



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
ESCUELA UNIVERSITARIA DE EDUCACIÓN DE PALENCIA.
TRABAJO FIN DE GRADO

**PROMOCIONAR LA SALUD EN
EDUCACIÓN INFANTIL. ESTUDIO
DE CASOS CEIP “PLAYA DE
ARGINEGUÍN”**

**Autora: Sara Luján Santana.
Tutor: Marcelino Juan Vaca Escribano.**

Palencia, Septiembre 2013.

RESUMEN

Los hábitos de vida saludable y, entre ellos el desarrollo de la motricidad en Educación Infantil, corresponden a algunas de las competencias fundamentales en la escuela.

La mala alimentación y el poco ejercicio físico repercuten directamente en el estado tanto físico como psíquico de niños y niñas, e influye negativamente en su aprendizaje.

El objetivo de este trabajo es el de aportar datos para mejorar la concienciación sobre este tema y proponer un camino a seguir para mejorar dicha situación.

PALABRAS CLAVE: Educación Infantil, salud, motricidad, hábitos de vida saludable.

ABSTRACT

Healthy living habits and motor development in early childhood education, are some of the basic skills in school.

Poor diet and little physical exercise directly affect the physical and psychological state of children, which affects their learning.

The aim of this work is to provide data to improve awareness of this issue and propose a way forward to improve the situation.

KEYWORDS: Early Childhood Education, health, motor skills, healthy lifestyles.

ÍNDICE

PRIMERA PARTE

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	5-7
2. OBJETIVOS.....	7
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	8-23
3.1. Estudio de casos.....	8-9
3.2. Desarrollo de la motricidad y su importancia en infantil.....	10-12
3.2.1. La evolución psicomotriz.....	10
3.2.2. La evolución de las funciones motrices.....	10-11
3.2.2.1. Etapa Preoperacional.....	10-11
3.2.3. Importancia del desarrollo motor.....	11-12
3.3. La promoción de la salud en la escuela.....	12-19
3.3.1. La transversalidad.....	14-15
3.3.2. Atender la dimensión axiológica de la enseñanza.....	15-16
3.3.3. Conversión de una Escuelas en un centro Promotor de Salud.....	16-17
3.3.4. Elementos que favorecen o dificultan el desarrollo de la educación para la salud.....	17-19
3.4. Modalidades educativas.....	19-23
3.4.1. Educación formal.....	20-21
3.4.2. Educación no formal.....	21-22
3.4.3. Educación informal.....	22-23

SEGUNDA PARTE

4. DISEÑO DEL ESTUDIO DE CASOS.....	24-37
4.1. Relación familia-escuela.....	24-28
4.1.1. ¿Cómo se distribuye?.....	24-25
4.1.2. Distribución de la implicación de las familias.....	26
4.1.3. Líneas llevadas a cabo por el centro en relación con las relaciones familia-escuela.....	27-28
4.2. La importancia de la salud en este centro de educación infantil.....	29-33
4.2.1. El centro. ¿Qué importancia se le da?.....	29-30
4.2.1.1. Proyectos llevados a cabo.....	30
4.2.2. Colaboración de las familias.....	31
4.3. Educación motriz en educación infantil.....	32-37
4.3.1. Educación formal.....	32-34
4.3.1.1. Importancia.....	32-34
4.3.1.2. Tipos de actividades.....	34-35
4.3.2. Propuestas extraescolares.....	35-38
4.3.2.1. Implicación del centro en fomentarlas.....	35-37
4.3.2.2. Tipos de actividades.....	37
4.3.2.3. Interés de las familias en las actividades extraescolares.....	38
5. ANÁLISIS DE DATOS.....	39-40

TERCERA PARTE

6. ALCANCE DEL TRABAJO.....	41-42
7. CONSIDERACIONES FINALES.....	43-44
8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS.....	45

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Para finalizar mi etapa formativa de Grado en Educación Infantil, debo demostrar mi capacidad para investigar y comprender alguno de los ámbitos de la práctica profesional. De ese modo, con la realización de esta indagación deberé aportar nueva información respecto a algún tema de interés que competa a la Educación Infantil.

El tema que he decidido llevar a cabo es la importancia de la salud en Educación Infantil y, como consiguiente, la necesidad de tratar la educación motriz con la importancia que, realmente, merece. Pues, desde una perspectiva motriz, conocemos y comprendemos que los niños y niñas son movimiento.

Considero que es un tema de gran interés y relevancia pues es bien sabido que la obesidad infantil es bastante elevada, y cada vez lo es aún más. Tanto es así, que una vez comenzado este trabajo salió un estudio que mostraba datos en los que aparece que la comunidad autónoma con mayor índice de obesidad infantil no es otra que Canarias. Por ello, alcanzó una mayor importancia en mis búsquedas, ya que, incluso se está pensando en proponer una hora de “psicomotricidad”¹ o actividad motriz al día para que los niños/as adquieran una mejora en su calidad de vida.

Para abordar este tema no podemos quedarnos sólo con lo que se hace en los centros sino que debemos ir más allá y ver qué hacen las familias y cómo afrontan este problema. Sabemos y comprendemos que para las familias la salud de sus hijos/as es algo primordial y fundamental pero ¿realmente consideran que la obesidad es un problema de salud?

Muchas familias no consideran la obesidad infantil como un problema pues creen que son niños/as y están en edad de crecimiento y es algo normal pero deben tener en

¹ Psicomotricidad: es el término que utilizan en el centro para las clases de educación motriz.

cuenta y pensar primero si están obesos por comer en exceso y comidas poco saludables, o realizar poco ejercicio físico, etc.

Es necesario que los niños/as se muevan y realicen ejercicio, aún más en estos tiempos en los que prácticamente sólo juegan con aparatos electrónicos, los cuales no requieren de ningún ejercicio. Pues, anteriormente los niños/as iban al parque se relacionaban entre ellos y jugaban corriendo de un lado a otro pero en la actualidad casi no salen de casa. Por ello, es importante que acudan a actividades extraescolares dónde se muevan y jueguen con su cuerpo experimentándolo y aprendiendo a utilizarlo.

Para la realización de este TFG me han apoyado y ayudado una serie de profesionales de distintos ámbitos. Un profesor del área de motricidad de la Universidad de Valladolid, el cual me ha ayudado y guiado en la realización de todo este proceso y maestras del colegio sobre el que he realizado mi estudio, así como, el personal administrativo del mismo.

Gracias a ello, he podido mejorar conocimientos profesionales que en mi futuro como docente me ayudarán a realizar mi trabajo de una mejor forma.

Con este Trabajo Fin de Grado he realizado una pequeña investigación para ayudar a comprender la importancia de instaurar hábitos de vida saludable desde una temprana edad y asociarla al ejercicio físico para mejorar nuestra calidad de vida.

La estructura general del trabajo sigue los pasos indicados en la Guía Oficial del Trabajo Fin de Grado (2013) divulgada por la Universidad de Valladolid. Después de ello, he incorporado los subapartados necesarios que abarcan la totalidad de la investigación, todo ello dentro de las tres partes estipuladas en la guía citada anteriormente.

La primera parte del trabajo trata sobre introducir y, a su vez, justificar el tema elegido relatando la importancia del mismo. A continuación, nos encontramos con los objetivos que se pretenden alcanzar a través de este estudio. Y, para finalizar esta primera parte se procede con la fundamentación teórica en la cual tratamos de exponer previamente las causas por las cuales este tema es importante, es decir, en ella se explica la importancia de la salud, de la actividad motriz y los tipos de educación que existen.

De ese modo, se informa al lector previamente de las bases en las que se fundamenta toda la indagación.

La segunda parte del trabajo es donde se desarrolla el estudio, es decir, cada una de las partes que intervienen en la salud y motricidad de los niños/as. Por ello, estudio por separado la salud, la motricidad y la relación familia escuela desde el ámbito escolar, extraescolar y el familiar.

Por último, la tercera parte consta de exponer el alcance del trabajo y otras posibles líneas a estudiar con el detenimiento que se precisa. Lo siguiente, serían las consideraciones finales donde se prevén posibles consecuencias tras la elaboración de este trabajo.

2. OBJETIVOS

A continuación expongo los objetivos que se buscan esclarecer con este Trabajo Fin de Grado.

- Estudiar la importancia de la salud en Educación Infantil.
- Conocer la implicación del colegio y de las familias en la salud de sus hijos/as.
- Desarrollar actitudes positivas respecto a la actividad motriz.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para comenzar con esta fundamentación teórica he decidido hacerlo con la información sobre lo que es el estudio de casos, pues mi investigación está basada en un estudio de este tipo, donde a continuación relato sus características.

