Trataremos materiales cotidianos para ellos, de modo que les resulte algo conocido, aunque no siempre se utilicen esos recursos del modo común. Entre los alumnos/as y la maestra irán descubriendo como son esos nuevos lugares y las personas que viven en ellos. Todo ello en el contexto de las emociones y el movimiento, ya que nos ayudaremos de la expresión y la comunicación corporal para desarrollar estas sesiones, por lo tanto la interpretación, los gestos, la danza y otras disciplinas que nos aportan esa comunicación no verbal tendrán un gran valor en estas sesiones.

Debemos intentar que todos los niños/as se sientan protagonistas de ese momento, de los aprendizajes que en estas sesiones se produzcan. Para ello nos ayudaremos de Timoteo quien se dirigirá a cada niño y niña individualmente.

El aula viajará por cuatro lugares diferentes, dedicando cuatro sesiones a cada lugar y manteniendo el siguiente esquema: en una primera sesión Timoteo nos presentará el lugar y a las personas de allí mediante un cuento motor, siempre de una forma vivencial para los y las niñas y sin perder de vista los objetivos marcados, aunque se desarrollen a la vez otras capacidades relacionadas con la psicomotricidad. En la segunda sesión observaremos que normas y valores rigen esa sociedad inventada, procurándonos así la posibilidad de trabajar con diferentes situaciones. Y en la tercera y cuarta sesión trabajaremos con un material que Timoteo nos trae de ese sitio. En la cuarta sesión trabajaremos con el material ya conocido y haremos una breve despedida de ese lugar en la relajación.

Los lugares inventados serán sitios relacionados con la timidez y con las habilidades que se pretenden desarrollar, de manera que las personas que viven en esos sitios serán desde leones salvajes que tienen miedo a su reflejo, gigantes que quieren ser pequeños y no destacar, unos indios muy serios y enanos que quieren conocer otros lugares. De este modo se pretende que los y las niñas se impliquen en los problemas de estos peculiares personajes y a la vez se capaciten para afrontar la vida en sociedad de manera satisfactoria. A partir del proceso por el que pasarán los niños y niñas al enfrentarse a estas situaciones podrán alcanzar los objetivos que nos hemos marcado.

Durante las sesiones haremos fotografías que recogeremos en nuestro cuaderno de viaje, y que en las cuatro últimas sesiones utilizaremos como recurso principal.

5. 3. DESTINATARIOS

Esta programación estará enfocada a niños y niñas del tercer nivel del segundo ciclo de Educación infantil, es decir, al aula de 5 años.

Las actividades que se proponen en este trabajo estarán enfocadas a desarrollar la confianza, la autonomía y el autoconocimiento de los niños y niñas del aula. Se desarrollarán teniendo en cuenta los siguientes principios metodológicos del segundo ciclo de Educación Infantil, recogidos en el REAL DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre.

- El aprendizaje significativo: los niños y niñas deben encontrar sentido y utilidad a lo que están aprendiendo, de modo que sean actividades motivadoras y vivenciales, cercanas a sus experiencias previas. El maestro/a debe proporcionar relaciones entre los aprendizajes actuales que se vayan a adquirir y los previos que ya tengan asimilados.

- El enfoque globalizador: pretende estimular el desarrollo del niño/a en todas las capacidades características de esta etapa. Este enfoque pone en marcha mecanismos afectivos, psicomotores, comunicativos, cognitivos, la imaginación, la creatividad y la atención, entre otras.

- El juego: es la actividad propia de esta etapa, a partir de la cual se llevan a cabo numerosos aprendizajes significativos y se organizan los contenidos de una forma global. Además, estimula el desarrollo de las estructuras intelectuales del niño, facilita la capacidad de concentración y memorización, tiene una función motivadora y permite proyectar el yo interior del niño/a. Grandes pedagogos como Piaget (1950), Montessori (1916) o Decroly (1930), han definido el juego como principio básico del aprendizaje en las primeras edades.

- Las actividades en grupo: las relaciones que se establezcan dentro del aula será un factor a tener en cuenta en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta interacción social favorecerá la comunicación y expresión de sentimientos y emociones, el respeto a los demás y a uno mismo y el aprendizaje de valores y normas sociales.

- El clima del aula: deberá ser de afecto y cariño, proporcionando un ambiente lúdico y acogedor en el que el niño/a se sienta motivado a construir su propio aprendizaje. Este clima favorecerá la confianza y autonomía de los niños/as. El ambiente de la escuela debe configurarse de manera que cada integrante sienta que pertenece a ese grupo.

5. 4. OBJETIVOS GENERALES DE LAS ACTIVIDADES

Para conseguir desarrollar en los y las niñas del segundo ciclo de Educación Infantil las capacidades necesarias para que la timidez no suponga un problema en sus relaciones sociales, los objetivos que se marcarán para que alcancen los niños y niñas giraran en torno a los tres ejes fundamentales en este trabajo: la confianza, el autoconocimiento y la autonomía. Además de la herramienta que utilizaremos contra la timidez, la relajación.

	Objetivos conceptuales	Objetivos procedimentales	Objetivos actitudinales
Confianza	-Conocer cualidades y habilidades de uno mismo. -Identificar las preferencias propias. -Adquirir la noción de grupo.	-Expresar y comunicar las habilidades propias. -Tomar decisiones - Saber dirigirse a un grupo de personas.	-Apreciar las cualidades y habilidades de sí mismo. -Tener la iniciativa -Valorarse como miembro de un grupo.
Autoconocimiento	-Reconocer los propios gustos, deseos y sentimientos - Saber lo que hace uno mejor y lo que hace peor.	- Expresar necesidades, deseos y sentimientos. -Actuar consciente de nuestras posibilidades e intentar mejorar.	-Valorarse como persona individualmente, con los aspectos negativos y los positivos.
Autonomía	-Conocer los sentimientos del grupo. - Reconocer los propios actos.	-Tener en cuenta los sentimientos ajenos. - Participar en las actividades.	-Valorar a los compañeros/as. - Responsabilizarse de los propios actos.

	- Interiorizar los hábitos y rutinas diarias.	-Realizar las rutinas diarias.	-Implicarse en las rutinas diarias.
Relajación	-Conocer su personalidad. -Rememorar la sesión y prepararse para cambiar de actividad	-Indagar dentro de él o ella. -Recordar las experiencias llevadas en el aula.	-Sentirse cómodo con él mismo. -Valorar ese momento.

Estos serían los objetivos que se marcan como principales pero irán encadenados otros conceptos que los y las niñas irán adquiriendo a lo largo de las sesiones ya que, de una misma actividad se pueden desarrollar una gran variedad de conceptos, aunque siempre tendremos que tener presentes los objetivos principales.

5. 5. ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN TEMPORAL

Es importante señalar el momento adecuado en el que se realizarán estas sesiones. Como indica Abarca (1994), en la organización temporal prevista para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje se han de tener muy en cuenta los objetivos que se persiguen y cuál es la secuencia de actividades adecuada para el logro de dichos fines. De modo que debemos de tener en cuenta las actividades previas a la sesión y lo que se efectuará luego, para una organización temporal satisfactoria y aprovechable, en la que se proporcionará oportunidades a los y las niñas de tener experiencias de acción a través de asimilaciones y acomodaciones sucesivas.

Esta práctica tendría lugar a lo largo de 16 sesiones, de una hora cada una (en las correspondientes a psicomotricidad). Este período será flexible, atendiendo a la diversidad del aula. Se realizará en el segundo trimestre en el que ya tienen las rutinas interiorizadas.

Dentro de cada sesión se diferenciarán tres tiempos En un primer momento se realizarían las rutinas diarias de psicomotricidad como el cambio de calzado y dar los buenos días (suponiendo que esta maestra/o no ya haya estado con ellos en la hora anterior, sino sólo saludarán a Timoteo). En este tiempo se realizaría una conversación con Timoteo, la marioneta que utilizaremos, presentando brevemente los contenidos de la sesión que se va a realizar y respondiendo dudas y preguntas que surjan del día anterior. En un segundo tiempo estarán la mayor parte de las actividades principales vivenciadas de la sesión. Y en un tercer momento se cierra la sesión, recogiendo el material utilizado, escuchando comentarios que deseen hacer los niños y niñas, despidiéndonos de Timoteo y

realizando una relajación dirigida por el maestro/a, y con música de fondo. Los y las niñas se tumbarán en el suelo boca arriba, con las manos en la tripa para sentir su respiración. Se les irá guiando para que cojan y suelten el aire un par de veces y después se realizará una pequeña visualización, en ocasiones guiada por la voz de la maestra y otras dejando fluir la imaginación de los niños/as.

5. 6. ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN ESPACIAL

Este trabajo se desarrollará en la zona designada para la psicomotricidad, es decir, que será un espacio amplio. Además, debemos crear un ambiente favorable y confortable tanto para los y las niñas como para la maestra, que permita llevar a cabo los objetivos marcados. Como indican Bassedas, Huguet y Solé (1996) la organización del aula debe respetar las necesidades de los niños/as y las actividades que los docentes les proponen. Estas autoras también insisten en que lo más importante no es la cantidad de espacios sino la calidad de los mismos y las posibilidades que ofrezcan, por lo que el espacio que destinaremos a estas sesiones lo iremos adaptando a las necesidades que vayan surgiendo, siendo flexibles en la organización y distribución del aula.

Además, todos los materiales que vayan apareciendo en las sesiones, se llevaran al aula de los y las niñas, para que puedan volver a ellos cuando quieran, adaptándonos así a los ritmos de aprendizaje individuales.

5.7. RECURSOS UTILIZADOS

Todos los elementos y recursos utilizados en Educación Infantil deben contribuir a que los y las niñas tengan un contacto directo con la realidad. Además, son una herramienta fundamental para conseguir desarrollar los objetivos marcados por la maestra y desarrollar el aprendizaje de los y las niñas por lo que saber analizar los materiales y utilizarles de forma adecuada es esencial.

A continuación paso a detallar los materiales y recursos que mediante el juego utilizaremos en las sesiones.

5.7.1. Marioneta

En esta programación nos apoyaremos en una marioneta a la que llamaremos Timoteo, con el objetivo de traer un personaje nuevo al aula y que sirva de motivación para las sesiones, además será un amigo de los niños/as y un visitante extranjero con muchas cosas que enseñarnos.

Como indican autores como José Luis García (2006), el uso de la marioneta fomentará la imaginación de los niños y niñas, quienes junto al maestro/a darán vida a ese personaje.

Según el rol que le demos nos permitirá trabajar un tema u otro, en nuestro caso el personaje será un niño de cinco años viajero, que quiere compartir con nosotros sus experiencias y que le interesa lo que cada niño y niña puedan aportar. Además tendrá una maleta (la maleta trotamundos) de la que nos traerá objetos de sus viajes.

Este recurso nos ayudará a motivar a aquellos niños y niñas que les cueste más relacionarse con los demás, a que expresen sus sentimientos y emociones con Timoteo. Y a todos en conjunto, ya que serán protagonistas de su propio aprendizaje participando activamente en el proceso de las sesiones.

5.7.2. Cuentos motores

Este recurso nos permite que el niño/a sea protagonista al hacer de intérprete e intermediario, además de enriquecer la relación entre alumno/a que escucha y maestro/a que narra el cuento, potenciando la capacidad de socialización del niño.

El cuento también fomenta la imaginación y la creatividad de los niños y niñas del aula, como indica Gianni Rodari (1954), y es un elemento motivador que nos servirá para alcanzar nuestros objetivos.

Otra de las razones por la que se utilizarán cuentos motores en la programación diseñada será la posibilidad de acercar situaciones y conflictos al aula, que de otra manera no surgirían. Así los niños y niñas van ampliando el mundo que han configurado a su alrededor y adquiriendo nuevas experiencias. (Nuria Ventura y Teresa Durán, 2008).

La estructura del cuento será secuencial-lineal, con unos personajes claros y la aparición de una situación conflictiva que a lo largo de las sesiones se resolverá, dependiendo el final del cuento de nuestra actuación. La duración será breve, adaptándonos a la capacidad de atención de los niños y niñas del aula. El narrador vivenciará el cuento, gesticulando, moviéndose por el espacio e incentivando a que participen todos/as.

Al trabajar con un cuento motor, o cuento jugado como indica José Luis Conde Caveda (1994), se tiene en cuenta la necesidad de los niños y niñas de conocer su mundo interior y exterior a través del movimiento.

No debemos entender el cuento motor como una actividad lúdica sin mayores pretensiones, sino que debe estar estructurado atendiendo a las necesidades y deseos de los niños y niñas y teniendo presentes los objetivos que se quieren alcanzar. Autores como Wallon (1941), Newson (1985), Mujina (1978), Hetzer (1978), Garvery (1985) y Chateau (1987), defienden la labor del juego en la educación de los niños y niñas de la etapa de Educación Infantil. Además, a través del juego y el movimiento se exteriorizan las capacidades afectivas, sociales, cognitivas y motoras del niño/a, permitiéndonos desarrollar o potenciar aquellas conductas que irán formando su personalidad.