3.1. ESTUDIO DE CASOS

El principal referente de esta teoría es Robert Stake. En su estudio nos explica que el estudio de casos es un análisis completo sobre el estado de un sujeto considerado de forma individual, con respecto, a determinadas fases de su personalidad total, aunque también puede extenderse al de un grupo tratado de una forma global. En este TFG, el estudio de casos estaría orientado a un grupo, puesto que es el estudio de un colegio.

Realizar un estudio de casos significa utilizar la metodología de la observación la cual es el método más moderno y a su vez el más antiguo que existe para recoger datos. Resumiendo a Vázquez y López Rivas en Anguera (1992): para adquirir la ciencia de los hombres, sus intimidades y las estructuras de su vida se debe practicar en primera persona la observación. No estamos hablando de realizar una observación superficial, sino de llevar a cabo una observación científica. Para ello debemos estar con una atención constante, pues debemos estar inmersos en una observación tan objetiva como sea posible.

Al principio, las observaciones son percepciones ocasionales o casuales, que a medida que va pasando el tiempo se van comprobando los hechos que suceden, sin ninguna hipótesis previa que es lo que diferencia una simple observación de una observación científica. Puesto que, una observación científica requiere de una o varias hipótesis manifestadas y expresadas y este no es mi caso.

Siguiendo la publicación citada he comprendido que el objetivo de la observación científica es comprobar la hipótesis intentando evitar y recaer en los

errores que pueden desviarnos de la correcta percepción de la realidad. Por consiguiente, la observación se convierte en técnica científica en la medida que:

1. *Repercute a un objetivo que se ha formulado en la investigación.*
2. *Es sistemáticamente planificada.*
3. *Es una observación relacionada y controlada con relatos generales y no presentada como una serie de interesantes curiosidades.*
4. *Está sujeta a comprobaciones de fiabilidad y validez.*

Es decir, entiendo que para que se produzca una observación científica se debe formular una hipótesis a partir de exploraciones empíricas de determinados hechos que se tratan de resolver, y verificar después esa hipótesis, comparándola con la mayor cantidad de hechos posibles, que han sido revelados por las investigaciones. De ese modo, se llega a un diagnóstico del problema y a su consiguiente elaboración teórica aplicable en general a los hechos del mismo tipo, que el estudiado.

El método del estudio de casos requiere de una información continua y contrastada sobre todas las influencias que influyen en su desarrollo que es lo que pretendí en las dos estancias que he desarrollado en el centro en los practicums I y II.

Al tratarse del estudio de un grupo como cuenta Becker en Anguera (1992) cuenta con un doble propósito. Por una parte, se busca el entendimiento global del grupo que se está estudiando; por otra parte, se trata también de desarrollar teorías generales sobre la estructura y los procesos sociales.

Debido a que se busca comprender la totalidad del comportamiento de un grupo, el estudio de casos está abierto a una gran variedad de problemas, realizando observaciones desde distintos puntos de vista y en diversos momentos y situaciones, que después, su globalidad, nos llevarían a la obtención de una teoría, que es lo que vamos a tratar de realizar, la aproximación a una teoría sobre cómo se trata el tema de la salud en la infancia tanto en los centros educativos como en los entornos familiares.

3.2. DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y SU IMPORTANCIA EN INFANTIL

EL siguiente apartado a tratar es la motricidad del niño/a, es decir, en este caso nos vamos a centrar en la importancia que tiene desarrollar la motricidad en edades tempranas y en cómo es la evolución de los niños/as en este aspecto.

La evolución psicomotriz

Es importante comprender desde un principio que el desarrollo de las habilidades motrices no puede separarse de la evolución Psicológica del niño/a, pues es de ahí donde se genera la causa de dichas habilidades y, en consecuencia, de su realización. Por ello, es por lo que se habla actualmente de psicomotricidad.

El niño/a durante su primer año de vida desarrolla con una gran rapidez su capacidad perceptiva y sus habilidades motrices. Y, es que, en sólo unos meses es capaz de coordinar los sentidos con los músculos y el cerebro pasando de realizar reflejos innatos a actos voluntarios con finalidades concretas.

El desarrollo de la motricidad del niño/a lleva una doble vertiente, por un lado la evolución psicológica y, por otra, el desarrollo afectivo. Estas dos vertientes siempre deben ir acompañadas.

La evolución de las funciones motrices

Guiándonos por la teoría de Piaget, la cual la he sacado de los apuntes de Psicología del Desarrollo, que nos relata el progreso que siguen los niños desde que tienen dos años hasta que llegan a los siete, es decir, es la evolución que siguen los niños/as en su etapa de Educación Infantil, la cual sería el siguiente:

Etapas preoperacional (2-7 años)

La etapa preoperacional se encuentra dividida en dos periodos, los cuales son:

- Periodo preconceptual (2-4 años): en este periodo surge la función simbólica, es decir, el niño/a es capaz de hacer que una cosa, una palabra, o

un objeto sustituya, o represente algo.

- Periodo intuitivo (4- 7 años): este periodo se caracteriza por la reducción del egocentrismo; también, adquieren una mayor capacidad para clasificar los objetos en diferentes categorías (tamaño, forma, color)

En esta etapa, que tiene una gran presencia en el estudio de casos que he realizado, el pensamiento de los niños/as se ve claramente influenciado por:

- ➔ El egocentrismo: los niños, por lo general, suponen que otros comparten su punto de vista. Un ejemplo de los que he podido observar sobre este rasgo de comportamiento ha sido: una niña dijo que la flor era muy bonita pintada de verde pero habían compañeros/as que no pensaban como ella por lo que se enfadó al comprobar que no todos tienen su punto de vista.
- ➔ El animismo: incapacidad para reconocer lo que tiene vida de lo inerte y asocia la vida al movimiento. Un ejemplo que he podido ver en mi estancia es la de un niño de tres años que pensaba que el coche tiene vida porque se mueve, ya que dijo: el coche es mi amigo y me fui con él de paseo.
- ➔ El pensamiento ligado a la perfección/centración: elaboran juicios basados en apariencias perceptuales y se enfocan en un solo aspecto de una situación cuando buscan respuestas para un problema. Un ejemplo de este rasgo es que los niños/as cuando plantaron semillas vieron como unas crecieron y otras no y pensaron que era porque no tenían tanta tierra como las otras, en vez de pensar que también podía ser porque tenían menos agua o no les daba tanto el sol.

Importancia del desarrollo motor

El desarrollo físico corporal nos permite ir adquiriendo nuevas capacidades motrices cada vez más complicadas. Esas nuevas capacidades nos servirán de base para nuestro aprendizaje y desarrollo del propio conocimiento, es decir, para el desarrollo de nuestra psicomotricidad.

El desarrollo físico es el que permite al niño/a desarrollar el desarrollo motor citado anteriormente, el cual va a conseguir que llegue mucho más allá de los progresos visibles en el manejo y control de la marcha y de las relaciones con los objetos de su entorno. Basándonos en la teoría de Piaget, las experiencias sensoriales inmediatas y las actividades motoras son los factores de los que depende mayoritariamente el aprendizaje que realizan los niños/as en el *estadio senso-motor del desarrollo cognitivo*.

3.3. LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA ESCUELA.

El siguiente aspecto a tratar sería la salud y cómo ésta debe integrarse en la escuela para mejorar y promover en los alumnos/as hábitos de vida saludables. El desarrollo de este apartado trata de una descripción del artículo de Catalán (2009), el cual he estudiado en la asignatura de Infancia y Hábitos de Vida Saludable, y considero que es un artículo muy interesante y que abarca todos los aspectos que se deben integrar en una escuela para convertirse en un centro de Promoción de la Salud.

Haciendo un resumen de lo que se expone en este artículo narro a continuación los motivos fundamentales por los que hay que desarrollar la educación para la salud según Ferrari como encontramos en el artículo de Catalán (2009)

- *La edad de la vida más apropiada para acoger y adaptar nuevos modelos de vida, es la de la niñez y adolescencia, que transcurren principalmente en la escuela.*
- *Todas las personas pasan a lo largo de su vida, una etapa en la escuela, por lo que es la institución a la que la sociedad confía la socialización, es decir, la transmisión de la cultura, los conocimientos y los valores por los que se rige.*
- *Es el lugar apropiado para preparar realmente a los ciudadanos para la vida, formarlos para que sean capaces de tomar, de manera razonada e*

informada, las decisiones que van a tener consecuencias claras sobre su salud y la de los que le rodean.