En concreto, en este trabajo utilizaremos los cuentos motores como introducción y estimulación a ese nuevo lugar al que viajaremos con Timoteo y a un nuevo conflicto que resolver entre todos y todas, por lo que en total habrá cuatro cuentos motores.

5.7.3. Música

Este recurso es importante para los niños y niñas, ya que como indican Shehan Campbell y Scott-Kassner (1995), ya sea interpretada, escuchada, bailada o cantada, la música forma parte de nuestras vidas, desde nuestro nacimiento.

Según Shuter-Dyson y Gabriel (1981), Ross (1984), Swanwick (1988) y Hargreaves (1995) los niños y niñas de la etapa que nos ocupa, cinco años, ya son capaces de reproducir frases musicales, discriminar registros de altura y las igualdades y diferencias entre melodías sencillas y experimentar sentimientos y estados de ánimo a través de la música.

Con la música se trabaja el ritmo que está relacionado con lo motor, la textura con lo intelectual y la melodía con la afectividad, por lo que a través de la música se produce un desarrollo global de la personalidad. Además la expresión musical y la expresión corporal están íntimamente relacionados ya que ambas atienden a la necesidad de los niños y niñas de relacionarse con su entorno mediante el cuerpo y el movimiento, ya sea bailando o interpretando una melodía.

En las actividades diseñadas para este trabajo aparecerá la música en todas las sesiones, unas veces como acompañamiento de la actividad, otras para marcar pautas del juego y en varias ocasiones para dejar experimentar a los niños/as diferentes movimientos con su cuerpo de forma libre. Utilizaremos dos músicas diferentes por cada lugar que visitamos, una para la relajación y otra para las actividades, salvo en el caso de las sesiones dedicadas a la “tribu Keyú” en las que aparecerán dos canciones junto con la melodía de la relajación.

Guiándome por la temática de las sesiones la música escogida será la siguiente:

	ACTIVIDADES	RELAJACIÓN
La ciudad de los leones	Holst, Gustav. Suite de Brook Green.(danza)	Gounod, Charles. Marcha fúnebre de una marioneta.
El país de los gigantes	Mozart, Wolfgang Amadeus. Serenata nº13 para cuerdas (Allegro).	Pachebel, Johann. Canon en re Mayor.
La tribu Keyú	- Grupo Encanto. Eran sam sam. - Indios canadienses, canción tradicional. Anikuni.	Enigma. El canto indio.
La charca de los enanos	Bom bom Chip. Nadie como tú.	Elgar, Edward. Salut d'Amour

5.7.4. Espejos, globos, pañuelos y fotografías

A lo largo de las 16 sesiones irán apareciendo estos cuatro materiales, relacionado cada uno a una temática. Los espejos en “la ciudad de los leones”, globos en “el país de los gigantes”, pañuelos en “la tribu Keyú” y las fotografías realizadas durante las sesiones en “la charca de los enanos”. Todos ellos materiales conocidos por los y las niñas, y que intentaremos dar utilidades diferentes, dejándoles investigar y explorar a través de su propio cuerpo.

Medau (1928) y Salzer (1984) sostienen el valor de los objetos en la expresión y la comunicación corporal, haciendo que “nuestro cuerpo sea más vivo, más ligero, más flexible, más gracioso y mayor integrado”.

La utilización de los objetos es muy variada y nos aporta diversas metodologías de trabajo. Al utilizar el material individualmente nos hacemos protagonistas de nuestros descubrimientos al experimentar con los materiales. Si compartimos con nuestros compañeros la experiencia nos aportará un lazo afectivo y el inicio de relaciones sociales primero indirectamente a través del objeto y cada vez más directo y fluido.

Todos los materiales utilizados estarán enfocados al desarrollo de los objetivos que nos hemos marcado. Los espejos y las fotografías fomentarán el autoconocimiento de los niños y niñas del aula, quienes se reconocerán en estos materiales. Por su parte, los pañuelos y los globos aportarán a los niños/as la herramienta para desenvolverse con los

demás afianzando su confianza en ellos mismos y en sus compañeros/as. Además el cuidado y respeto por estos materiales desarrollará la autonomía de los y las niñas.

Es fundamental conocer el material con el que vamos a trabajar, y saber si las posibilidades que ofrecen concuerdan con nuestros objetivos, por lo que deberemos hacer un análisis de estos materiales. Los espejos que utilizaremos serán planos, cóncavos y convexos. Utilizaremos los espejos de los que dispongamos en el centro (los del baño o del aula si hay) y los que nos traiga Timoteo en la maleta trotamundos, uno de cada modelo. Estos espejos serán de un tamaño medio, suficientes para que los niños y niñas puedan verse la cara, y para observar el cuerpo entero utilizaremos los del centro. Los espejos deberán tener un marco de plástico o similar con el objetivo de que no se rompa con facilidad y que no exista peligro al utilizarlos. Este material nos permite que los niños y niñas se miren a la cara, conozcan sus expresiones y gestos, compartan esas experiencias con los demás y se valoren como personas individuales.

Los globos serán de muchos colores y de varias formas: globos de agua pequeños, globos para moldear finos y largos, globos normales redondos y globos grandes redondos y con formas. Deberemos tener cuidado con los globos pinchados, tirando a la basura todos los trozos por seguridad y limpieza de nuestro aula. Este recurso nos ofrece una gran motivación para los y las niñas de Educación Infantil que mediante el juego coordinan su cuerpo con este objeto, bailando al compás del globo, saltando, corriendo, y divirtiéndose. También fomenta la espontaneidad y la libertad de movimiento.

Los pañuelos serán de varios colores, texturas y tamaños. La diversidad de este material será importante en alguna de las actividades programadas. Este material nos ofrece la posibilidad de disfrazarnos y tomar diferentes roles, además de dinamizar el movimiento del cuerpo y en ocasiones ocultar algunas partes, ayudando a experimentar con todo nuestro cuerpo sin temor a la evaluación propia o de los demás.

Las fotografías serán tomadas tanto por la maestra como por las niñas y niños, considerando que en la sociedad en la que vivimos a los cinco años de edad ya están en su mayoría familiarizados con las cámaras de fotografía. Las iremos revelando y llevando al aula, recogidas en un álbum para que los niños y niñas puedan verlo y recordar las experiencias vividas. Además de ser el material principal de las actividades de las cuatro últimas sesiones. Detrás de cada fotografía indicaremos cuándo y quién la realizó, y que lugar estábamos conociendo en ese momento. Las fotografías nos aportan la posibilidad de observarnos, apreciar nuestro aspecto físico, nuestros gestos y actitudes en un momento

concreto. Además los niños y niñas sentirán ese álbum como algo suyo, del grupo, construido a partir de las fotografías realizadas por todos/as.

En todos los materiales que utilicemos se buscará que sean económicos (incluso nos podríamos plantear la colaboración de los padres y madres aportando pañuelos que tengan en casa o espejos), y sin peligro para los niños/as, que sean variados y cercanos a su experiencia.

5.8. OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y CONTENIDOS

A continuación paso a detallar el objetivo principal y los contenidos que se desarrollarán en cada “viaje” que realicemos con los niños y niñas. Recogeré los objetivos de las sesiones, tanto los concretos de la temática escogida como los referentes a la psicomotricidad, siguiendo estos cuatro bloques con el fin de clarificar y agilizar la lectura del documento. A través de las 16 sesiones y de forma progresiva, comenzando por conocernos a nosotros mismos, valorándonos, y siguiendo por relacionarnos con los demás y querernos como grupo, iremos alcanzando nuestros objetivos.

(De forma más específica, en el anexo 2 encontraremos los objetivos conceptuales, procedimentales y actitudinales correspondientes a cada “viaje”).

	La ciudad de los leones	El país de los gigantes	La tribu Keyú	La charca de los enanos
Objetivo principal	Tomar conciencia de quien soy, dónde estoy, cómo soy y valorarse por ello.	Sentirte cómodo en tu propio cuerpo, reconociendo y controlando las emociones, jugar con nuestras posibilidades gestuales y de movimiento y transmitir a los demás nuestra energía positiva y segura	Fortalecer las relaciones de los niños y niñas del aula, vivir experiencias como grupo valorándose y respetándose.	Conocerse y apreciarse, hacerse valer en un grupo, y relacionarse con los demás aportando confianza y cariño.

Contenidos	-Desplazamientos, saltos y giros. - Emociones. - Partes del cuerpo. - Dramatización e imitación. - Gestos y movimientos. - Confianza. - Responsabilidad. - Sentimiento de grupo. - Gustos y preferencias.	-Desplazamientos, saltos, giros, transportes y lateralidad. - Emociones. - Gestos y movimientos. - Opiniones, gustos y preferencias - Expresión corporal - Normas y responsabilidad. - Respeto a los compañeros.	-Desplazamientos, saltos, giros, equilibrio. - Confianza -Autoconocimiento: opiniones, progresos y emociones. - Sentimiento de grupo - Gestos y movimientos - Ritmo - Escucha a los demás. - Relaciones.	-Desplazamientos y posturas corporales. - Opiniones, capacidades y preferencias. - Partes del cuerpo. - Representación e imaginación. -Responsabilidad. - Autonomía - Aceptación personal. - Relación con el entorno.
------------	---	--	---	--

5.9. DISEÑO DE LAS SESIONES

Con el fin de agilizar la lectura del documento, paso a exponer las actividades principales programadas en este proyecto destacando el objetivo y el contenido que se trabaja en cada una, el cual se corresponde con el desarrollo de la confianza, la autonomía o el autoconocimiento. (De forma más detallada encontraremos las sesiones narradas en el anexo 3, contextualizando cada actividad con la temática del lugar).

5.9.1. La ciudad de los leones

- PRIMERA SESIÓN:

La imagen del espejo	Por parejas se situarán uno enfrente del otro y uno realizará gestos (miedo, alegría, enfado, burla, vergüenza o sorpresa) y movimientos (saltar, mantener el equilibrio, tocarse una parte del cuerpo o agacharse) mientras que el otro actuará de espejo imitando lo que haga el otro. Los niños y niñas improvisarán e imitarán a los compañeros/as de al lado, la maestra también guiará a las parejas para que muestren mayor variedad de gestos y movimientos. Después se cambiarán los puestos. Indicaremos que cada vez los movimientos serán más rápidos y con mayor amplitud. Realizaremos dos o tres cambios de parejas según el tiempo del que dispongamos.
----------------------	---

Objetivos	-Actuar de forma consciente y reconocer emociones y movimientos propios. -Mover el cuerpo de forma libre.
Contenidos	-Autoconocimiento -Confianza

La sala de los espejos	Colocados de pie y en círculo, irán saliendo de uno en uno al centro para realizar movimientos que los demás imitemos. Los movimientos que se realicen serán iniciativa de los niños/as, ya sean improvisados o recordando los del ejercicio anterior. Otra variante, en el caso de que hubiera niños/as que no quisieran salir solos al centro, sería dar la posibilidad de salir dos a la vez y que una parte imitará a uno y la otra parte al otro.
Objetivo	-Compartir un movimiento con los compañeros de forma libre y segura.
Contenidos	-Confianza -Sentimiento de grupo

Los leones fisonomías	En este caso el juego consistirá en imitar a los leones, caminando como ellos, rugiendo, saltando alto como hacían ellos en el cuento, etc., como los y las niñas quieran, moviéndonos por el espacio y en el momento en el que se encuentran con otro niño o niña en el camino deberán mirarse e intentar no bajar la mirada, como si estuvieran mirando su reflejo, cuando uno de los dos baje la mirada los dos pueden seguir caminando.
Objetivo	-Disfrutar de las relaciones con los demás.
Contenido	-Confianza.

- SEGUNDA SESIÓN:

Presentación	Los y las niñas pasarán a ir diciendo de uno en uno su nombre muy alto y seguido de un fuerte rugido.
Objetivo	-Sentirse fuerte y positivo con quien es.
Contenido	-Confianza

Gustos y emociones	Se les preguntará a los y las niñas que color les gusta y como se sienten.
Objetivo	-Identificar preferencias, gustos y emociones propias.
Contenido	-Autoconocimiento.

¿Cómo te mueves?	Con la música escogida para esta actividad, podrán moverse por el espacio de forma libre, imitando el movimiento de los leones.
Objetivo	- Interactuar con el espacio y con su propio cuerpo.
Contenido	-Autoconocimiento

El lago	Indicaremos una zona como lago, y deberán acercarse hasta esa zona sin llegar a cruzarla. Irán por parejas, uno cerrará los ojos y seguirá las instrucciones del otro compañero, en el caso de que alguno no se atreva a andar a ciegas podrá cogerle la mano al compañero.
Objetivo	- Confiar en nuestras capacidades y en la ayuda de los demás.
Contenido	-Confianza

Ataque al castillo	Se forman dos equipos y cada uno tiene una bandera en su castillo (un pañuelo a cada lado del campo), se marcara el campo a la mitad y la zona de castillo en cada zona. El objetivo es conseguir la bandera del otro equipo sin que te quiten la tuya. Cada miembro del equipo tiene una función: pillar a los que vienen a robar la bandera, sin salir de la zona de su castillo o robar la bandera contraria.
Objetivo	-Responsabilizarse de sus actos y sentirse parte importante del grupo.
Contenido	-Autonomía, responsabilidad.