- *Ayuda a los ciudadanos a saber interpretar críticamente, las condiciones de vida con el fin de aprender a reconocerlas y comprender las condiciones que producen enfermedad y las soluciones para poder superarlas.*
- *Es un ambiente de trabajo que puede, y debe, permitir al alumnado vivir situaciones escolares favorables para promover la salud y evitar el malestar o la enfermedad.*
- *Puede favorecer y coordinar la comunicación entre todos los componentes del sistema educativo (alumnado, profesorado, familiares, personal no docente, etc.) y los agentes sociales.*

Las formas de comportamiento las aprendemos en nuestros primeros años de vida, por ello es necesario que el sistema educativo y la sociedad implanten hábitos de vida saludables desde la infancia. La Educación para la Salud lo que hace es ofertar recursos e información, así como, desarrollar capacidades para mejorar las condiciones de vida.

Todo ello, debe incluir la “inteligencia profesional docente” y la “conciencia social” como nos explica Catalán (2009) en su artículo.

“Inteligencia profesional docente”

Entiendo que es saber utilizar los resortes para llevar a cabo su labor educadora y docente. El principal problema es la falta de motivación de los alumnos/as, los cuales podemos cambiarlo incitándoles por medio de la buena alimentación que conlleva a una mejora en la apariencia física, en las relaciones personales, etc. ya que son cuestiones que tienen un fuerte atractivo y nos pueden ayudar para motivar a los alumnos/as. Es decir, debemos conseguir captar la atención de los niños/as para que tengan interés y ganas por estar mejor y sentirse mejor.

“Conciencia social”

Estudiando el artículo citado podemos ver que se pretende que la escuela entienda que la Educación para la Salud trata de instaurar estilos de vida saludables. Por ello, es necesario que la sociedad conozca la importancia de instaurar hábitos de vida saludable para que comprendan que lo que se realiza en la escuela es importante no sólo para los alumnos/as sino para toda la sociedad en general.

Entiendo que para el autor del artículo es necesario e imprescindible que la escuela cuente con una serie de aspectos, los cuales desarrollaremos a continuación, para que se pueda llevar a cabo la correcta promoción y educación para la salud:

1. La transversalidad

La Educación para la Salud debe considerarse una materia transversal o una asignatura específica, que puede a su vez formar parte de otra asignatura, pero teniendo siempre en cuenta que tenga una identidad propia.

Existen una serie de problemas y de estudios, los cuales son problemas globales e interdisciplinarios que debemos tratar desde diferentes puntos de vista para, de ese modo, tratar de ser lo más realistas posibles. Estos temas son: la necesidad de supervivencia y el desarrollo de una sociedad consumista que se encuentra en una “emergencia planetaria”.

Es decir, estamos hablando de problemas de nutrición, drogadicción, de relaciones afectivo-sexuales, de higiene, etc. y lo que debemos realizar son actividades para que el alumnado adquiera la competencias oportunas para saber enfrentarse a estos diversos problemas. Pues, tratando estos problemas desde pequeños pueden conocer sus causas y cómo evitar dichas enfermedades, de ese modo, estaremos promoviendo unos hábitos que les ayudaran a crecer sanos poniendo el remedio antes que la enfermedad ya que, en muchos casos, se dan cuenta demasiado tarde.

También, se debe trabajar con la organización del trabajo entre el mismo profesorado ya que, es necesario que estos temas se afronten con otra

metodología, desde otra perspectiva y que cuenten con más margen de tiempo. Con ello, nos referimos a que los profesores y el centro en general se deben poner de acuerdo y buscar técnicas y estrategias divertidas y atractivas para seguir un camino conjunto y organizado. Esto como veremos más adelante es un consejo muy atinado pues se ve su necesidad en el estudio.

2. Atender la dimensión axiológica de la enseñanza.

Para ello, habrá que generar nuevas actitudes y/o modificar algunas conductas, debido a que si los conocimientos de la salud no se ponen en práctica y se convierten, de ese modo, en hábitos, los esfuerzos educativos no tendrán eficacia ni validez pues “estamos sanos por lo que hacemos no por lo que sabemos”.

Debemos tener en cuenta que las actitudes que enseñamos a los alumnos/as deben convertirse en hábitos para que surja un cambio en su salud y bienestar. Las actitudes se predisponen de forma favorable o desfavorable y dejan abierto el camino a la acción, por lo que es necesario que el alumno/a haya adquirido las instrucciones necesarias sobre cómo ejecutarla y, si el entorno no es favorable, seguir el comportamiento adecuado con esa actitud. Las actitudes que se deben llevar a cabo se pueden aprender a través de un contexto informal o, a través, de uno formal.

- *En el contexto informal se aprenden (Salleras, 1985): A través de la experiencia directa del individuo con el objeto de la actitud; Mediante la observación de otras personas que se toman como referencia y dignas de imitación; Como consecuencia de las informaciones de los medios de comunicación.*
- *En el contexto formal, aunque no tengamos “recetas” que garanticen el éxito de nuestro objetivo, hay unas pautas de actuación que posibilitan su aprendizaje. Éstas las podemos resumir de la siguiente forma (Gavidia y Rodes, 2000): Aumentar el conocimiento sobre los problemas de estudio que deben ser sentidos por los estudiantes;*

Mejorar la resistencia personal frente a la presión social, utilizando estrategias que generen sentimientos positivos y técnicas que faciliten el aprendizaje de comportamientos coherentes; Desarrollar habilidades para la toma de decisiones, pues su puesta en acción significa un paso importante en la secuencia de la enseñanza/aprendizaje de las actitudes.

El desarrollo de nuestros comportamientos está determinado por factores internos y externos que inciden sobre nosotros. De ahí la importancia de actuar sobre el entorno tanto para el aprendizaje como para la generación de actitudes y la modificación de las conductas, así como para la intervención sobre el entorno. Es importante que faciliten un aprendizaje significativo implicando a su vez una contribución a la mejora en la calidad de vida.

Por todo ello, es importante que la escuela contribuya a crear estados de opinión y a procurar ambientes más saludables y humanos. Hablamos de las Escuelas Promotoras de Salud en las que se considera al alumno como un agente activo capaz de modificar su entorno.

3. Convertir una Escuela en un centro Promotor de Salud.

A continuación, en el artículo Catalán (2009) nos explica cómo se puede convertir un centro en una Escuela Promotora de Salud.

El principal objetivo es que los alumnos/as sean capaces de adoptar sus decisiones con mucha información respecto al tema, con la máxima libertad y con el conocimiento de la responsabilidad que generan sus actos. La Educación para la Salud debe ser evaluada teniendo en cuenta el crecimiento que se produce en las capacidades, voluntades y oportunidades de sus alumnos/as, las cuales influirán en el desarrollo de los mismos.

Por todo lo mencionado anteriormente, surge la idea de la Escuela Promotora de Salud, la cual trata de integrar al centro educativo en la sociedad implicándose en los problemas que le afectan, promoviendo las conductas adecuadas y buscando soluciones a los problemas que van surgiendo. La

principal idea es actuar más allá del aula coordinándose con otras instituciones para que, lo que aprendan, lo integren también en su vida fuera del centro. Pues si aprenden los hábitos en el centro pero luego no lo ponen en práctica fuera del mismo no habrá servido de nada.

Para llevar esto a cabo, es necesaria e imprescindible una buena relación con las familias y una coordinación e interacción intensa con la sociedad para que colaboren juntos, todo esto es lo que he tratado de indagar en mis prácticas tratándolo de narrar en mi TFG.

4. Elementos que favorecen o dificultan el desarrollo de la educación para la salud.

El profesorado considera que no se le da la importancia que le merece a su trabajo y por parte de la administración, cuentan con una escasez de recursos, de apoyo, de tiempo, etc. así como la poca colaboración por parte de las familias. Todo ello unido, lleva a la desilusión y desmotivación por lo que finalmente se acaba dejando de lado o no tratándolo como realmente requiere.

Por otra parte, cuentan con poco margen para el desarrollo de las actividades referidas a la salud por las exigencias que reciben para el cumplimiento de las materias curriculares que deben cumplir en un periodo de tiempo muy limitado.

Las tres dimensiones más importantes que predicen la continuidad de los proyectos de salud son según Catalán (2009):

- Primero: la planificación del proceso.
- Segundo: la capacidad de liderazgo de la dirección del centro.
- Y tercero: la valoración del trabajo por la comunidad educativa.

Para progresar en la Educación para la Salud tenemos numerosas actividades, programaciones, etc. sobre un buen número de ejemplos que las administraciones han dado a conocer, recursos que nunca serán suficientes, pero que comienzan a repetirse.