- TERCERA SESIÓN:

Describe	Nos iremos pasando el espejo para vernos y cada uno describirá algún rasgo físico propio (una peca, color de ojos, características del pelo, cuántos dientes se han caído...).
Objetivo	-Identificar rasgos físicos propios y valorarlos por ser nuestros.
Contenido	-Autoconocimiento

Pasa la cara	Sentados en círculo se realizará una cadena de gestos, es decir, el primero hará un gesto con la cara mirándose al espejo, y pasará el espejo al siguiente que imitará ese gesto viéndose en el espejo, así hasta que lo hagan todos. Se harán varias rondas y cada vez la iniciará uno.
Objetivo	-Disfrutar de las diferentes posibilidades gestuales y de compartirlas.
Contenido	-Confianza

Experimentamos	En esta actividad podrán experimentar e investigar como se ven, que gestos hacen, etc. Después nos contaremos que cosas nos han parecido interesantes, que hemos visto y que hemos hecho.
Objetivo	-Conocer nuestras posibilidades de movimiento y gestuales y saber transmitir una idea al grupo.
Contenidos	-Confianza -Autoconocimiento

- CUARTA SESIÓN

Experimentamos y sentimos	Cada niño/a se mirará al espejo por turnos y nos dirá como se siente, como se ve.
Objetivo	-Analizar nuestro mundo interior.
Contenido	-Autoconocimiento

La imagen del espejo.	El juego que realizamos en la primera sesión.
Objetivo	-Experimentar con los movimientos y gestos ya conocidos y reconocer las características del compañero/a.
Contenido	-Confianza

Cóncavos y convexos.	Primero nos miraremos en ellos, describiendo lo que vemos. Después simularemos que somos espejos cóncavos, convexos o planos.
Objetivo	-Adquirir un rol diferente al nuestro.
Contenido	- Confianza

El juego de los besos.	Daremos un beso a nuestro reflejo, agradeciendo nuestro trabajo en estas cuatro sesiones.
Objetivo	-Valorar nuestra participación y querernos como somos.
Contenido	Confianza

5.9.2. El país de los gigantes

- PRIMERA SESIÓN

Recorriendo el país	Simularemos con los y las niñas que vamos a dar un paseo por este país, seremos gigantes muy altos, que dan grandes zancadas y pisan muy fuerte. Iremos indicando por donde pasan y ellos irán girando, agachándose o la acción que corresponda, siempre en el papel de un gigante: un túnel, curvas a la derecha y a la izquierda, saltar un río, trepar un árbol...Después cada niño y niña irá diciendo por donde prefiere ir y que quiere ver de este país y todos iremos allí. Por ejemplo si un niño dice que le gusta saltar charcos, todos simularemos ir a saltar charcos, y si otro dice que quiere ver el parque de este país todos iremos al parque. La maestra ayudará a los y las niñas que les cueste más decidirse a donde ir, realizándoles preguntas.
Objetivos	-Sentirse valorado dentro del grupo. -Guiar al grupo.
Contenidos	-Confianza -Autonomía

Escondite inglés	Uno de los niños/as, situado en la pared, se la quedará y contará hasta tres sin mirar, después se dará la vuelta y mirará a los demás. Éstos a su vez, desde el otro extremo del campo caminarán hacia adelante cuando el que se la queda está contando y no les ve. Al girarse podrá mandar atrás, a que vuelva a empezar, a aquellos que le estén mirando a los ojos. Los demás podrán seguir caminando despacio, con pasos pequeños sin mirar al que se la queda, y cuando vuelva a contar caminar otra vez rápido.
Objetivo	-Jugar con el contacto visual y disfrutar de las relaciones sociales.
Contenido	-Confianza

- SEGUNDA SESIÓN

¡Hola!	Nos moveremos por el aula libremente, sin chocar con los demás, y cuando nos crucemos con alguien le saludaremos con un “hola” seguido del nombre del niño/a, con voz clara y alto y le daremos un apretón de manos o un abrazo.
Objetivo	-Utilizar la expresión corporal de forma consciente en nuestra relación con los demás.
Contenido	-Autoconocimiento

Cantemos con la música	En este juego utilizaremos una música de fondo, los y las niñas irán moviéndose por el aula y cantando o tarareando, si la música está a un volumen bajo irán despacio, simulando estar tristes y cantando bajo, y cuando la música este alta saltarán o correrán y cantarán bien alto. En algún momento se apagará la música y deberán quedarse quietos en el sitio y en silencio. Iremos poniendo la música cada vez más alta, siempre teniendo presente los niveles permitidos para ese aula, de manera que los y las niñas cada vez se vayan desarrollando más con la música
Objetivos	-Disfrutar de la música de forma espontánea y libre. -Regular los ritmos y diferentes momentos de la música
Contenidos	- Confianza -Autonomía

Pasa la risa	Nos colocaremos en círculo y uno comenzará riendo acompañando esa risa con un movimiento, por ejemplo saltar de alegría o levantar los brazos. El siguiente niño/a lo imitará y así se irán pasando esa risa y ese movimiento. Se realizarán tres cadenas y cada vez la iniciará un niño/a.
Objetivo	-Disfrutar de una experiencia en grupo.
Contenido	-Confianza

Y tú, ¿cómo te ríes?	Cada niño y niña nos enseñará como se ríe y los demás le escucharemos atentamente. De manera que cada niño/a sea el protagonista de ese momento y lo más importante que hay que escuchar sea su risa.
Objetivo	-Compartir algo interior de cada uno con los compañeros/as, valorando la participación de los demás.
Contenido	-Confianza

Risas y caras serias	Cuando el maestro/a levante el brazo nos reiremos todo lo que podamos y cuando lo baje tendremos que ponernos muy serios. El o la niña que se ría cuando hay que estar serio o al revés será “castigado”, los niños o niñas que tenga a cada lado le harán cosquillas.
Objetivos	-Respetar los turnos. -Adquirir normas
Contenidos	Autonomía, normas.

- TERCERA SESIÓN

Mi juguete	Cada niño y niñas nos contarán cual es su juguete preferido y por qué.
Objetivo	-Compartir gustos y preferencias.
Contenidos	-Confianza. -Autoconocimiento

Experimentando con el globo	Les daremos un globo redondo a cada uno, del color que ellos elijan y les dejaremos jugar libremente con ellos. Después nos dirán porque es divertido jugar con el globo e intentaremos inflar uno.
Objetivos	-Reconocer y vivenciar las ideas y preferencias individuales y del grupo. -Identificar lo que podemos y no podemos hacer desde un enfoque positivo
Contenidos	-Autonomía -Autoconocimiento

¿Qué globo soy?	Un niño/a saldrá del aula con el maestro/a y le enseñará un globo, tendrá que recordar el color y la forma. Después tendrá que representar delante de sus compañeros como es ese globo y los demás tendrán que adivinarlo. No podrán hablar, solo hacer gestos. Por ejemplo representar que son grandes o redondos, o alargados y finos o pequeños. Para el color podrán buscar por el aula el color y señalarlo. Si el color no estuviera en el aula podrán hablar y decir que cosas son de ese color. Además tendrán que representar si el globo esta hinchado o deshinchado. Todos los y las niñas saldrán a representar un globo.
Objetivo	-Expresar una idea al grupo de forma clara y utilizando todos los recursos corporales posibles.
Contenidos	-Confianza -Autoconocimiento

Pasa el globo	Colocados en círculo iremos pasándonos un globo. A medida que avanza el juego vamos aumentando la dificultad añadiendo otro globo más.
Objetivo	-Ser parte del grupo de forma responsable.
Contenido	Autonomía.

Cadena de globos	En esta actividad los niños y niñas se agruparan en parejas y deberán desarrollar estrategias para transportar el globo de un lado a otro del aula sin tocarlo con las manos. Irán saliendo parejas voluntariamente para transportar el globo. No se podrá repetir la forma de llevarlo y deberán participar los dos del grupo. Cada vez se podrá llevar más de un globo.
Objetivo	-Dialogar estrategias entre los dos participantes y no rehusar el contacto físico.
Contenidos	-Confianza -Autonomía

- CUARTA SESIÓN

Decoramos los globos	Decoraremos los globos con gomets de diferentes colores, cada niño/a según su propio criterio. Después, entre todos/as, decoraremos el aula con los globos decorados.
Objetivo	-Exponer ideas y gustos valorando las creaciones, propia y ajena.
Contenidos	Autoconocimiento Autonomía

Globoflexia	En esta actividad deberán decidir entre las posibles formas que haya y después jugar de forma libre con lo que hayan escogido. Al finalizar pondremos en común la experiencia y todos/as escucharemos al que este hablando.
Objetivo	-Escuchar y exponer las intervenciones que se produzcan.
Contenido	Confianza.

5.9.3. La tribu Keyú

- PRIMERA SESIÓN

Eram sam sam	Los y las niñas se moverán por el terreno cantando la canción de “Eram sam sam” y cuando la maestra diga un número los niños/as se agruparan tantos como marque el número, abrazándose, es decir que si la maestra dice dos se abrazaran por parejas y si dice cuatro se abrazarán en grupos de cuatro. Los y las niñas se moverán por el terreno siguiendo el ritmo de la canción. Si son un grupo par haremos agrupaciones pares y si es un grupo impar haremos grupos impares, con el objetivo de que nadie se quede fuera. Debemos hacer hincapié en que todos y todas son necesarios para conseguir el número que se indica de niños/as.
Objetivo	-Disfrutar del contacto físico, en este caso de los abrazos, y sentirse valorado en el grupo.
Contenido	Confianza

Te regalo un abrazo	En este juego nos colocaremos en círculo y uno por uno iremos saliendo al centro para dar un abrazo a un compañero/a diciendo por qué. Por ejemplo: porque es mi amigo, porque me gusta su camiseta, porque me gusta jugar con ella, porque me ha dejado su juguete... No se podrá repetir, de manera que todos y todas reciban un abrazo y una razón para ese abrazo. La maestra/o podrá ayudar al que esté indeciso preguntando con quién te gusta jugar, quién te gusta como colorea, quién te deja jugar con sus juguetes...preguntas cercanas a su día a día y que comprendan
Objetivo	-Apreciar a los demás por ser como son y agradecerse.
Contenido	Confianza

- SEGUNDA SESIÓN

¿Cómo estás?	Iremos preguntando a cada niño/a como se encuentra hoy.
Objetivo	-Identificar emociones y sentimientos propios.
Contenido	Autoconocimiento

Canción de buenos días	Primero estaremos serios y casi no se nos oirá pero a medida que se va repitiendo la canción se va alzando la voz y los gestos son más pronunciados. La canción consistirá en pronunciar sonidos y bailar al ritmo que entre todos marquemos, cada vez con más fuerza y más alto.
Objetivo	-Experimentar con las vocales y disfrutar del sonido conjunto.
Contenidos	-Autoconocimiento -Sentimiento de grupo.

Yo que puedo hacer.	Preguntaremos a los y las niñas que es lo que mejor saben hacer y que es lo que peor se les da, y uno por uno irán contestando, si necesitan ayuda la maestra les hará preguntas para que les sea más sencillo.
Objetivo	-Reconocer capacidades y habilidades propias y valorar las de los demás
Contenido	Autoconocimiento

El teatro de animales	Nos imaginaremos que somos animales, cada uno el que quiera comunicándole a la clase que animal a escogido y porque. Después, con la canción de “Ani kuni” de fondo, interpretaran el papel que les corresponde dependiendo del animal, moviéndose por el espacio e interactuando con los y las compañeras. Al finalizar la música nos reuniremos y verbalizaremos lo que hemos representado, de forma individual o grupal.
Objetivo	-Adquirir e identificar diferentes roles -Interactuar con los compañeros/as.
Contenido	Confianza

- TERCERA SESIÓN

Danza libre	Nos colocaremos en círculo y con la música de fondo de “Ani Kuni” podrán bailar con los pañuelos como ellos quieran. Iremos bailando y saliendo al centro del círculo o de uno en uno o en parejas.
Objetivos	-Experimentar diferentes movimientos con los pañuelos y observar la danza de los demás. -Respetar los turnos. -Sentir seguridad al compartir la danza con los demás.
Contenidos	-Autonomía -Autoconocimiento -Confianza

Ani kuni	Realizaremos la danza del fuego (detallada en el anexo 4). Al finalizar les preguntaremos si les ha gustado que es lo que más les ha gustado y que lo que menos.
Objetivo	-Disfrutar y valorar el baile en grupo, sentirse parte de él. -Aprender las rutinas de la danza marcadas por la maestra/o.
Contenido	- Confianza -Autonomía

- CUARTA SESIÓN

El caballo ciego	Los y las niñas formarán un círculo, que sería el establo del caballo. Un niño o niña será el caballo ciego y le taparemos los ojos con el pañuelo, éste deberá ir andando dentro del círculo hasta encontrarse con otro niño/a y mediante el tacto adivinar quien es. Todos los y las niñas saldrán al centro, de manera que tengan todos la oportunidad de experimentar la sensación de no ver y confiar en el sentido del tacto.
Objetivo	-Desplazarse de forma segura por el espacio, confiando en los compañeros/as y reconociéndolos mediante el tacto.
Contenido	Confianza