Por ello, se debe realizar una reflexión sobre lo realizado en estas experiencias y extraer enseñanzas que nos permitan mejorar en nuestras acciones de Promoción de la Salud.

La Escuela Promotora de Salud necesita “que el profesorado incorpore la práctica investigativa a su quehacer diario” ya que no debe ser sólo un consumidor de investigación sino también ser un productor de ella.

Por otra parte, debemos considerar: la determinación de problemas; instrumentos para la observación y la toma de datos; referencias sobre las que establecer comparaciones etc. Así, la Educación para la Salud necesita una teoría y una praxis consensuada y contrastada que le permita su desarrollo.

Según Catalán (2009) la Escuela Promotora de Salud se fundamenta en otros tres conceptos:

- *Salud: porque es el concepto nuclear de la Educación para la Salud y nos indica en qué consiste.*
- *Transversalidad: porque nos señala la forma de integrarla en las acciones que se desarrollan en la escuela.*
- *Promoción de Salud: porque nos da las pautas de cómo y porqué irradiarla hacia nuestro entorno.*

La finalidad de Catalán (2009) con este artículo es buscar un medio para esclarecer los aspectos que deben integrar los Centros Promotores de Salud y encontrar prácticas que obtengan buenos resultados para divulgarlas después, mejorando de ese modo la calidad de vida no sólo de los más pequeños/as sino de toda la sociedad en general.

Una buena guía a seguir sería la propuesta por la fundación Thao la cual se ha instaurado en España, basada en el Programa francés EPODE (“Ensemble Prévenons l’Obésité Des Enfants”) en el cual se constató que gracias a dicho programa la obesidad infantil bajó un 9% entre 2004 y 2009.

Esta fundación lo que busca es reducir la obesidad infantil y promover la actividad física en los niños/as de Educación Infantil. Para ello, las comunidades autónomas deben incluirse en el programa y elaborar un plan de acción específico. Luego, el ayuntamiento debe nombrar un coordinador local Thao, el cual deberá dar a conocer el programa y crear su propio equipo local. Como puede verse en: http://thaoweb.com/es/programa_thao/que_es

En Palencia, ciudad en la que estudio, se encuentra integrado este programa y lo que hacen es seguir un estudio del peso y talla de todos y cada uno de sus alumnos/as para poder comprobar los resultados. Y, en el caso de niños/as con sobrepeso o riesgo de padecerlo se genera un diagnóstico y unos pasos a seguir para frenar dicho problema.

3.4. MODALIDADES EDUCATIVAS

El estudio de las modalidades educativas supone una información que creí necesaria e imprescindible para entender el estudio que estaba realizando con este TFG, pues es necesario comprender cuáles son y cómo son los tipos de educación que existen, ya que para que se adquieran los hábitos saludables es necesario que todos los tipos de educación se entrelacen entre ellos y luchen juntos por dicho fin.

No existe acuerdo aún sobre la clasificación de dichas modalidades, aunque una de las clasificaciones más utilizadas y aceptadas son según Touriñán en Esclapez (2008): por una parte la educación formal, cuando se encuentra dentro del sistema educativo organizado e institucionalizado; otra sería la educación no formal, que sería la educación organizada que se encuentra fuera del marco educativo; y, por último, la educación informal, que equivale a los aprendizajes que obtenemos en consecuencia de nuestra interacción con el medio que nos rodea.

Trilla en Esclapez (2008) considera que es un planteamiento erróneo equiparar las tres modalidades educativas, debido a que tanto en la educación formal como en la no formal existe un sistema organizado e intencional de educación, mientras que en la educación informal no existe dicha organización.

Cada vez más, la barrera entre dichas modalidades se vuelve más confusa, pues los tiempos, contenidos y espacios dedicados al aprendizaje son cada vez menos específicos de una modalidad educativa.

Lo que sí que está claro es que las modalidades educativas formales responden a los intereses del destinatario del proceso educativo sin embargo, la modalidad de educación informal corresponde con los intereses particulares del que realiza la acción educativa.

Educación formal

Dicha educación se asocia al sistema educativo, como institución social, la cual cumple la función de la educación. Esta educación está regulada por una serie de reglamentos y leyes que determinan su función. La UNESCO, como explica Esclapez (2008), nos muestra la siguiente definición:

“Se entiende por educación formal aquella que se imparte en establecimientos educativos aprobados, en una secuencia regular de ciclos lectivos, con sujeción a pautas curriculares progresivas, y conducente a grados y títulos.”

De este modo, la educación formal es indispensable para formar a los ciudadanos e incorporarlos en la sociedad en su vida adulta. Y, dependiendo de cómo sea dicha educación se formará un tipo de sociedad u otra.

- Características:
 - *Es intencional y planeada, y su acción es visible y reconocida por toda la sociedad.*
 - *Los agentes educativos de la educación formal son profesionales titulados que deben reunir unos requisitos de idoneidad para desempeñar su función.*
 - *Se desarrolla en un espacio concreto: el centro educativo y sus instalaciones. Su duración se reduce a una etapa concreta,*

estructurada en tramos educativos y organizada por un solo organismo; el Ministerio de Educación.

- *Sus contenidos están enmarcados en un contexto social y una cultura determinada y su concepción es academicista.*
- *La modalidad educativa formal está dirigida a un destinatario infantil y juvenil, aunque también contempla la educación de adultos. El nivel de consciencia de los conocimientos y de la propia acción educativa.*

Educación no formal

La educación no formal son los procesos programados de enseñanza y aprendizaje que no se encuentran dentro de la enseñanza oficial, a la cual complementa. Según la UNESCO, de acuerdo con lo relatado por Esclapez (2008), la educación no formal es:

“La que se ofrece con el objeto de complementar, actualizar, suplir conocimientos y formar, en aspectos académicos o laborales sin sujeción al sistema de niveles y grados establecidos.”

- **Características**

- *Los procesos formativos en esta modalidad están organizados por un número amplio y heterogéneo de entidades. Organizaciones ciudadanas, universidades populares, asociaciones, sindicatos, escuelas animación, etc., y su participación, en general, es de carácter voluntario.*
- *La sociedad la percibe como un sistema difuso de educación no tan organizado ni estructurado como la educación formal cuyos contenidos son más abiertos a diversos contextos sociales y a otras culturas.*

- *Está destinada a personas de cualquier edad, su concepción es más participativa y no dan lugar a titulación académica.*
- *Su acción es visible ya que normalmente existe un grupo y un formador, muchos de ellos voluntarios, aunque el nivel de consciencia de los conocimientos adquiridos en algunos casos es menor que en la escuela, ya que su acción se identifica más con la diversión que con la formación, como es el caso de la educación para el tiempo libre.*
- *Algunos procesos no formales son demasiado academistas, por tratar de obtener un reconocimiento parecido al de la educación formal.*

Educación informal

La educación informal trata sobre situaciones de la vida cotidiana que generan un algo potencial educativo. La relación con sus iguales, con la familia, los medio de comunicación, etc. forman el entorno de lo que sería la educación informal. Según Esclapez (2008) para la UNESCO es:

“Todo conocimiento libre y espontáneamente adquirido, proveniente de personas, entidades, medios masivos de comunicación, medios impresos, tradiciones, costumbres, comportamientos sociales y otros comportamientos no estructurados.”

La gran mayoría de las situaciones de nuestra vida diaria son un medio para la transmisión y adquisición de patrones, estereotipos y valores sociales. También es cierto, que muchas de estas situaciones son cada vez menos casuales y neutras, pues se convierten en situaciones programadas con un determinado valor educativo correspondiente a intereses ideológicos y económicos de la clase dominante.

- Características
 - *Concepción lúdica y no organizada; no es necesaria la intervención de un profesional de la educación o de un adulto por lo que se incrementa el riesgo de aprendizajes no deseados.*
 - *Su acción no es visible ante la sociedad y el nivel de consciencia de los conocimientos adquiridos por las personas es muy bajo.*
 - *Actúa en todo momento durante toda la vida y su acción afecta a todos, también a padres, educadores y formadores por lo que su efecto se multiplica.*
 - *Es más atractiva, más divertida y entretenida ya que utiliza recursos audiovisuales y tecnológicos por lo que es más eficaz: el destinatario no ofrece resistencia al no ser consciente de estar siendo educado.*
 - *En ocasiones, su objetivo no es el interés del destinatario de la acción educativa sino el del promotor del proceso.*
 - *Transmite contravalores por lo que contribuye a mantener injusticias sociales.*
 - *Las estrategias que utiliza son: contexto permanente y universal, lenguaje audiovisual, estimulación subliminal, seducción, manipulación, creación de necesidades, control de los medios de información, entretenimiento y diversión, estado de opinión, etc.*
 - *“Los aprendizajes informales son los transmitidos por las estructuras en las cuales los individuos viven y actúan, y la sociedad global por medio de sus subsistemas sin que haya intención de aprender por parte del individuo” (Paín, en Esclapez (2008)).*
 - *El individuo es quien desencadena el proceso de aprendizaje. El punto de partida es el interés o la preocupación del individuo.*

4. DISEÑO DEL ESTUDIO DE CASOS

Para la realización del diseño del estudio de casos he sacado la información del proyecto educativo del CEIP “Playa de Arguineguín”, que me dio el director del mismo, y de las conversaciones que he mantenido durante mis dos periodos de prácticas, con una duración aproximada de 5 meses, con las docentes del centro.