El desfile de los Keyú	Dejaremos a los niños/as pañuelos de varios colores y tamaños y podrán vestirse como quieran, la maestra les ayudará a ponérselo si se lo piden, pero ellos y ellas serán las que escojan qué quieren ponerse y dónde. Después todos los niños/as realizarán un desfile con su nuevo atuendo y nos contarán que se han puesto y para qué, a donde van a ir así.
Objetivo	-Adquirir diferentes roles, fomentar la imaginación y valorarse.
Contenidos	-Confianza -Autonomía

La obra de teatro	Dividiremos la clase en dos, unos serán el público y los otros los actores, después cambiaremos. Podrán representar lo que quieran y la maestra les ayudará. El público aplaudirá cuando vean algo que les guste.
Objetivos	-Respetar los turnos -Fomentar la imaginación y la colaboración del grupo. -Valorar a los compañeros/as.
Contenidos	-Confianza -Autonomía

5.9.4. La charca de los enanos

- PRIMERA SESIÓN

En el agua	Los niños y niñas irán exponiendo que saben y que no saben hacer en el agua. Mientras uno habla los demás escuchamos.
Objetivo	-Conocer capacidades propias y valorarse por ello.
Contenido	Autoconocimiento

Piratas y bucaneros	Los y las niñas simularán que van en barcos, cuatro serán piratas y los demás bucaneros, salvo dos que serán los encargados de reparar los barcos. Irán corriendo por el espacio y cuando un pirata pille a un bucanero, éste deberá pedir ayuda para que le reparen el barco, quedándose quieto en el sitio. El barco se reparará con un abrazo de uno de los dos niños encargados de esta tarea.
Objetivo	-Ser responsable con el grupo y valorarse dentro de él.
Contenidos	-Autonomía -Confianza

¿Te gusta, te gusta?	Un niño o niña se la quedará colocándose en la pared, a unos 10 metros se situarán los demás en una fila mirando a la persona de la pared. Uno por uno irá preguntando a éste niño/a si le gusta una comida, un animal, un color...lo que quieran. Dirán “¿te gusta, te gusta...?”. Si dice que no le gusta se quedarán en el sitio pero si le gusta podrá moverse tantos pasos y del tamaño que diga el que se la queda
Objetivo	-Conocer gustos y preferencias de los demás y relacionarse con el grupo.
Contenido	-Autoconocimiento -Confianza

- SEGUNDA SESIÓN

Nadie como tú	Invitaremos a los y las niñas a conocer esta canción y a bailarla y cantarla, como ellos prefieran, ya sea solos o con alguien
Objetivo	-Valorarse como persona individual.
Contenido	Confianza

Cuéntame un cuento	Nos sentaremos en círculo y un niño/a o la maestra comenzará a contar una historia, y uno por uno cada niño añadirá un poco más, hasta el último que deberá ponerle un final. Repetiremos tres veces para que vayan cogiendo fluidez.
Objetivo	-Fomentar la imaginación y sentirse parte del grupo.
Contenido	Confianza

Cosquillas	Imaginaremos que un enano se nos mete en las zapatillas y nos hace cosquillas, después iremos guiando a los y las niñas por las diferentes partes del cuerpo y ellos simularán que tienen cosquillas por esa parte del cuerpo. Al final tendremos cosquillas por el cuerpo entero. Por último cada niño/a nos dirá a todos donde le ha hecho más cosquillas su enano.
Objetivo	-Jugar con las distintas partes del cuerpo y relacionarse a los compañeros/as
Contenido	-Autoconocimiento.

- TERCERA SESIÓN

Recordando	Los y las niñas deberán hacer una lista, entre todos, de los lugares que hemos visto y quién vivía allí, además de que les pasaba y que nos trajo Timoteo de allí. La maestra/o irá escribiendo en la pizarra (con dibujos y con letras, esquematizado) lo que los y las niñas vayan comentando.
Objetivos	-Tener iniciativa. -Participar en la dinámica.
Contenido	-Confianza

Nuestros viajes	Repartiremos una fotografía a cada niño/a y deberán organizarse en cuatro grupos según los cuatro viajes realizados, detrás de cada fotografía habrá un símbolo que les ayudará en la tarea. Cuando cada niño y niña sepa a donde pertenece su foto deberán todos los miembros de ese grupo contar al resto algo sobre ese lugar y mostrarnos las fotografías. Así los cuatro grupos. Por último colocaremos en el aula las fotografías para que las podamos ver cuando queramos.
Objetivo	-Organizarse en grupo.
Contenidos	-Confianza -Autonomía

- CUARTA SESIÓN

Fotografías	Cada niño y niña nos dirá cual es su fotografía preferida y cual la que menos le gusta y por qué
Objetivo	-Ser coherente y razonar los gustos y preferencias.
Contenidos	-Autonomía -Autoconocimiento

Adivina la fotografía	En grupos de cuatro o cinco niños/as irán eligiendo una foto y luego la representarán, primero un grupo y los demás tienen que adivinar que foto están representando. Así hasta que salgan todos los grupos.
Objetivo	-Organizarse en grupo, confiando en el criterio propio y ajeno, y disfrutar de esas relaciones.
Contenido	-Autonomía -Confianza

Nuestro colegio	Saldremos del aula para hacernos fotografías en el colegio.
Objetivo	-Llevar los conocimientos aprendidos en el aula a la realidad de los niños y niñas.
Contenido	-Autonomía

Jugamos con los materiales	De forma libre les dejaremos interactuar con los materiales que se han ido utilizando a lo largo de las 16 sesiones.
Objetivo	-Interactuar con los materiales y los compañeros/as de forma segura, y coherente con sus ideas y preferencias, explorando aquellas sensaciones que se quedarán sin resolver.
Contenido	-Autoconocimiento -Autonomía -Confianza

5.10. EVALUACIÓN

Para conocer el grado en el que se van alcanzando los objetivos propuestos utilizaremos como método de evaluación la observación.

Recogeremos en un diario cada sesión, para una evaluación continua, las observaciones oportunas relativas a nuestros objetivos específicos de los cuatro bloques y a los relativos a cada actividad, de manera que todos los niños y niñas tengan una valoración personal al finalizar las 16 sesiones.

A partir de estas anotaciones identificaremos en una tabla los progresos de los niños y niñas en las tres habilidades centro de nuestro interés: la confianza, la autonomía y el autoconocimiento. Además de apuntar las actitudes y progresos en los momentos de relajación. Clasificaremos esta evaluación final en conseguido (C), no conseguido (NC) y en desarrollo (D).

Por otro lado, utilizaremos la autoevaluación de los niños y niñas como dinámica para favorecer nuestros objetivos. Colocaremos en el aula de psicomotricidad una tabla con los nombres de todos y todas incluido el nuestro. La actividad consistirá en reunirnos sentados frente a esa tabla y tras la relajación, como rutina de salida o fin, voluntariamente situarse frente a los compañeros/as y exponer brevemente cómo se ha sentido en la sesión, si se ha sentido bien colocará un gomet verde con una cara sonriente junto a su nombre, y si por el contrario no se ha encontrado bien, tras hablarlo con el grupo, colocará una cara roja y triste. Con esta actividad se pretende que los niños y niñas analicen su estado de ánimo y su comportamiento durante el proceso de aprendizaje, siendo personas activas y conscientes de lo que hacen.

(En los anexos se adjuntan las tablas de evaluación, tanto la de la maestra/o como la de autoevaluación de los participantes).

6. CONCLUSIONES, VALORACIONES FINALES E IMPLICACIONES EDUCATIVAS

A nivel profesional, podemos concluir este trabajo señalando algunos aspectos relevantes que han condicionado la realización de este trabajo, como la reciente incorporación de la psicomotricidad y de las emociones en el aula.

Las teorías que fundamentan la importancia de la utilización del cuerpo y el movimiento en el desarrollo de aprendizaje de la etapa de Educación infantil, son aún novedosas. Y aunque en la actualidad se comience a hablar del cuerpo del niño/a en entornos educativos, sobre todo en estas edades tempranas, aún queda un gran camino por recorrer en la investigación y puesta en práctica de esta área, sobre todo en lo referente a dar a conocer el valor de vivenciar el proceso de aprendizaje.

En cuanto a las emociones, a partir de realizar este trabajo, he podido comprobar que aunque también es un tema actual, de reciente incorporación, la acogida en las aulas y en la sociedad es mucho más notable que en el caso de la psicomotricidad. Muchos autores y editoriales se han hecho eco de la relevancia de educar la inteligencia emocional, por lo que la bibliografía en torno a este campo es muy amplia, ya sea desde la pedagogía, psicología, sociología o la biología.

En concreto, el tema escogido para este trabajo hace referencia a la timidez, una emoción común en nuestra sociedad y que a lo largo de este trabajo hemos vinculado a la falta de confianza, autonomía o autoconocimiento, lo que explicaría la construcción de esa barrera entre el individuo y aquello que le produce mal estar, ansiedad o miedo.

Las actividades diseñadas podrían aplicarse en un contexto actual, a una escuela infantil (0-6) o colegio de Ed. Infantil y Primaria. Esta programación implicaría un trabajo cooperativo con los demás profesionales del centro y con las familias, ya que si se trabajan unos contenidos en el aula que no se relacionen con la realidad de los niños y niñas en su entorno no se producirán aprendizajes verdaderamente significativos ni útiles. Las relaciones de cooperación que se establezcan, tanto para esta programación como para cualquier trabajo que se lleve a cabo en el aula de Educación infantil, marcarán los resultados y progresos finales. Además la metodología que se sigue en esta propuesta no será algo aislado de las clases de psicomotricidad o de estas 16 sesiones sino que se llevará a las demás áreas de conocimiento, puesto que implica un proceso de enseñanza-aprendizaje vivenciado, útil y práctico, en el que el niño/a es protagonista de sus aprendizajes y el cuerpo es el centro del desarrollo de la personalidad.

Otra opción posible sería la puesta en marcha de esta programación en la educación no formal (campamentos o actividades extraescolares). El desarrollo de las emociones y de la expresión y la comunicación corporal esta presente en estas actividades, por lo que las sesiones planteadas en este trabajo serían válidas para estos otros enfoques educativos, no solo en el aula.

Esta programación podrá ser llevada a otros niveles con algunas variaciones, al igual que adaptarse a las necesidades del maestro/a, dándose la oportunidad de realizar el programa diseñado al completo o bien seccionando aquellas actividades que interesen. He tenido la oportunidad de llevar a la práctica algunas de las actividades aquí presentadas, en un contexto no formal con niños y niñas de cinco años, lo que me ha permitido comprobar la validez de la programación y la coherencia de los objetivos con las actividades.

A nivel personal, la realización de este trabajo ha supuesto el vínculo de enlace entre los cuatro años de formación del grado de Educación Infantil y mi formación futura como Maestra.

Es una gran oportunidad el poder realizar un trabajo al finalizar el grado ya que te plantea un nuevo reto en el cual necesitas de todos los conocimientos aprendidos y desarrollados hasta ahora. Además adquieres mayor autonomía de trabajo, una visión más cercana del mundo de la investigación y lo que para mí ha tenido más valor en estos meses: el autoconocimiento de mis capacidades y habilidades en el terreno de la educación, analizando diferentes metodologías de trabajo y a partir de las asignaturas teóricas y prácticas cursadas en estos años, las experiencias vividas con profesores/as, alumnos/as de prácticas y compañeras/os, ir construyendo mi perfil profesional.

Aprendiendo de mis errores he ido evolucionando hasta la persona que soy hoy, reflejada en este trabajo de fin de grado que pone un punto y seguido a mi formación como maestra.

Agradezco el apoyo de mi tutor académico y personas de mi entorno en el proceso de elaboración de este trabajo, así como la aportación de los profesionales que en estos cuatro años he ido conociendo y que me han transmitido nuevos aprendizajes.

Concluyo este documento con una frase de Howard G. Hendricks, que representa la intención con la que se ha hecho este trabajo y una promesa personal como futura docente: “La enseñanza que deja huella no es la que se hace de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón”.

7. REFERENCIAS

Berge, Yvone (1985). <i>Vivir tu cuerpo: para una pedagogía del movimiento</i> . Narcea. Madrid.
Bericat Alastuey, Eduardo (2000). <i>La sociología de la emoción y la emoción en la sociología</i> . Papers. Universidad de Málaga.
Berruezo, Pedro Pablo (2000). <i>El contenido de la psicomotricidad</i> . En Bottini, P. (ed.) <i>Psicomotricidad: prácticas y conceptos</i> . Pp. 43-99. Madrid: Miño y Dávila.
BOCyL de 2 enero 2008. REAL DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre.
BOE de 4 enero 2007. REAL DECRETO 1630/2006 de 29 diciembre.
Bolaños Bolaños, Guillermo (1991). <i>Educación por medio del movimiento y expresión corporal</i> . EUNED. Costa Rica.
Cabrera Mota, Ana Victoria (2009). <i>La timidez infantil</i> . Revista digital. <i>Innovación y Experiencias Educativas</i> . N° 16. España.
Cano Vindel, A., Pellejero, M., Ferrer, M. A., Iruarrizaga, I. y Zuazo, A. (1997). <i>Aspectos cognitivos, emocionales, genéticos y diferenciales de la timidez</i> . Revista <i>Electrónica de Motivación y Emoción</i> . Vol 3, N° 4. Universidad Complutense de Madrid.
Casassus, Juan (2007). <i>La educación del ser emocional</i> . Cuarto Propio. Santiago. España
Conde Caveda, José Luis (1994). <i>Cuentos Motores</i> . Paidotribo. Barcelona.
Conde Caveda, José Luis, Martín Moreno, Carmen y Viciano Garófano, Virginia (1998). <i>Las canciones motrices II: metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en la educación infantil y primaria a través de la música</i> . INDE. Barcelona.
Díaz Gómez, Maravillas, Alsina Matmitjá, Pep, Giraldéz Hayes, Andrea y Akoschky, Judith (2008). <i>La música en la escuela infantil (0-6)</i> . Grao. Barcelona.
Estanqueiro, Enrique (2006). <i>Principios de comunicación interpersonal: para saber tratar con las personas</i> . Narcea. Madrid.
Farreny Terrado, M ^a Teresa y Roman Sánchez, Gabriel (1997). <i>El descubrimiento de sí mismo: actividades y juegos de motricidad en educación infantil. (2º ciclo)</i> . Grao. Barcelona.
Franco Arroyo, Teresa (1988). <i>Vida afectiva y Educación Infantil</i> . Narcea. Madrid.
J. Elias, Maurice, E. Tobias, Steven y S. Friedlander, Brian. (2000). <i>Educación con inteligencia emocional</i> . Plaza & Janes Editoriales, S.A. Barcelona.
Lapierre, André (2005). <i>La formación personal en psicomotricidad</i> . Revista <i>Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales</i> , n° 19, 21-26.
Learreta Ramos, Begoña, Ruano Arriaga, Kiki y Sierra Zamorano, Miguel Ángel (2006). <i>Didáctica de la Expresión Corporal: talleres monográficos</i> . INDE. Barcelona.
Lowen, Alexander (1994). <i>La experiencia del placer</i> . Capítulo 9. Páginas 206 – 212. Paidós

Ibérica, S. A. Barcelona.
Montesinos Ayala, Diego (2004). <i>La Expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo</i> . Inde. Zaragoza.
Moreno, Ana. Ibarrola, Begoña. Delfo, SL. Ulloa, Cristina. Balzoa, Sofía y Sanz, M ^a José (2005). <i>Sentir y Pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años</i> . Ediciones SM. Madrid
Ortiz Cañada, Alexander Luis (2009). <i>Educación Infantil. Afectividad, amor y felicidad, currículo, lúdica, evaluación y problemas de aprendizaje. Colección Pedagogía, Didáctica, Currículo y Evaluación 2</i> . Ediciones Litoral.
Palomero Pescador, José Emilio (2011). <i>La psicomotricidad como eje del desarrollo infantil</i> . http://aufop.blogspot.com.es/2011/02/la-psicomotricidad-como-eje-del_26.html (Consulta: 10 de mayo de 2013).
Paymal, Noemí (2008). <i>Pedagogía 3000: Guía práctica para docentes, padres y uno mismo</i> . Brujas. Córdoba. Argentina.
Segura Morales, Manuel y Arcas Cuenca, Margarita (2003). <i>Educación las emociones y los sentimientos</i> . Narcea. Madrid.
Sugrañes, Encarnació, Ángel, M. Àngels, Andrés, María Neus, Colomé, Joana, Martí Pons, María Teresa, Martín Vitales, Rosa María, Pinell, Marta, Rodríguez Bodelon, Nuria, Yuste, Micaela y Yuste, Rosa (2007). <i>La educación psicomotriz (3-8 años): cuerpo, movimiento, percepción, afectividad: una propuesta teórico-práctico</i> . Grao. Barcelona.
Vivas, Mirella, J. Gallego, Domingo y González, Belkis (2006). <i>Educación las emociones</i> . Dykinson. Madrid.

8. ANEXOS

ANEXO 1: Objetivos de las tres áreas de conocimiento del currículum del segundo ciclo de Educación Infantil en relación con mi propuesta de trabajo.

CONOCIMIENTO DE SI MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

OBJETIVOS	RELACIÓN CON EL TRABAJO
1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.	- A través de la interacción con los demás, los y las niñas irán construyendo una imagen de sí mismos y unos esquemas sociales que influirán en su desarrollo emocional posterior. Por ello es fundamental promover un conocimiento positivo de su propia imagen, en un ambiente de confianza que favorezca su autoestima.
2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.	- Si se consigue un conocimiento y un control del propio cuerpo esto favorecerá una confianza en sus movimientos y sus gestos, se le dotará de la posibilidad de manifestar sus sentimientos, sin temor a equivocarse ante unos patrones ya establecidos en esa cultura, adquirirá su propia identidad.
3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.	- Al ser capaces de reconocer sus propias emociones y las de los demás se relacionarán con su entorno con mayor facilidad. En estas actividades trabajaré el respeto hacia otras culturas ya que a través de ver otras perspectivas se conocerán mejor ellos.

CONOCIMIENTO DE SI MISMO

OBJETIVO	RELACIÓN CON EL TRABAJO
1. Observar y explorar de forma activa su entorno, generando interpretaciones sobre algunas situaciones y hechos significativos, y mostrando interés por su conocimiento.	- Es importante que ellos mismos vayan descubriendo su entorno, interpreten los descubrimientos que vayan haciendo y sientan curiosidad por el mundo que les rodea, por ello me centraré en realizar aprendizajes significativos, que lo que aprendan sientan que es útil.

LENGUAS: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN

OBJETIVO	RELACIÓN CON EL TRABAJO
2. Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.	- En estas primeras edades, el cuerpo es primordial en las relaciones con los demás, por ello me he centrado en la expresión y la comunicación corporal para manifestar los sentimientos y emociones.

ANEXO 2: Objetivos específicos de las actividades de las cuatro sesiones dedicadas a una temática concreta, organizados según los cuatro bloques (la ciudad de los leones, el país de los gigantes, la tribu Keyú y la charca de los enanos) para agilizar la lectura, y clarificar los aspectos más importantes.

La ciudad de los leones

Objetivos conceptuales:

- Reconocer las siguientes habilidades: saltar a pies juntos y con una sola pierna, caminar, correr, nadar, rodar, agacharse y mantener el equilibrio.
- Identificar la diferencia entre grande-pequeño, rápido-lento y alto-bajo.
- Analizar y describir lo vivido en el cuento motor y la situación que se nos plantea.
- Señalar las diferentes zonas de su cuerpo.
- Identificar las emociones de los compañeros/as y en nosotros mismos, como miedo, alegría, sorpresa, vergüenza o tristeza.
- Diferenciar un sonido fuerte de uno suave.

- Reconocer su valor en el grupo.
- Indicar instrucciones a sus compañeros mediante su cuerpo.
- Señalar preferencias y opiniones.
- Reconocer los rasgos físicos propios y las posibilidades de movimiento.
- Comprender las responsabilidades que tiene dentro del grupo.

Objetivos procedimentales:

- Saltar a pies juntos, con una sola pierna, caminar, correr, nadar, rodar, agacharse y mantener el equilibrio.
- Representar con su cuerpo las siguientes características: grande, pequeño, rápido, lento, alto y bajo.
- Interpretar el cuento motor de forma vivenciada y participativa. Implicarse en la trama de la historia y desarrollar la imaginación.
- Reproducir un rugido y su nombre con voz fuerte y segura.
- Sostener la mirada del compañero/a.
- Expresar diferentes emociones, ya sea por imitación o por un sentimiento propio.
- Probar nuestra capacidad gestual ante el espejo.
- Expresar corporalmente acciones y emociones.
- Participar en las actividades en grupo, implicándose en las dinámicas.
- Manipular y experimentar con los espejos.
- Guiar a los compañeros/as de forma responsable.

Objetivos actitudinales:

- Disfrutar al caminar, saltar con los pies juntos, con una sola pierna, al nadar, correr, rodar, agacharse y al mantener el equilibrio.
- Enfatizar las características de grande, pequeño, rápido, despacio, alto y bajo.
- Sentir su cuerpo y jugar con las posibilidades gestuales y de movimiento que éste le ofrece.
- Valorar sus gustos, preferencias y opiniones, al igual que la de los demás.
- Ayudar y colaborar con los compañeros/as que lo necesiten, y confiar en la ayuda que le presten los demás.
- Ser consciente de sus responsabilidades y agradecer la labor de los demás.
- Confiar en sus acciones.

- Sentirse valorado en el grupo y protagonista de sus interacciones, valorando también la intervención de los compañeros/as.
- Apreciarse como persona individual.
- Establecer lazos afectivos con los compañeros y compañeras y con la maestra/o.

El país de los gigantes

Objetivos conceptuales:

- Reconocer las siguientes habilidades: caminar, subir, bajar, andar de puntillas, saltar, andar dando zancadas, encogerse, ir de cuclillas, arrastrarse, gatear y girar.
- Distinguir entre derecha e izquierda.
- Diferenciar entre arriba-abajo, alto-bajo, rápido-despacio, fuerte-flojo y móvil-inmóvil.
- Identificar la emoción de triste, contento y asustado.
- Relacionar las emociones positivas con hablar alto, cantar, divertirse y pisar fuerte. Y las emociones negativas con hablar bajo o en silencio y esconderse.
- Reconocer nuestras opiniones, gustos y preferencias.
- Identificar lo que podemos y no podemos hacer.
- Comprender nuestros movimientos y gestos, utilizar la expresión corporal de forma consciente en nuestra relación con los demás.
- Conocer las normas de las dinámicas.
- Reconocer nuestra función en el grupo, ya sea como protagonista o espectador.

Objetivos procedimentales:

- Caminar, subir, bajar, andar de puntillas, saltar, andar dando zancadas, encogerse, ir de cuclillas, arrastrarse, gatear y girar.
- Mover el cuerpo a derecha o izquierda, siguiendo las indicaciones de la maestra/a.
- Representar con el cuerpo arriba-abajo, alto-bajo, rápido-despacio, fuerte-flojo y móvil-inmóvil.
- Representar las emociones de triste, contento y asustado.
- Mostrar entusiasmo al hablar alto, cantar, saltar, correr deprisa, y divertirse. Y caracterizar la tristeza hablando bajo o en silencio, andar despacio, esconderse o agacharse.
- Indicar a los compañeros/as nuestras opiniones, gustos y preferencias.

- Comprobar lo que podemos y no podemos hacer, y en el caso de no poder, aprender.
- Jugar con nuestras posibilidades de movimiento y gestuales, experimentar con ellas individualmente y relacionándonos con los demás.
- Seguir las normas de los juegos de manera responsable, acatando las consecuencias de no hacerlo.
- Escuchar a los compañeros/as y ser protagonista de nuestras acciones. Saber transmitir nuestras ideas al grupo aceptando las de los demás.
- Cooperar con los demás, estableciendo relaciones afectivas.

Objetivos actitudinales:

- Disfrutar al realizar las siguientes habilidades: caminar, subir, bajar, andar de puntillas, saltar, andar dando zancadas, encogerse, ir de cuclillas, arrastrarse, gatear y girar.
- Mover el cuerpo a derecha o izquierda estando seguros de seguir bien las indicaciones de la maestra.
- Enfatizar los movimientos de arriba-abajo, alto-bajo, rápido-despacio, fuerte-flojo y movil-inmovil.
- Apreciar las emociones de asustado, contento y triste.
- Sentir alegría al cantar, hablar alto, correr deprisa y saltar. Y sentir tristeza al hablar bajo o estar en silencio, andando despacio o escondiéndose.
- Valorar nuestras opiniones, gustos y preferencias y respetar las de los demás.
- Ser capaces de pedir ayuda y de preguntar lo que no sepamos para poder aprender.
- Disfrutar de nuestras posibilidades de movimiento y expresión corporal, compartiendo la experiencia con nuestros compañeros/as.
- Respetar las normas y responsabilizarse de sus propios actos.
- Respetar el turno de palabra y valorar la participación propia y de los compañeros/as.

La tribu Keyú

Objetivos conceptuales:

- Reconocer las siguientes habilidades: andar de puntillas, correr, saltar, nadar, rodar y mantenerse en equilibrio.
- Identificar los conceptos de lejos-cerca y subir-bajar.
- Identificar las situaciones representadas de las reales, desarrollar la creatividad y la imaginación.
- Comprender el ritmo de una canción.
- Conocer nuestras opiniones, progresos y emociones y la de los demás.
- Reconocer nuestro valor como grupo.
- Memorizar una rutina de pasos en una canción.

Objetivos procedimentales:

- Andar de puntillas, correr, saltar, nadar y rodar. Mantenerse en equilibrio.
- Representar los conceptos de cerca-lejos, subir-bajar.
- Representar diferentes situaciones, disfrazarse, adquirir distintos roles y dejarse llevar por la dinámica.
- Seguir el ritmo de una canción.
- Comunicar nuestras opiniones, progresos y emociones a los demás y escuchar a nuestros compañeros/as.
- Entablar relaciones con nuestros compañeros/as a través del contacto directo, formando un grupo unido, en un ambiente de afecto y cariño.
- Realizar la secuencia de pasos y movimientos que se marcan de forma autónoma y segura.