4.1. RELACIÓN FAMILIA-ESCUELA

4.1.1. ¿Cómo es? ¿Cómo se fomenta?

Antes de ponernos a hablar sobre la relación que existen entre las familias y la escuela considero necesario conocer cómo son esas familias. Por ello, relato a continuación las características principales de las familias que componen el centro:

Según el proyecto educativo del centro existen numerosos tipos de familia, pues hay familias nucleares: tanto extendidas con reducidas, ya que nos encontramos con la familia troncal tradicional, en la que en algunos casos convive algún familiar con ellos, y otras en las que no.

Existen también familias monoparentales, tanto por separación como por viudedad, así como uniones de hecho de parejas heterosexuales y familias reconstruidas, en las que surgen familias a raíz de la unión de otras familias que se habían roto con anterioridad.

La gran mayoría de las familias son parejas casadas con residencia en el municipio, y curiosamente la mayoría de los separados/as proceden de otras localidades.

La gran mayoría de padres y madres han dejado de estudiar a edades muy tempranas, ya que casi el cincuenta por ciento de las familias declaran poseer únicamente los estudios primarios y sigue siendo bastante relevante el hecho que casi el veinticinco por ciento sólo sabe leer y escribir.

En los documentos que me entregó el centro también nos comentan como cerca del setenta por ciento del alumnado procede de la parte antigua del pueblo de Arguineguín. Aunque es destacable el aumento, en los últimos años de apartamentos y bungalós, preferentemente en alquiler. Y el descenso, aunque todavía destacable, de la población que vive en chabolas.

El treinta por ciento de los padres/madres de nuestro alumnado se declaran en paro. Esto va acorde con las declaraciones sobre las rentas familiares que oscilan en un nivel medio-bajo aunque el de gastos es alto. El setenta y cinco por ciento de los encuestados trabajan en el sector terciario, principalmente en el turismo o en trabajos relacionados con el turismo. El sector primario, y principalmente la pesca, únicamente se refleja en un diez por ciento de los padres.

Aparece también en el proyecto educativo que alrededor del cuarenta por ciento de los padres/madres han nacido en la localidad de Arguineguín, y casi el treinta y cinco por ciento lleva viviendo en la zona más de diez años.

Dentro de las casas, nuestro alumnado debe compartir su lugar de estudio, por lo general, siendo sus condiciones poco idóneas. La dedicación a las horas diarias de estudio es algo baja, razón en los alumnos de niveles académicos bajos, pero sin razón en los estudiantes de niveles superiores que, según ellos sólo ven la televisión dos o menos de dos horas al día, lo que supone estar muy por debajo de la media nacional, entonces si estudiamos sólo una hora y si vemos la televisión dos horas el resto del tiempo lo pasan jugando y, principalmente, en la calle.

He podido comprobar durante mi estancia en el centro que es cierto lo que aparece en el proyecto educativo que durante los fines de semana algunos de nuestros alumnos se tienen que quedar en casa ya que sus padres trabajan o no tienen ese día libre. Declaran los familiares que uno de cada cuatro no sale con sus hijos los fines de semana.

También es cierto que aunque en menor medida que hace años, se sigue dejando el peso de la educación en manos de las madres o abuelas. El hecho de no conocer el nombre del tutor o tutora de sus hijos no quiere decir nada,

aunque, según los estudios que ha realizado el centro para realizar su proyecto educativo, más de un veinte por ciento de los padres no tienen ninguna relación con el Colegio, y que sólo lo conoce por el día que vino a matricular a su hijo/a.

4.1.2. Distribución de la implicación de las familias

Como hemos visto anteriormente, hay parte de las familias, alrededor del veinte por ciento, que no se encuentran integradas en la comunidad educativa de sus hijos/as, aunque es cierto que esto sucede mucho más en primaria que en infantil, que es dónde vamos a centrarnos en este proyecto.

Por lo que debemos tener en cuenta es que varía la relación de las familias dependiendo de la edad de los alumnos/as.

Como esto es un estudio de casos, he de decir que las familias en infantil se involucran muchísimo en la comunidad educativa. También, considero un dato a destacar que la gran mayoría de las familias que se integran en la comunidad educativa de sus hijos lo forman el grupo de las madres, ya que existen muy pocos padres que se involucren en la relación de la familia-escuela.

He de decir que no por integrarse quiere decir que se centren en la educación de sus hijos/as, esto lo comento porque sé de varios casos en los que las familias no ayudan al niño/a a integrarse como es debido y no siguen los consejos que les dan las maestras de sus hijos/as. Un ejemplo de ello sería madres que no se ponen con sus hijos/as a reforzar los conocimientos que no han integrado correctamente. Nos encontramos también muchas madres que tratan de excusar continuamente a sus hijos en vez de ayudarles a mejorar y progresar. Es decir, la gran mayoría de las familias participan en la educación de sus hijos/as y en las tareas que promueve el centro pero en muy pocos casos aunque se involucren en las tareas no ayudan a sus hijos/as a reforzar y mejorar su educación.

4.1.3. Líneas llevadas a cabo por el centro en relación con las relaciones familia-escuela.

El centro lleva a cabo un proyecto llamado “Escuelia” que lo que trata es de integrar a las familias en el centro y que formen parte activa en la educación de sus hijos/as. El proyecto consta de una serie de talleres, convivencias, acampadas, etc. dónde participan las familias, las cuales se han integrado cada vez más y mejor.

Objetivos del proyecto:

- *Animar a la participación en la vida del colegio, comenzando por lo inmediato (La clase de su hijo/a) para ir paulatinamente integrándose en los órganos de participación de la comunidad escolar.*
- *Establecer y potenciar un marco adecuado de comunicación entre las familias y el colegio.*
- *Hacer copartícipes a las familias en el aula dando a conocer la labor docente, para conseguir mayores cuotas de participación, confianza y respeto mutuo.*
- *Motivar a los padres/madres mediante su participación en el diseño, preparación y realización de actividades que permitan a los alumnos construir conocimientos mediante aprendizajes significativos.*
- *Potenciar la formación de los padres y docentes a través de encuentros o charlas puntuales sobre temas que ellos demanden.*
- *Facilitar la asistencia de las familias a los encuentros o charlas mediante la organización de actividades paralelas (lúdicas) con los alumnos.*

Como puede verse los objetivos que pretenden con este proyecto no tienen nada que ver con la salud, es decir que en el centro promueven líneas de mejora para estrechar la relación familia-escuela pero no lo asocian a mejorar la salud

de los niños/as, lo que puede ser un fallo por lo que no se ha integrado correctamente los hábitos saludables promovidos, ya que los dejan en un segundo plano y no se enfoca el problema como es debido.

En los encuentros que se han ido realizando como acampadas, talleres, etc. en los cuales he podido participar y en los que no he estado me he informado por medio de conversaciones con las docentes del centro, he podido constatar que:

1º.-Los padres demandan, cada vez con más frecuencia, orientación sobre aspectos relacionados con los hábitos, normas, alimentación, etc., lo cual no forma parte de los objetivos iniciales del proyecto y deberían integrarse.

2º- Cada vez es mayor el número de familias con el que cuentan para realizar las actividades.

3º- Para los alumnos resulta muy motivador que sus padres/ madres participen en las actividades.

Todo ello, nos quiere decir que gracias al proyecto promovido por el centro las familias han logrado involucrarse más en la vida educativa de sus hijos/as, conociendo de primera mano el centro, a los profesores/as y a la comunidad educativa en general.

4.2. LA IMPORTANCIA DE LA SALUD EN ESTE CENTRO DE EDUCACIÓN INFANTIL

En este apartado del diseño me dispongo a relatar los aspectos relacionados con la salud en relación con el centro y con la colaboración que reciben de las familias.