Objetivos actitudinales:

- Disfrutar realizando las siguientes acciones: andar de puntillas, correr, saltar, nadar, rodar y mantenerse en equilibrio.
- Enfatizar los conceptos de lejos y subir.
- Valorar sus acciones y la de los compañeros/as, mostrar confianza en sus movimientos, espontaneidad y libertad de acción.
- Vivir la canción y el momento, sentir cada movimiento en la música.
- Apreciar nuestras opiniones y progresos. Respetar y escuchar a los demás.

- Valorar el contacto directo con los compañeros/as, disfrutando de las relaciones afectivas del grupo.
- Disfrutar de la danza de forma individual y grupal.

La charca de los enanos

Objetivos conceptuales:

- Reconocer las siguientes habilidades: caminar, reptar, sentarse, remar, nadar, tumbarse y correr.
- Explicar opiniones, capacidades, gustos y preferencias y las de los demás.
- Identificar las partes del cuerpo.
- Conocer nuestras posibilidades de representación y desarrollar la imaginación.
- Comprender cuando pedir ayuda.
- Conocer nuestro valor como persona y la de los demás.
- Identificar lo aprendido en el aula y llevarlo al mundo exterior, vivenciando el proceso.

Objetivos procedimentales:

- Caminar, reptar, sentarse, remar, nadar, tumbarse y correr.
- Exponer de forma clara y segura a los demás, opiniones, gustos y capacidades propias.
- Señalar las diferentes partes del cuerpo.
- Representar de manera imaginativa las situaciones que aparezcan en las actividades.
- Pedir ayuda a los demás cuando lo necesitemos.
- Demostrar que nos valoramos como personas y que confiamos en los demás.
- Actuar siguiendo los aprendizajes obtenidos dentro del aula, de manera que hayan sido útiles y aplicables.

Objetivos actitudinales:

- Disfrutar realizando las siguientes acciones: caminar, reptar, sentarse, remar, nadar, tumbarse y correr.
- Valorar sus opiniones, capacidades, preferencias y respetar la de los demás.
- Concienciarse de cada parte de nuestro cuerpo.
- Enfatizar las representaciones, vivenciando esos roles que vayan apareciendo.
- Responsabilizarse de nuestras capacidades y valorar el hecho de pedir ayuda.

- Aceptarnos como personas individuales y sociales, con nuestras aptitudes y suficiencias, y agradeciendo la confianza de los demás.
- Adaptarse a las diferentes situaciones de manera segura y positiva.

ANEXO 3: Descripción detallada de las sesiones

1. La ciudad de los leones

Primera sesión: Timoteo se presentará a los y las niñas y les explicará que ha viajada por muchos lugares, les propondrá si quieren conocer esos lugares con él. Además les enseñará su maleta trotamundos. En esta primera sesión conoceremos la ciudad de los leones y cómo son estos personajes, utilizaremos un cuento motor y varios juegos.

- El cuento motor será narrado por la maestra/o que participará en el cuento, mientras que los y las niñas lo representarán, será el siguiente: “Caminando por una selva, saltando troncos y nadando por lagos muy profundos llegué a una ciudad muy grande. Miré a mí alrededor y vi leones por todas partes, eran grandes y feroces. Me invitaron a jugar con ellos y pasamos la tarde saltando a la pata coja, corriendo, rodando...fue muy divertido, los leones corrían muy rápido por toda la ciudad y era muy difícil pillarlos, y saltaban tan alto que podían llegar hasta los tejados de sus casas y pasar de un tejado a otro dando grandes saltos. Pero entonces, me entró sed y fuimos al lago a beber agua, yo bebí un montón hasta que se me hincho la barriga pero los leones no se acercaban, se encogían y temblaban solo de pensarlo. Les pregunté que les pasaba y uno de ellos me dijo – A los leones de esta ciudad nos da mucho miedo mirar el agua, siempre que miramos otro león nos mira atentamente, con los ojos muy grandes y si le rugimos nos ruge y temblamos de miedo. Así que me quede a ayudarlos para que se les quitará el miedo”.

Una vez introducido el contexto de los leones con miedo a ver su propio reflejo y a que los demás los miren pasaremos a hablar con los y las niñas brevemente, para ir pensando entre todos cómo ayudar a los leones. Después pasaremos a realizar los siguientes juegos:

- La imagen del espejo: por parejas se situarán uno enfrente del otro y uno realizará gestos (miedo, alegría, enfado, burla, vergüenza o sorpresa) y movimientos (saltar, mantener el equilibrio, tocarse una parte del cuerpo o agacharse) mientras que el otro actuará de espejo imitando lo que haga el otro. Los niños y niñas improvisarán e imitarán a los compañeros/as de al lado, la maestra también guiará a las parejas para que muestren mayor variedad de gestos y movimientos. Después se cambiarán los puestos. Indicaremos

que cada vez los movimientos serán más rápidos y con mayor amplitud. Realizaremos dos o tres cambios de parejas según el tiempo del que dispongamos.

- La sala de los espejos: colocados de pie y en círculo, irán saliendo de uno en uno al centro para realizar movimientos que los demás imitaremos. Los movimientos que se realicen serán iniciativa de los niños/as, ya sean improvisados o recordando los del ejercicio anterior. Otra variante, en el caso de que hubiera niños/as que no quisieran salir solos al centro, sería dar la posibilidad de salir dos a la vez y que una parte imitará a uno y la otra parte al otro.

- Los leones fisgones: en este caso el juego consistirá en imitar a los leones, caminando como ellos, rugiendo, saltando alto como hacían ellos en el cuento, etc., como los y las niñas quieran, moviéndonos por el espacio y en el momento en el que se encuentran con otro niño o niña en el camino deberán mirarse e intentar no bajar la mirada, como si estuvieran mirando su reflejo, cuando uno de los dos baje la mirada los dos pueden seguir caminando.

Para finalizar la sesión realizaremos una relajación. Los y las niñas se tumbarán en el suelo boca arriba, con las manos en la tripa para sentir su respiración. Se les irá guiando para que cojan y suelten el aire un par de veces y después se les pedirá que cierren los ojos y se imaginen paseando por la ciudad de los leones, con la música escogida.

Segunda sesión: En esta segunda sesión Timoteo nos cuenta algunas cosas curiosas de la ciudad de los leones. En esta ciudad cuando se presentan a alguien que no conocen deben decir su nombre muy alto seguido de un gran rugido. Los y las niñas pasarán a ir diciendo de uno en uno su nombre muy alto y seguido de un fuerte rugido. Después Timoteo les cuenta que en esta ciudad todos visten de color naranja, van corriendo a todas partes y siempre tienen que estar contentos. A continuación se les preguntará a los y las niñas que color les gusta y como se sienten. Luego les dejaremos, con la música escogida para esta actividad, para que se muevan por el aula como ellos prefieran, y así les enseñen a los leones como les gusta moverse a ellos. Timoteo continuará contándoles que además, si tienen sed, los leones no pueden asomarse al lago a beber y con sus zarpas no pueden coger vasos ni botellas, así que cuando van a beber cierran los ojos muy fuerte y se acercan al lago, algunos paran a tiempo, beben y se alejan deprisa, pero otros caen al lago y se mojan y como no saben nadar tardan un montón en salir. Les propondremos a los niños/as intentar acercarnos al lago como los leones, marcaremos una zona como lago, y por parejas uno cerrará los ojos y seguirá las instrucciones del otro compañero, en el caso de que alguno no se atreva a andar a ciegas podrá cogerle la mano al

compañero. Por último, Timoteo les cuenta que el juego preferido de los leones es el ataque al castillo y pasan a realizar el juego: Se forman dos equipos y cada uno tiene una bandera en su castillo (un pañuelo a cada lado del campo), se marcara el campo a la mitad y la zona de castillo en cada zona. El objetivo es conseguir la bandera del otro equipo sin que te quiten la tuya. Cada miembro del equipo tiene una función: pillar a los que vienen a robar la bandera, sin salir de la zona de su castillo o robar la bandera contraria. Por lo que cada niño/a debe atender su responsabilidad en el equipo para que consigan su objetivo.

Por último se realizará la relajación, con las mismas indicaciones de la sesión anterior.

Tercera sesión: En esta sesión Timoteo les enseñará que objeto le han regalado los leones y que guarda en la maleta y lo compartirá con los niños/as. El recurso será un espejo. Cuanto más grande mejor, teniendo en cuenta que tiene que entrar en una maleta, y si además tenemos un espejo en clase para que puedan verse de cuerpo entero mucho mejor. Timoteo les explicará que los días que estuvo en la ciudad de los leones jugaron con ese espejo para ayudar a los leones con su miedo. En primer lugar nos iremos pasando el espejo para vernos y cada uno describirá algún rasgo físico propio (una peca, color de ojos, características del pelo, cuántos dientes se han caído...). Después jugaremos a “pasa la cara”: Sentados en círculo se realizará una cadena de gestos, es decir, el primero hará un gesto con la cara mirándose al espejo, y pasará el espejo al siguiente que imitará ese gesto viéndose en el espejo, así hasta que lo hagan todos. Se harán varias rondas y cada vez la iniciará uno.

Después les dejaremos que interactúen con el espejo, en el caso de no tener en el aula un espejo grande les llevaremos al cuarto de baño. Allí podrán experimentar como se ven, que gestos hacen, etc. Para finalizar iremos al aula y nos contaremos que cosas nos han parecido interesantes, que hemos visto y que hemos hecho. Es importante la puesta en común de las interacciones libres.

Acabaremos con una relajación, en la que tras las respiraciones guiadas los niños/as deberán recordar lo que veían en el espejo.

Cuarta sesión: En esta última sesión seguirán experimentando con los espejos. Cada niño/a se mirará al espejo por turnos y nos dirá como se siente, como se ve. Luego jugaremos a la “imagen del espejo”, el juego con el que comenzamos en la primera sesión. Este día Timoteo nos traerá en la maleta otros espejos, cóncavos y convexos, y todos nos miraremos en ellos, describiendo lo que vemos. Después simularemos que somos espejos cóncavos, convexos o planos. Para finalizar y despedirnos de la ciudad de los leones

daremos un beso a nuestro reflejo y Timoteo nos contará que los leones no volvieron a tener miedo a su reflejo.

Este día en la relajación, tras las respiraciones guiadas recordaremos nuestro viaje por la ciudad de los leones y nos despediremos de estos nuevos amigos.

2. El país de los gigantes

Primera sesión: En esta ocasión viajaremos al país de los gigantes y utilizaremos el siguiente cuento motor para introducirles en el contexto: “Después de estar andando días y días, subiendo montañas y bajando montañas, llegue a un país en el que todo era muy grande y había que mirar hacia arriba para ver donde acababan las casas. Fui andando de puntillas para ver ese país y a veces tenía que saltar muy alto para poder ver mejor. Entonces me asusté al escuchar un gran pisotón ¡PUM!, y otro ¡PUM!, alguien muy grande venía. Al levantar la cabeza vi un gran gigante, que caminaba dando grandes zancadas, en seguida me fui a esconder. Pero el gigante ya me había visto y dijo con voz muy grave - ¿Quién eres tú? Y ¿por qué eres tan pequeño? Salí de mi escondite y me presente. Fueron viniendo más gigantes, todos andaban encogidos, dando grandes zancadas. Estaban muy contentos de verme, ellos también querían ser pequeños como yo, a veces iban de cuclillas para ser más pequeños pero se tropezaban y caían. Otras veces iban arrastrándose por el suelo pero se manchaban la ropa. Y otras, iban a gatas pero así se hacían daño en las rodillas y lloraban. – No nos gusta ser tan grandes, todos pueden vernos, siendo pequeños todo sería mejor. Así que me quede allí a ayudar a los gigantes.”

A continuación nos juntaremos para cambiar opiniones sobre estos habitantes a quienes no les gusta ser grandes y destacar y Timoteo les propondrá ayudar a los gigantes.

Simularemos con los y las niñas que vamos a dar un paseo por este país, seremos gigantes muy altos, que dan grandes zancadas y pisan muy fuerte. Iremos indicando por donde pasan y ellos irán girando, agachándose o la acción que corresponda, siempre en el papel de un gigante: un túnel, curvas a la derecha y a la izquierda, saltar un río, trepar un árbol...Después cada niño y niña irá diciendo por donde prefiere ir y que quiere ver de este país y todos iremos allí. Por ejemplo si un niño dice que le gusta saltar charcos, todos simularemos ir a saltar charcos, y si otro dice que quiere ver el parque de este país todos iremos al parque. La maestra ayudará a los y las niñas que les cueste más decidirse a donde ir, realizándoles preguntas.