4.2.1. El centro. ¿Qué importancia se le da?

En dicho colegio se preocupan muchísimo por la salud de sus alumnos/as, por ello se lleva a cabo un proyecto de desayuno saludable para que los alumnos/as mantengan una correcta alimentación e instauren unos hábitos de vida saludable.

El centro ofrece también un servicio de comedor para aquellos alumnos/as que lo deseen, donde ponen a disposición de las familias el hecho de que sus hijos/as puedan comer en el Comedor Escolar de gestión directa, es decir, la comida es cocinada en el propio colegio y cuenta con capacidad para 250 comensales.

El hecho de que la comida sea cocinada en el propio centro, evitando hacer uso de cáterin, como sucede en la inmensa mayoría de colegios, es otro punto a favor del centro, pues con ello, una vez más, demuestran que realmente se preocupan por la salud y la buena alimentación de sus alumnos/as, ya que prefieren realizar en el propio centro la comida por lo que se hace una selección directa del menú y todo es cocinado ese mismo día, manteniendo la calidad de los alimentos.

Con ello, se comprueba la gran implicación de este centro que lleva ya muchísimos años con este tipo de gestiones. Todo ello, es conocido por las familias y son muchas las que cuentan con el servicio de comer, tanto que incluso aparecen listas de espera pues no hay lugar suficiente para tantos alumnos/as.

4.2.1.1. Proyectos llevados a cabo en relación con la salud.

En el centro, existe un proyecto relacionado con la salud. Dicho proyecto se instaura para conseguir que los niños/as tengan una buena y correcta alimentación, favoreciendo de ese modo la salud y el bienestar del pequeño/a.

El proyecto en lo que consiste es en que se ha instaurado un menú para la hora del desayuno, en el cual se prohíbe llevar cualquier tipo de dulces y bollería, y muestran que tipo de comida deben llevar cada día de la semana. Lo que buscan en el centro con ello es que los alumnos/as coman como es debido y no abusen de la bollería, cosa que suele suceder muy a menudo en los niños/as a estas edades tempranas.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Galletas	Bocadillo o sándwich	Fruta	Frutos secos	Derivados lácteos

Como podemos comprobar es un menú bastante saludable y variado apoyando su base en la dieta mediterránea.

Instaurando dicho menú se consigue también crear una serie de hábitos saludables para los niños/as y, también, que las familias conozcan alternativas saludables para la hora de la merienda de sus hijos/as.

4.2.2. Colaboración de las familias.

Las familias, es cierto que en su gran mayoría cumplen muy bien con lo estipulado en el centro, con respecto a la alimentación de sus hijos. Son muy pocos los niños/as que alguna vez llevan bollería y es cierto que esos alumnos/as, que alguna vez llevan dulces, suelen ser de otros países. Pues, las familias de otras culturas no se integran tanto en la vida comunitaria ni se preocupan de igual modo por respetar las normas instauradas por el centro. Aunque no todas son de ese modo, pues algunas de las familias de otras culturas se integran perfectamente. Pero sobre todo las familias marroquíes son algo más reacias a integrarse, no sólo en el centro sino en la vida comunitaria en general. Ya que, por sus creencias religiosas y la diversidad de opiniones frente a la nuestra prefieren aislarse y hacer vida con gente de su misma procedencia y creencias religiosas.

Aún así la inmensa mayoría sí respeta las normas pues comprenden que las normas establecidas están instauradas sólo en beneficio de los alumnos/as y deben llevarlas a cabo y mostrar respeto hacia ellas, para que de ese modo sus hijos/as también sientan y compartan dicho respeto.

4.3. LA EDUCACIÓN MOTRIZ EN EDUCACIÓN INFANTIL

En este último apartado del diseño me dispongo a informar de la importancia que recibe la educación motriz en el CEIP “Playa de Arguineguín”, así como la importancia que le dan a las actividades extraescolares tanto el centro como las familias. Se debe tener en cuenta que lo que relato en estos apartados es mi punto de vista y que para expresarlo me he apoyado en las experiencias y observaciones que he podido adquirir y experimentar en mi periodo de prácticas.

4.3.1. Educación formal.

4.3.1.1. Importancia.

En el centro se lleva a cabo un proyecto relacionado con la educación motriz denominado "¿Jugamos todos?". La finalidad de dicho proyecto es poner en práctica las sesiones de psicomotricidad que las maestras de Educación Infantil realizarán a lo largo del curso. Lo que pretenden con el nombre del proyecto es que se responda a esa pregunta de forma afirmativa, es decir, que todos y cada uno de los niños/as tengan material necesario para poder "aprender jugando"

"¿Jugamos todos?" trata de la elaboración de sesiones de psicomotricidad realizadas por las profesoras/as de apoyo. En dichas sesiones se cuenta con el material necesario para el desarrollo de las sesiones, las cuales se llevan a cabo para mejorar la relación y la comunicación de los alumnos/as con su entorno por medio del dominio corporal.

En estas sesiones cada alumno/a desarrolla sus capacidades cognitivas, psíquicas y físicas a un ritmo distinto pues cada niño/a tiene un nivel independiente en función de sus características, motivaciones y experiencias. A través del desarrollo de las sesiones los niños/as irán adquiriendo un mayor y progresivo control de su cuerpo y de sus movimientos en un ambiente divertido y seguro.

Otra de las finalidades de este proyecto es elaborar sesiones de psicomotricidad teniendo en cuenta las programaciones de aula y adaptar dichas actividades, tanto a las características de nuestros alumnos como a sus intereses, partiendo siempre de los medios y materiales que el centro dispone.

Como objetivos generales lo que se pretende es favorecer y mejorar el dominio corporal en el niño/a para facilitar la relación y la comunicación del mismo con su entorno y con los que les rodean. Así como, establecer en el aula de psicomotricidad el material específico, seguro, de calidad, durabilidad y de fácil conservación.

De forma más específica se busca que los alumnos/as sean capaces de:

- *Desarrollar actitudes positivas respecto a la actividad motriz.*
- *Conseguir el conocimiento global y segmentario del cuerpo, sus posibilidades perceptivas y motrices y sus características así como las de sus compañeros.*
- *Adquirir una coordinación y control dinámico general, así como el control óculo manual.*
- *Conseguir el control postural requerido según las distintas situaciones.*
- *Adquirir una imagen positiva de sí mismo que le aporte seguridad y confianza en la resolución de tareas.*
- *Lograr una progresiva autonomía e independencia respecto al adulto.*
- *Adquirir hábitos de respeto, cuidado y orden de los materiales y el espacio.*
- *Fomentar una relación armónica con sus iguales.*

Por todo lo mencionado anteriormente, podemos comprobar cómo el centro realmente se involucra en la motricidad del niño/a pues como bien saben es muy importante la salud y para que los niños/as tengan una buena salud no basta con una buena alimentación sino que también necesitan desarrollar en su día a día ejercicio físico por lo que instauraron dicho proyecto buscando que les interese y motive realizar actividades físicas.

4.3.1.2. Tipos de actividades

El centro continuamente está fomentando actividades motrices para sus alumnos/as. En Infantil todos los años van a la piscina de excursión para que los niños/as aprendan a nadar y realicen algo de ejercicio físico.

Para la semana de carnaval se van con los niños/as a las calles a pedir huevos y luego realizan un pasacalle, de ese modo, fomentan la actividad y desarrollo físico y motor del niño/a.

Con motivo de la celebración del día de canarias realizan bailes y juegos típicos canarios, mostrando respeto por las tradiciones de las islas y fomentando la participación de los alumnos/as.

Semanalmente, en el ciclo de Infantil, tienen dos horas a la semana de psicomotricidad. En esta hora los alumnos/as van al patio de psicomotricidad dónde van realizando distintas actividades motrices, con la finalidad de que adquieran un mayor control y dominio de todas y cada una de las partes de su cuerpo.

También es cierto que, en el aula, las profesoras de infantil cuando los niños/as están inquietos les realizan ejercicios de motricidad para que se calmen y poder así continuar con la clase. Esto sucede porque no debemos olvidar que son niños/as y necesitan moverse y estar activos, por ello cuando se encuentran mucho tiempo sentados involuntariamente se revolucionan pues sienten la necesidad de poner su cuerpo en movimiento. Entonces, lo que realizan las profesoras es que vayan movimiento las partes

del cuerpo que se les va indicando, así van recordando las partes que componen el cuerpo, y van aumentando y disminuyendo el ritmo de los movimientos. Luego, les ponen algo de música para que bailen y se muevan libremente, fomentando su creatividad y expresividad motriz. Por último, realizan una relajación, pues después de la actividad se encuentran muy agitados y deben reposar y tranquilizarse antes de continuar con las actividades previstas.