Después jugaremos al escondite inglés, pero les contaremos que Timoteo jugaba con los gigantes de la siguiente forma: uno de los niños/as, situado en la pared, se la quedará y contará hasta tres sin mirar, después se dará la vuelta y mirará a los demás. Éstos a su vez, desde el otro extremo del campo caminarán hacia adelante cuando el que se la queda está contando y no les ve. Al girarse podrá mandar atrás, a que vuelva a empezar, a aquellos que le estén mirando a los ojos. Los demás podrán seguir caminando despacio, con pasos pequeños sin mirar al que se la queda, y cuando vuelva a contar caminar otra vez rápido.

Por último realizaremos la relajación. Tras las respiraciones guiadas, indicaremos a los y las niñas que se imaginen caminando por la ciudad de los gigantes.

Segunda sesión: Esta vez Timoteo les contará cómo vivían los gigantes. Allí todos vestían de colores oscuros, y hablaban muy bajo, para no llamar la atención. Además tenían la ley de la risa silenciosa, por la que ningún habitante de este país podía reírse en voz alta. Todo esto hacía que el país de los gigantes fuera un poco triste. Timoteo les enseña los siguientes juegos para que vivan más felices. Pasaremos a realizar estas actividades.

- ¡Hola!: Nos moveremos por el aula libremente, sin chocar con los demás, y cuando nos crucemos con alguien le saludaremos con un “hola” seguido del nombre del niño/a, con voz clara y alto y le daremos un apretón de manos o un abrazo.

- Cantemos con la música: en este juego utilizaremos una música de fondo, los y las niñas irán moviéndose por el aula y cantando o tarareando, si la música está a un volumen bajo irán despacio, simulando estar tristes y cantando bajo, y cuando la música este alta saltarán o correrán y cantarán bien alto. En algún momento se apagará la música y deberán quedarse quietos en el sitio y en silencio. Iremos poniendo la música cada vez más alta, siempre teniendo presente los niveles permitidos para ese aula, de manera que los y las niñas cada vez se vayan desenvolviendo más con la música.

- Pasa la risa: les explicaremos que como los gigantes no estaban acostumbrados a reír tenían que practicar la risa, y lo hicieron con este juego. Nos colocaremos en círculo y uno comenzará riendo acompañando esa risa con un movimiento, por ejemplo saltar de alegría o levantar los brazos. El siguiente niño/a lo imitará y así se irán pasando esa risa y ese movimiento. Se realizarán tres cadenas y cada vez la iniciará un niño/a.

- Y tú, ¿cómo te ríes?: Cada niño y niña nos enseñará como se ríe y los demás le escucharemos atentamente. De manera que cada niño/a sea el protagonista de ese momento y lo más importante que hay que escuchar sea su risa.

- Risas y caras serias: a continuación les indicaremos que cuando el maestro/a levante el brazo nos reiremos todo lo que podamos y cuando lo baje tendremos que ponernos muy serios. El o la niña que se ría cuando hay que estar serio o al revés será “castigado”, los niños o niñas que tenga a cada lado le harán cosquillas.

Por último realizaremos la relajación, recordando todo lo que hemos hecho hoy e imaginándonos de nuevo en el país de los gigantes y cómo estos jugaban a lo que hemos jugado hoy nosotros.

Tercera sesión: Hoy Timoteo nos trae en la maleta trotamundos globos de colores y de muchas formas y tamaños. Nos cuenta que a los gigantes les gustaban, que eran sus juguetes preferidos desde que Timoteo les enseñó uno. A continuación cada niño y niña nos contará cual es su juguete preferido. Después les daremos un globo redondo a cada uno, del color que ellos elijan y les dejaremos jugar libremente con ellos.

Timoteo les preguntará, después de haber estado jugando, por qué creen que les gustaban tanto a los gigantes esos globos. También les preguntaremos si pueden ellos y ellas hinchar el globo solos y que lo intenten si no saben si pueden o no, además les indicaremos que pidan ayuda si no pueden. Luego se les enseñarán los juegos que en este país hacían con los globos.

- ¿Qué globo soy?: un niño/a saldrá del aula con el maestro/a y le enseñará un globo, tendrá que recordar el color y la forma. Después tendrá que representar delante de sus compañeros como es ese globo y los demás tendrán que adivinarlo. No podrán hablar, solo hacer gestos. Por ejemplo representar que son grandes o redondos, o alargados y finos o pequeños. Para el color podrán buscar por el aula el color y señalarlo. Si el color no estuviera en el aula podrán hablar y decir que cosas son de ese color. Además tendrán que representar si el globo está hinchado o deshinchado. Todos los y las niñas saldrán a representar un globo.

- “Pasa el globo”: en este juego los gigantes, colocados en círculo, se pasaban el globo de unos a otros. El globo pasaba por todos y cada vez iban introduciendo un globo más. Todos participaban en ese juego.

- “Cadena de globos”: en esta actividad los niños y niñas se agruparon en parejas y deberán desarrollar estrategias para transportar el globo de un lado a otro del aula sin tocarlo con las manos. Irán saliendo parejas voluntariamente para transportar el globo. No se podrá repetir la forma de llevarlo y deberán participar los dos del grupo. Cada vez se podrá llevar más de un globo.

Por último realizaremos la relajación, esta vez después de las respiraciones guiadas imaginaremos que somos los globos, pero globos de helio, que vuelan.

Cuarta sesión: En esta última sesión Timoteo traerá globos y gomet de varias formas y colores. Timoteo nos contará que a los gigantes les gustaban tanto los colores de los globos que decidieron ponerles más colores aún, así que los decoraron con gomet. Los y las niñas pasarán a decorar sus globos con los gomet que ellos quieran. Después los colocaremos por el aula para que todos puedan verlos. Estos globos se quedarán ya en el aula hasta final de curso.

Después les contaremos cómo uno de los gigantes aprendió a hacer nuevos juguetes con los globos y les daremos un mono, un perro, una mariposa, una flor, un gorro... formas de globoflexia con las que jugarán de forma libre. Es importante que cada niño y niña al pedir la forma que más le guste, dentro del abanico de posibilidades de la maestra, nos indique por qué quiere esa forma y no otra. Después cada niño y niña nos contará a que ha jugado con su globo y todos escucharemos.

Por último haremos una breve reflexión sobre este país y los gigantes. Y Timoteo nos contará que a partir de entonces todo el país estaba decorado como nuestra clase con globos de todos los colores y los gigantes ya no volvieron a estar tristes, sus risas eran fuertes y se oían por todo el país.

En esta última sesión, tras las respiraciones guiadas, recordaremos nuestro paso por este nuevo lugar e imaginaremos el país de los gigantes ahora con muchos colores.

3. La tribu Keyú

Primera sesión: Esta vez viajaremos hasta la tribu de los Keyú, introducida con el siguiente cuento motor: “Una mañana al despertarme, me estiré y bostecé y entonces vi a lo lejos una nube de humo que subía como una serpiente bailando, hasta el cielo. Me acerqué de puntillas, con cuidado, a ver quién hacía ese humo. Corrí a un arbusto, y después a otro, salte una piedra y me escondí detrás del tronco de un árbol. El humo salía de una gran hoguera que unas personas con plumas y hachas hacían subir muy alto. Me encontraba en una tribu de indios, y me acerqué a conocerlos. Allí nadie reía, ni jugaba, todos estaban muy serios, con los brazos cruzados. Yo quería correr a ver toda la tribu de los Keyú, que así se llamaban, saltar por entre los árboles, nadar en el río que había cerca de allí y rodar por la hierba, pero allí no les gustaba moverse, así que estaban quietos a veces en los dos pies, otras sobre una pierna y otras sobre la otra pierna. El jefe de la tribu Keyú me pidió que me

quedará con ellos para que les enseñará juegos, porque se les había olvidado como se jugaba y ahí comienza nuestra aventura”.

Comenzaremos con una breve conversación entre todos para comentar lo que nos han parecido estos nuevos amigos. A los y las niñas que ya sepamos que les cuesta más participar les preguntaremos directamente a ellos/as que opinan, es muy importante que los demás le escuchen. Después pasaremos a invitarles a seguir aprendiendo más sobre la tribu Keyú. Timoteo nos contará que lo primero que el jefe de la tribu quería aprender era a abrazar porque como siempre estaban serios y con los brazos cruzados ya no recordaban como se hacía. Les preguntaremos a los y las niñas si ellos/as saben abrazar y pasaremos a jugar a los siguientes juegos:

- “Eram sam sam”: Los y las niñas se moverán por el terreno cantando la canción de “Eram sam sam” y cuando la maestra diga un número los niños/as se agruparan tantos como marque el número, abrazándose, es decir que si la maestra dice dos se abrazaran por parejas y si dice cuatro se abrazarán en grupos de cuatro. La canción es la siguiente: Eram sam sam, eram sam sam, culi culi culi culi culi eram sam sam. Eram sam sam, eram sam sam, culi culi culi culi culi eram sam sam. Arabi, arabi, culi culi culi culi culi eram sam sam. Arabi, arabi, culi culi culi culi culi eram sam sam.” Los y las niñas se moverán por el terreno siguiendo el ritmo de la canción. Si son un grupo par haremos agrupaciones pares y si es un grupo impar haremos grupos impares, con el objetivo de que nadie se quede fuera. Debemos hacer hincapié en que todos y todas son necesarios para conseguir el número que se indica de niños/as.

- “Te regalo un abrazo”: En este juego nos colocaremos en círculo y uno por uno iremos saliendo al centro para dar un abrazo a un compañero/a diciendo por qué. Por ejemplo: porque es mi amigo, porque me gusta su camiseta, porque me gusta jugar con ella, porque me ha dejado su juguete... No se podrá repetir, de manera que todos y todas reciban un abrazo y una razón para ese abrazo. La maestra/o podrá ayudar al que esté indeciso preguntando con quién te gusta jugar, quién te gusta como colorea, quién te deja jugar con sus juguetes...preguntas cercanas a su día a día y que comprendan.

En esta sesión la relajación consistirá en realizar las respiraciones guiadas y después imaginarnos bailando junto al fuego con los indios de la tribu Keyú.

Segunda sesión: Hoy Timoteo nos contará algunos rasgos de esta tribu. Aunque siempre estaban serios algunas veces se sentían más contentos, otros días más tristes o enfadados... y una de sus normas era decir siempre como se sentían para que los demás supieran como se encontraban ya que tenían siempre la misma cara. A continuación iremos preguntando a cada niño/a cómo se encuentra.

Después, Timoteo les explicará como era un día en la tribu. Al despertar cantaban una canción para que tuvieran buena suerte ese día. Primero estaban muy serios y casi no se les oía pero a medida que se va repitiendo la canción se va alzando la voz y los gestos son más pronunciados. La canción consistirá en pronunciar sonidos y bailar al ritmo que entre todos marquemos, cada vez con más fuerza y más alto.

Luego se repartían las tareas y cada indio e india indicaba lo que más le gusta hacer y lo que peor se le da. Preguntaremos a los y las niñas que es lo que mejor saben hacer y que es lo que peor se les da, y uno por uno irán contestando, si necesitan ayuda la maestra les hará preguntas para que les sea más sencillo.

Al acabar el día los indios de la tribu Keyú se disfrazaban de animales y hacían obras de teatro para entretener a los más pequeños y que se durmieran. En el aula nos imaginaremos que somos animales, cada uno el que quiera comunicándole a la clase que animal a escogido y porque. Después, con la canción de “Ani kuni” de fondo, interpretarán el papel que les corresponde dependiendo del animal, moviéndose por el espacio e interactuando con los y las compañeras. Al finalizar la música nos reuniremos y verbalizaremos lo que hemos representado. Cada niño y niña nos contará que ha hecho, con quien ha estado, qué ha visto, dónde estaba, etc. Al igual que en otras ocasiones la maestra/o irá realizando preguntas con el fin de que los y las niñas que les cueste un poco más expresarse en público les sea más sencillo. Al ser acciones imaginadas por ellos, eso les dará más seguridad que si hablan de ellos mismos.

Por último los indios se iban a dormir a sus tiendas, y en ese momento realizaremos la relajación, recordando nuestro día en la tribu Keyú.

Tercera sesión: En esta ocasión Timoteo nos traerá en la maleta trotamundos pañuelos de muchos colores. Les preguntaremos que opinan de este material y porque les gustará a los indios o para qué lo utilizarían. Presentaremos este material explicando que los indios de la tribu Keyú eran grandes bailarines y a través de la danza decían lo que pensaban y sentían por lo que era muy importante para ellos. Con estos pañuelos hacían que sus bailes fueran más coloridos y alegres.

En primer lugar les dejaremos jugar con los pañuelos, nos colocaremos en círculo y con la música de fondo de “Ani Kuni” podrán bailar con los pañuelos como ellos quieran. Iremos bailando y saliendo al centro del círculo o de uno en uno o en parejas.

Después aprenderemos un baile dirigido por la maestra. Cada niño/a escogerá dos pañuelos que se atarán en cada muñeca. Timoteo les dirá que esta canción, “Anikuni”, es la que más les gustaba a los indios Keyú, la utilizaban para invocar al fuego y que se la enseñaron para que se la trajera a los y las niñas. Al finalizar les preguntaremos si les ha gustado que es lo que más les ha gustado y que lo que menos.

Por último realizaremos la relajación, imaginando como bailaban nuestros amigos con sus pañuelos de colores junto al fuego.

Cuarta sesión: Iniciaremos esta sesión bailando la danza del fuego, “Ani kuni”. Después comentaremos que más podían hacer los indios Keyú con estos pañuelos. Después de escuchar las opiniones de los y las niñas Timoteo les explicará como los indios aprendieron a jugar con estos pañuelos. Jugaban a las siguientes actividades:

- “El caballo ciego”: similar a la gallinita ciega. Los y las niñas formaban un círculo, que sería el establo del caballo. Un niño o niña sería el caballo ciego y le taparíamos los ojos con el pañuelo, éste debería ir andando dentro del círculo hasta encontrarse con otro niño/a y mediante el tacto adivinar quien es. Todos los y las niñas saldrán al centro, de manera que tengan todos la oportunidad de experimentar la sensación de no ver y confiar en el sentido del tacto.

- “El desfile de los Keyú”: otro juego que aprendieron fue el de disfrazarse con los pañuelos, se los ponían de sombreros, faldas, camisetas, capas, pulseras... De modo que dejaremos a los niños/as pañuelos de varios colores y tamaños y podrán vestirse como quieran, la maestra les ayudará a ponérselo si se lo piden, pero ellos y ellas serán las que escojan qué quieren ponerse y dónde. Después todos los niños/as realizarán un desfile con su nuevo atuendo y nos contarán que se han puesto y para qué, a donde van a ir así.

- “La obra de teatro”: una vez que están todos disfrazados realizaremos una obra de teatro. Dividiremos la clase en dos, unos serán el público y los otros los actores, después cambiaremos. Podrán representar lo que quieran y la maestra les ayudará. El público aplaudirá cuando vean algo que les guste.

Por último en la relajación de hoy recordaremos nuestro paso por la tribu Keyú y nos imaginaremos diciéndoles adiós.

4. La charca de los enanos

Primera sesión: En este último viaje Timoteo nos presentará los personajes con el siguiente cuento motor: “De regreso a casa, caminando y caminando, tropecé y ante mis ojos se encontraba un gran charco. Me acerque reptando para verlo mejor ya que ese charco no era como otros charcos que hayas podido conocer. En él había casas sobre el agua y personas pequeñas que sentados en sus barcos remaban dos veces para un lado y dos para el otro. Un poco más allá, otras personas nadaban por la charca, un brazo, luego el otro, ¡qué bien lo hacían!. Me tumbé cerca para poder ver mejor. En ese momento uno de esos pequeños personajes se acercó corriendo por la orilla a mí, corría muy rápido - ¿Quién eres tú? Y ¿de dónde vienes?- Me dijo. Le salude y me senté a su lado, le conté que estaba viajando por el mundo y se interesó mucho. Cuando me di cuenta, muchas de esas personas corrían hacia mí para escucharme, venían de todas partes, saltaban de casa en casa, nadaban por el charco, y remaban en sus botes. Todos querían saber de los viajes que había hecho y de los personajes que tú ya has conocido. Así que me quedé una temporada en el charco de los enanos.”

Después comentaremos que nos parecen estos nuevos amigos que quieren conocer otros lugares y pasaremos a conocerlos un poco mejor. Además preguntaremos a los y las niñas que saben y que no saben hacer en el agua (nadar, bucear, hacer el pino, tocar el suelo de la piscina...), siempre intentando que digan algo que sí saben y algo que no y respetando a todos. Timoteo les presentará algunos juegos que aprendió estando allí, serán los siguientes:

- “Piratas y bucaneros”: al vivir en el agua casi siempre viajaban en barcos y les gustaba jugar a que unos eran los piratas y otros los bucaneros, a los que cuando un pirata les pillaba se le hundía el barco y tenían que llevarlo a reparar. Los y las niñas simularán que van en barcos, cuatro serán piratas y los demás bucaneros, salvo dos que serán los encargados de reparar los barcos. Irán corriendo por el espacio y cuando un pirata pille a un bucanero, éste deberá pedir ayuda para que le reparen el barco, quedándose quieto en el sitio. El barco se reparará con un abrazo de uno de los dos niños encargados de esta tarea. Debemos señalar que la tarea de estos dos es muy importante ya que todos los bucaneros dependen de ellos para poder seguir jugando. Se irá cambiando el rol de los y las niñas, sobre todo el de reparador de barcos, para que todos puedan serlo. Además los piratas tendrán un tiempo para elaborar sus propias estrategias.

- “¿Te gusta, te gusta?”: este juego consistirá en conocer los gustos y preferencias de los demás. Un niño o niña se la quedará colocándose en la pared, a unos 10 metros se situarán los demás en una fila mirando a la persona de la pared. Uno por uno irá preguntando a éste niño/a si le gusta una comida, un animal, un color...lo que quieran. Dirán “¿te gusta, te gusta...?”. Podrán ayudarse diciendo cosas que a ellos mismos les guste. Si dice que no le gusta se quedarán en el sitio pero si le gusta podrá moverse tantos pasos y del tamaño que diga el que se la queda. Por ejemplo si algo le gusta mucho dirá tres pasos de gigante y si algo le gusta poco dirá dos pasos de hormiga.

Para finalizar realizaremos la relajación imaginando que estamos en el charco de los enanos, podemos imaginar que lo vemos desde arriba o como enanos.

Segunda sesión: Hoy Timoteo nos contará algunos rasgos de estos personajes. A los enanos de la charca les encantaba cantar y bailar, y la canción que más les gustaba era la de “Nadie como tú” y la cantaban constantemente. Invitaremos a los y las niñas a conocer esta canción y a bailarla y cantarla, como ellos prefieran, ya sea solos o con alguien. La escucharemos dos veces.

Además, a estos enanos les gustaba inventarse aventuras en las que viajaban a sitios lejanos. Así que nosotros también jugaremos a eso a ver si también nos gusta. Nos sentaremos en círculo y un niño/a o la maestra comenzará a contar una historia, y uno por uno cada niño añadirá un poco más, hasta el último que deberá ponerle un final. Les indicaremos que gracias a todos hemos podido crear una gran historia. Repetiremos tres veces, para que vayan cogiendo fluidez. Si un niño/a ve que a su compañero le cuesta más podrá ayudarlo diciéndole algo al oído.

Otro rasgo de los enanos es que al ser tan pequeños podían meterse en casi cualquier sitio. Timoteo les contará como un día un enano curioso se le metió por la camiseta y viajó por su cuerpo haciéndole cosquillas. Les preguntaremos a los y las niñas si también quieren sentir como un enanos viaja por su cuerpo. Imaginaremos que un enano se nos mete en las zapatillas y nos hace cosquillas, después iremos guiando a los y las niñas por las diferentes partes del cuerpo y ellos simularán que tienen cosquillas por esa parte del cuerpo. Al final tendremos cosquillas por el cuerpo entero. Por último cada niño/a nos dirá a todos donde le ha hecho más cosquillas su enano.

En esta sesión la relajación consistirá, tras las respiraciones guiadas en recordar lo visto en este lugar.

Tercera sesión: El último regalo que nos trae Timoteo en su maleta trotamundos son las fotografías que hemos estado haciendo en las sesiones. Las utilizaremos para enseñar a los enanos los lugares por los que hemos estado.

Los y las niñas deberán hacer una lista, entre todos, de los lugares que hemos visto y quién vivía allí, además de que les pasaba y que nos trajo Timoteo de allí. La maestra/o irá escribiendo en la pizarra (con dibujos y con letras, esquematizado) lo que los y las niñas vayan comentando.

Después repartiremos las fotos por los niños y niñas y deberán organizarse para ordenarlas cada una en su lugar (la ciudad de los leones, el país de los gigantes, la tribu Keyú y el charco de los enanos). Por detrás de las fotografías habrá un símbolo que se relacionará con el lugar: la cara de un león, una huella gigante, una pluma o un barco. Cuando cada niño y niña sepa a donde pertenece su foto deberán todos los miembros de ese grupo contar al resto algo sobre ese lugar y mostrarnos las fotografías. Así los cuatro grupos. Por último colocaremos en el aula las fotografías para que las podamos ver cuando queramos.

Hoy en la relajación, tras las respiraciones guiadas, recordaremos nuestro viaje por estos cuatro lugares.

Cuarta sesión: En la última sesión cada niño y niña nos dirá cual es su fotografía preferida y cual la que menos le gusta y por qué. Después jugaremos a representar fotografías. En grupos de cuatro o cinco niños/as irán eligiendo una foto y luego la representarán, primero un grupo y los demás tienen que adivinar que foto están representando. Así hasta que salgan todos los grupos.

Además saldremos del aula para hacernos fotos en el colegio y poder juntarlas a las demás fotos, así los enanos de la charca también conocerán donde aprendemos. Esta es una oportunidad para que se relacionen con otras personas del centro y que interactúen con su medio más cercano, no sólo en lo ficticio.

Al ser la última sesión les dejaremos que jueguen con el espejo, los globos, los pañuelos y las fotografías. Cada niño/a podrá cambiar de actividad cuando quiera.

Por último nos despediremos de Timoteo que seguirá con sus viajes.

En esta sesión la relajación consistirá en las respiraciones guiadas y en recordar todos los lugares por donde hemos viajado. Les iremos guiando con la voz primero por la ciudad de los leones, después por el país de los gigantes, la tribu de los Keyú y el charco de los enanos.

ANEXO 4: Descripción del baile dirigido de la canción “Ani kuni” que se realizará en la tercera sesión de “la tribu Keyú”.

<p>Ani kuni sa au ani Ani kuni sa au ani A gua gua nika na ka ina A gua gua nika na ka ina E ea uni bi si ni E ea uni bi si ni</p>	<p>De pie, formaremos un círculo que girara mientras andamos dando pequeños saltos cada vez con un pie. La postura será un poco agachados y balanceando nuestro cuerpo de adelante hacia atrás levemente.</p>
<p>Ani kuni sa au ani Ani kuni sa au ani A gua gua nika na ka ina A gua gua nika na ka ina E ea uni bi si ni E ea uni bi sino</p>	<p>Nos detenemos en el sitio y elevamos una pierna y el brazo contrario, alternativamente y al ritmo de la música.</p>
<p>Ani kuni sa au ani Ani kuni sa au ani A gua gua nika na ka ina A gua gua nika na ka ina E ea uni bi si ni E ea uni bi sino</p>	<p>Seguimos en el sitio y esta vez movemos los pañuelos a nuestro alrededor. Adelante, atrás, en círculos, arriba y abajo.</p>
<p>Ani kuni sa au ani Ani kuni sa au ani A gua gua nika na ka ina A gua gua nika na ka ina E ea uni bi si ni E ea uni bi sino</p>	<p>Por último nos sentamos con las piernas cruzadas y elevamos los brazos y los bajamos al ritmo de la música.</p>

ANEXO 5: Evaluación de las sesiones.

La evaluación continua se recogerá en un diario de la maestra/o, en base a los objetivos específicos de de cada bloque de sesiones, ya detallados en el anexo 2 y a los objetivos principales de cada actividad, referentes a los ítems que se evaluarán.

EJEMPLO: TABLA DE LA MAESTRA/O. Se añadirían columnas según los alumnos/as existentes y se completaría de la manera indicada en el ejemplo, siguiendo las anotaciones previas de las observaciones de la maestra/o.

Confianza	María	Pedro	Juan	Raquel	Eva
-Conocer cualidades y habilidades de uno mismo.	C	C			
-Identificar las preferencias propias.	C	C			
-Adquirir la noción de grupo.	C	D			
-Expresar y comunicar las habilidades propias.					
-Tomar decisiones					
- Saber dirigirse a un grupo de personas.					
-Apreciar las cualidades y habilidades de sí mismo.					
-Tener la iniciativa					
-Valorarse como miembro de un grupo.					
Autonomía					
-Conocer los sentimientos del grupo.					
- Reconocer los propios actos.					
- Interiorizar los hábitos y rutinas diarias.					
-Tener en cuenta los sentimientos ajenos.					
- Participar en las actividades.					
-Realizar las rutinas diarias.					
-Valorar a los compañeros/as.					
- Responsabilizarse de los propios actos.					
-Implicarse en las rutinas diarias.					
Autoconocimiento					
-Reconocer los propios gustos, deseos y sentimientos					
- Saber lo que hace uno mejor y lo que hace peor.					
- Expresar necesidades, deseos y sentimientos.					
-Actuar consciente de nuestras posibilidades e intentar mejorar.					

-Valorarse como persona individualmente, con los aspectos negativos y los positivos.					
Relajación					
-Conocer su personalidad. -Rememorar la sesión y prepararse para cambiar de actividad					
-Indagar dentro de él o ella. -Recordar las experiencias llevadas en el aula.					
-Sentirse cómodo con él mismo. -Valorar ese momento.					

EJEMPLO: TABLA DE AUTOEVALUACIÓN DE LOS PARTICIPANTES. Se iría completando con un gomet verde con una cara contenta o un gomet rojo con una cara triste, en la sesión correspondiente, sirviendo de apoyo visual a la dinámica de grupo que se realiza al finalizar las sesiones.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
María																
Pedro																
Juan																
Eva																