4.3.2. Propuestas extraescolares:

4.3.2.1. Implicación del centro en fomentarlas.

El Proyecto de Actividades Extraescolares de Centro, va dirigido a toda la Comunidad Educativa, dónde se relaciona el tiempo de ocio con el tiempo de trabajo.

Su finalidad es acercar a los familiares al centro, a través de dichas actividades, potenciando la integración de actividades culturales, de ese modo se contribuye a la formación integral de los alumnos/as y se les ayuda a mejorar su relación con el centro. Es decir, se busca convertir el centro en un lugar de vida y trabajo, espacio de intercambio y encuentro.

En la programación de las actividades se tiene en cuenta aspectos del currículo que pueden desarrollarse con más profundidad fuera del aula, o que sin formar parte del currículo son importantes en la formación del alumnado.

Objetivos

- *Fomentar la participación del alumnado en actividades socioeducativas de carácter extraescolar programadas a partir de sus centros de interés, favoreciendo su desarrollo integral.*

- *Potenciar la participación del alumnado programando actividades motivadoras, dinámicas y variadas que integren la diversidad de gustos y necesidades del alumnado.*
- *Potenciar las relaciones interétnicas positivas entre el alumnado a través de las actividades cercanas a su ámbito cultural.*
- *Interrelacionar la comunidad escolar con su entorno a través de la realización de actividades conjuntas, de carácter abierto, con otros centros escolares, organismos públicos, entidades y asociaciones, de forma que el alumnado se integre natural y positivamente en su medio social, así como, de forma recíproca, puedan rentabilizarse al máximo los recursos e instalaciones de los centros fuera del horario lectivo.*
- *Promover y/o apoyar procesos tendentes a la consolidación de Asociaciones de padres-madres del alumnado en el Centro, como mecanismo favorecedor de la participación y la asunción de un papel activo en el proceso de educación integral de sus hijos/as.*
- *Acercar a los padres y madres (a la familia) al Centro, a través de las actividades extraescolares.*

Con estos objetivos comprobamos nuevamente que el centro se implica y se preocupa por el bienestar de sus alumnos/as pero siguen dejando al margen esa importancia de la salud, pues es cierto que buscan y trabajan con actividades físicas para que los niños/as realicen ejercicio físico pero no lo relacionan con hábitos de vida saludables, dejándolo de nuevo en un segundo plano cuando debería ser uno de los objetivos principales.

También, en el centro todos los años se reparten folletos a cerca de las actividades extraescolares que se proponen en el municipio y van los profesionales de esas actividades clase por clase a explicar en qué consiste sus actividad y que se trabaja en ella. De ese modo, los niños/as conocen las posibilidades que se les ofrecen y se informa a las familias por medio del folleto explicativo que reparten a todos y cada uno de los alumnos/as.

Por otra parte, se realizan excursiones para que los niños/as prueben las actividades que se fomentan y puedan comprobar si les gusta la actividad y quieren seguir realizándola fuera del horario escolar.

4.3.2.2. Tipos de actividades.

Existen una serie de actividades extraescolares que se desarrollan en el pueblo de Arguineguín para los niños/as del municipio. Estas actividades son: piscina, fútbol, ballet y gimnasia rítmica.

Puede parecer a simple vista que algunas actividades están destinadas a un único sexo pero he de mencionar que no es así pues se fomenta que todos los niños/as independientemente de su género pueda realizar cualquier tipo de actividad extraescolar. Tanto es así que en ballet y en gimnasia rítmica existen niños matriculados y, en futbol, hay un equipo femenino para las niñas que deseen formar parte de él.

Luego, para los meses de verano existe un campamento deportivo de día, en dónde los niños/as se dividen realizando diferentes actividades físicas, en las cuales se distribuyen por grupos según la edad.

4.3.2.3. Interés de las familias en las actividades extraescolares.

Las actividades extraescolares tienen una gran importancia en el pueblo pues son muchas las familias que inscriben a sus hijos en dichas actividades, tanto es así que siempre se llenan rápidamente las plazas e incluso se generan listas de espera para aquellos alumnos/as que no hayan podido entrar.

Todo ello, sucede debido a que las actividades son muy atractivas y despierta un gran interés en los niños/as. También, se debe a que su precio es muy asequible y que durante ese tiempo los niños/as se mantienen entretenidos y realizan ejercicio físico, lo que les ayuda en su interacción con sus iguales y en la mejora de su calidad de vida.

Por consiguiente, las familias se encuentran dispuestas y abiertas a que sus hijos/as desarrollen este tipo de actividades aunque les suponga realizar un desplazamiento, ya que saben que lo que están haciendo es bueno para sus hijos/as que es lo que realmente importa.

5. ANÁLISIS DE DATOS

Para concluir con esta segunda parte del trabajo en la cual expongo mi análisis del estudio de casos realizado, procedo por consiguiente a relatar los datos recogidos durante el mismo. Teniendo en cuenta que esto es sólo una introducción al tema, pues se trata de una breve investigación que debe ser más específica y estudiada con mayor detenimiento. Pero, este trabajo sirve como introducción a un campo de estudio que puede ayudar a maestras y maestros para afrontar problemas que puedan surgir en sus aulas, al menos es lo que he pretendido.

Después de todo lo estudiado podemos comprobar cómo el CEIP “Playa de Arguineguín” es un centro en dónde se preocupan por sus alumnos/as más allá de lo meramente docente y es que buscan que, además de aprender los contenidos necesarios, aprendan también una serie de valores y hábitos que les ayuden en su formación como futuros adultos, es decir, quieren que conozcan los pasos a seguir para creer bien no sólo mentalmente sino que también físicamente, ya que es algo fundamental que estas dos acciones coexistan.

Este centro busca realmente la implicación de las familias para que se involucren en la vida educativa de sus hijos y lo hacen por medio de continuas actividades, actividades motivadoras e interesantes que atraigan a niños/as y adultos para convivir y relacionarse entre sí, como hace un momento hemos explicado.

En el ámbito saludable van un paso más allá dedicando la importancia que este tema merece e integrando en sus aulas los conocimientos y hábitos necesarios para adquirir y tener una buena y correcta alimentación. Trabajando con la comida, experimentando con los alumnos/as otro tipo de alimentos que también están buenos y además son más saludables que la bollería que les suele gustar tanto, como ya hemos descrito con anterioridad.

En relación con mejorar la salud, de los alumnos/as del centro, entra en juego poner en práctica el ejercicio físico para así mejorar su motricidad y también su calidad de vida. Por ello, ha aumentado la realización de actividades y excursiones en las que interviene la motricidad debido a la gran importancia que tiene que los niños/as jueguen y se muevan a estas edades tempranas.

En mi estancia en el centro he detectado una contradicción entre un interés teórico y un interés práctico en base a que por su parte el centro busca líneas de mejora para incluir cada vez más prácticas y hábitos de vida saludable frente a la desmotivación que sufren los docentes del centro por llevarlo a la práctica.

El problema es que las clases de psicomotricidad no son como deberían, pues la mayoría del tiempo realizan circuitos y van uno por uno, lo que implica que la mayoría del tiempo los niños/as se encuentren sentados esperando su turno, y las actividades que realizan no son lo suficientemente interesantes ni motivadoras para ellos/as. Es decir, el centro continuamente está promoviendo actividades e involucrándose en la vida de sus alumnos/as para que adquieran hábitos de vida saludable pero el problema lo encontramos en que las clases que realizan los niños/as en el centro no cuentan con la motivación necesaria para influir aún más en los alumnos/as y conseguir esta implicación, por parte de los niños/as, para realizar actividades físicas no sólo en el centro sino que pasen también a sus vidas fuera del mismo.

Una posible línea de mejora sería la de incluir el programa Thao siempre y cuando los docentes muestren un interés y unas ganas por realizar este proyecto pues si se instaure pero no se mejora lo que hoy en día falla, no serviría de nada pues es necesario que los docentes quieran realmente paliar el problema del sobrepeso infantil e involucrarse en ello.

Esta investigación no sólo repercute a los profesionales de la educación sino también a las familias y a toda la sociedad en sí, la cual cada vez se va haciendo más sedentaria lo que repercute directamente en los niños/as, es decir, en la sociedad del futuro. Entonces, lo que debemos es corregir los errores que hemos ido cometiendo a nivel general para poder frenar estos índices elevados de obesidad.

Cuando decimos corregir los errores nos referimos a preocuparnos un poco más porque nuestra alimentación sea más saludable y variada, dejando un poco a un lado la comida rápida que cada vez está adquiriendo mayor peso en nuestra vida diaria. Y, también darle más importancia y relevancia al ejercicio físico, es decir, centrarnos más en que los niños/as jueguen entre ellos y se relacionen a la vez que realizan inconscientemente algo de ejercicio, pues es bueno para ellos/as estar al aire libre con sus iguales mientras juegan y se divierten, dejando a un lado los aparatos electrónicos.

6. ALCANCE DEL TRABAJO

En la realización de este trabajo nos hemos apoyado desde un principio en la fundamentación teórica la cual nos explica y da a conocer la importancia de la salud y la actividad motriz en Educación Infantil.

En la investigación llevada a cabo lo que hemos pretendido es acercar un poco más a los profesionales de la educación infantil para que conozcan, no los problemas en sí, sino más bien una serie de indicaciones y pautas que pueden llevar a cabo para mejorarlos, pues aunque no hayan niños/as obesos sigue siendo importante que se alimenten bien y hagan ejercicio físico, el cual les ayuda no sólo en su desarrollo físico sino que también les ayuda en su desarrollo mental.

Hemos comprobado cómo el centro y las familias, en su inmensa mayoría, se preocupan por la salud de los más pequeños/as pero aún así sigue habiendo un gran número de niños/as obesos y esto se debe a que, sobre todo, fuera de casa no comen como es debido y no realizan el ejercicio necesario. Pues los hábitos de vida saludable que se promueven no se llevan a cabo, o por lo menos no como es debido, es decir, lo que debemos conseguir es que los hábitos promovidos se lleven a la práctica pues de nada sirve que se sepan los pasos a seguir si luego no se llevan a cabo.

Por ello, es necesario que se estudie este tema más en profundidad y con mayor detenimiento, pues si los que ahora son niños/as no tienen los hábitos de vida necesarios para obtener una buena calidad en su vida cuando sean adultos la sociedad tendrá problemas graves de salud y también mental, pues estar bien físicamente te ayuda a estar bien mentalmente, ya que estas acciones deben coexistir entre sí para lograr estar bien saludables.

Se deben buscar más fórmulas para hacer interesante estos temas y que calen en la sociedad, que realmente conozcan sus consecuencias y se mentalicen que deben cambiar cuanto antes. Para ello, es necesario que las fórmulas sean atractivas y atrayentes teniendo en cuenta los intereses y necesidades de la sociedad actual para que, de ese modo, se lleven a cabo de una forma más directa.

Este trabajo también deja la duda sobre la importancia que se le da en la escuela a la actividad física y a las clases de psicomotricidad que en ellas se imparte. Pues, ¿están

estas clases adaptadas a las necesidades e intereses de los alumnos/as?, ¿son suficientes?, ¿se les da el valor que realmente merecen?

Todos sabemos que siempre se ha tratado a la educación física como una asignatura para pasar el rato y poco importante. Esto se debe a la poca conciencia de la sociedad sobre la importancia de la actividad motriz y, también, a que muchos/as de los profesionales a cargo de esta asignatura se limitan a dejar jugar a los niños/as para que pasen el rato y no molesten. Esta mentalidad debe cambiar y cuanto antes pues la educación física o psicomotricidad, en educación infantil, se debe tratar con respeto e importancia dándole el valor que realmente merece y no el que tiene actualmente. Pues si se está planteando la posibilidad de instaurar una hora al día de psicomotricidad, debido al número tan elevado de obesidad infantil, es necesario que en esas horas se trabaje bien y no se dediquen sólo a jugar, pues es cierto que los niños/as deben jugar y experimentar con el material pero no deben centrarse sólo en eso las clases sino también en que experimenten con su cuerpo y con las posibilidades que éste les ofrece.

Para ello, es fundamental que las clases se planteen desde otra perspectiva buscando actividades que les interese y motive a los niños/as con otro tipo de planteamiento en el que no se encuentren continuamente esperando, es decir, plantear actividades para que todos estén realizando ejercicio físico durante los cincuenta minutos que duran las clases. De ese modo, poco a poco se irá reduciendo aún más la obesidad infantil, puesto que si los niños/as se encuentran motivados y adquieren un mayor interés por realizar ejercicio físico esto ayudará a que quieran realizar más actividades físicas fuera del centro, que es uno de los principales objetivos que lo que aprenden en el centro lo realicen también fuera del mismo.

7. CONSIDERACIONES FINALES

Dado por finalizado este Trabajo Fin de Grado me gustaría agradecer a todas esas personas que se han implicado y me han ayudado a realizar esta pequeña investigación aportando sus ideas y puntos de vista para lograr una mayor profundidad y precisión en su realización.

Después de todo este tiempo de investigación y estudio acerca del tema, se puede decir que hemos logrado llevar a cabo la realización de un proyecto con las características de un Trabajo Fin de Grado. Es decir, podemos decir que es un trabajo en el que ofrecemos ideas y explicaciones fundamentadas sobre la importancia de la salud y, como consiguiente, la importancia de la educación motriz en los niños/as de Educación Infantil.

En relación con los objetivos de este proyecto he de decir que sí se conoce y comprende la importancia que tiene la salud en Educación Infantil pero no realmente como se debe porque si así fuese los índices de obesidad infantil no serían tan elevados esto se debe en gran medida en que no se considera la obesidad infantil como un problema de salud sino que lo ven como algo normal por ser niños/as y estar en edad de crecimiento y esto es justo lo que debe cambiar, se debe poner al corriente a toda la sociedad sobre la importancia y los riesgos que corren los niños/as si no se alimentan como deben.

Por otra parte, a mí personalmente me ha servido la realización de esta indagación para desarrollar algunas de las competencias del TFG como: colaborar con las acciones educativas que se presenten en el entorno y con las familias; además de, analizar el contexto y planificar adecuadamente la acción educativa; así como, actuar como mediador, fomentando la convivencia dentro y fuera del aula.

En cuenta a la implicación de las familias con respecto a la salud de sus hijos es cierto que existe dicha implicación pero en cuanto a la salud se refiere lo dejan un poco de lado, pues se preocupan más porque sus hijos/as sepan y comprendan los contenidos que les imparten en el aula que porque adquieran y lleven a cabo los hábitos de vida saludable que en el centro promueven.

También es cierto, que tanto el centro como las familias desarrollas actitudes positivas respecto a la actividad motriz y promueven continuamente actividades para motivar a los niños/as e introducirlos en el desarrollo de actividades físicas.

Me gustaría comenzar agradeciendo al tutor de mi trabajo por su dedicación, entrega y seriedad con la que se ha tomado este trabajo estando continuamente a mi disposición para cualquier tipo de duda que me haya ido surgiendo.

También, me gustaría agradecer al personal administrativo y a las maestras de educación infantil del centro por la colaboración que han tenido y su enorme entrega y disposición a la hora de facilitarme la información necesaria, ya que sin ellos/as este trabajo no hubiese sido posible.

Personalmente, considero que ha sido un trabajo denso pero no debo quedarme con eso sino con lo gratificante que ha sido y con todo lo que he aprendido a lo largo de su realización, pues el esfuerzo realizado ha merecido la pena con creces.

Para finalizar, me gustaría agradecer a toda esa gente que se tome la vinculación de este trabajo sobre hábitos de vida saludable con la importancia que merece y que encuentre en él un camino a seguir para mejorar la calidad de vida de los más pequeños/as y de la sociedad en general, teniendo como base esta pequeña investigación para profundizar más en ella y buscar los cambios a seguir para lograr el mayor bienestar posible.

8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

Anguera, M. T. (1992). *Metodología de la observación en las Ciencias Humanas*. Madrid: Cátedra S.A.

Apuntes de las asignaturas: *Desarrollo curricular de las Ciencias Sociales en Educación Infantil; Infancia y hábitos de vida saludable; y, Psicología del desarrollo*.

Catalán, V. G. (2009). El profesorado ante la educación y promoción de la salud en la escuela. *Didáctica de las Ciencias Experimentales y Sociales*, 171-180.

El lactante. (2008). *Pedagogía y Psicología infantil*, 87-192.

Esclapez, T. C. (2008). *La enseñanza que no se ve. Educación informal en el siglo XXI*. Madrid: Narcea S.A.

Proyecto Educativo del CEIP “Playa de Arguineguín”

WEBGRAFÍA

Gobiernodecanarias. org. (17 de Junio de 2013). Obtenido de <http://www2.gobiernodecanarias.org/educacion/17/WebC/playaarguineguin/>

Thao salud infantil. (10 de Julio de 2013). Obtenido de http://thaoweb.com/es/programa_thao/que_es