



CONVERSEMOS

CUADERNO DOCENTE



**LA MOTRICIDAD
Y LA CORPORALIDAD**
pág. 3

INCLUSIÓN DEL CUERPO
EN EL APRENDIZAJE pág. 31

¿CUÁL ES LA EDUCACIÓN FÍSICA
QUE QUEREMOS? pág. 38

DATOS

NOMBRE

ESCUELA

Conversemos: Cuaderno Docente N° 3

Coordinación Escuela

División de Educación General
Ministerio de Educación
República de Chile

Edición

Equipo Educación Física
Equipo Actividad Física
Equipo Psicomotricidad

Impresión

Mallea Impresores Ltda.

Julio - Agosto 2015

Edición Impresa para ser distribuida por el MINEDUC a Escuelas Básicas.

Distribución Gratuita

PRESENTACIÓN

La Reforma Educacional en curso busca de manera central que niñas, niños y jóvenes accedan a una educación pública gratuita y de calidad, como un derecho garantizado. Esto implica un proceso de mejoramiento educativo integral, en el que las comunidades educativas reflexionen participativamente sobre los cambios que es necesario implementar en los establecimientos y en las aulas para avanzar en calidad e inclusión.

En este contexto, el Ministerio de Educación, a través de diversos recursos y acciones, se ha propuesto intencionar un proceso de diálogo pedagógico a partir del currículum y su implementación para mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan cada día en las aulas.

El Cuaderno *Conversemos* se entregará a cada educadora, educador y docente, de manera de ir conformando una creciente biblioteca personal que pone a disposición un conjunto de artículos en los que se abordan temas centrales, estrategias y experiencias, a partir de los cuales es posible revisar las propias prácticas en instancias periódicas de encuentro en la escuela, facilitando así compartirlas y enriquecerlas.

Cada uno de estos Cuadernos intencionará diferentes temas curriculares. El tema de este número es la actividad física, la corporalidad y el movimiento, como parte central de los aprendizajes de niñas y niños. Por su parte, la Agenda Inmediata de Fortalecimiento de la Educación Pública está implementando líneas de acción educativa orientadas a relevar la importancia de la motricidad y el conocimiento del cuerpo en el desarrollo integral de niñas y niños de las escuelas públicas del país. Se articulan así diferentes acciones: 1) Plan Nacional de Actividad Física, orientado a promover nuevos espacios y tiempos educativos para incentivar el movimiento de las y los estudiantes; 2) Entrega de orientaciones pedagógicas y didácticas para implementar el currículum de la asignatura de Educación Física y Salud, desde una comprensión más vivenciada del cuerpo y la motricidad; y 3) Propuesta pedagógica del programa Corporalidad y Movimiento, pensado para apoyar procesos de maduración, desarrollo, autonomía y autorregulación en los primeros años.

Esperamos que los contenidos propicien conversaciones que permitan compartir, incorporar y comunicar un mensaje actualizado y convergente sobre la importancia que tiene este ámbito de la experiencia humana. Investigaciones realizadas desde diversos campos, entre ellos, el de las neurociencias, destacan las repercusiones de las experiencias vinculadas a la motricidad y al conocimiento del cuerpo, en el logro de buenos aprendizajes. De esa manera, la práctica pedagógica debe incorporar la motricidad como un elemento necesario en todas las asignaturas, entendiendo que siempre se aprende desde y con la corporeidad.

“Motricidad sin cognición es posible, pero cognición sin motricidad no lo es. Es a partir de la motricidad cómo las futuras capacidades psiconeurológicas del aprendizaje se organizan” (Da Fonseca 1998).

La reflexión activa y crítica debe traducirse en acciones concretas que puedan ser incorporadas en los Planes de Mejoramiento Educativo (PME), de manera de asegurar que los procesos de aprendizaje estén vinculados al desarrollo de la motricidad y se desarrollen en las mejores condiciones en todos los niveles educativos.



GONZALO MUÑOZ STUARDO
Jefe División de Educación General

ÍNDICE

MARCO INTRODUCTORIO

LA MOTRICIDAD Y LA CORPORALIDAD EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LAS Y LOS ESTUDIANTES	3
---	---

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

LA SALA DE PSICOMOTRICIDAD COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA	8
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA INSTALAR HÁBITOS DE MOVIMIENTO EN LA JORNADA ESCOLAR	11

COMPARTIENDO EXPERIENCIAS

APLICACIÓN DE UNA METODOLOGÍA TRADICIONAL MAPUCHE. EXPERIENCIA ESCUELA E-970 RALCO	14
TALLER DE PRÁCTICA PSICOMOTRIZ, ESCUELA CIUDAD DE FRANKFORT	21

TEMAS / TALLERES

MOVIMIENTO, CORPORALIDAD Y EDUCACIÓN: LA CAPACIDAD DE APRENDIZAJE DEL SER HUMANO ES INFINITA	26
INCLUSIÓN DEL CUERPO EN EL APRENDIZAJE: SUSTENTABILIDAD Y BIENESTAR	31
LAS FUNCIONES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR: EL SENTIDO DE LO CORPORAL EN LAS PRÁCTICAS EDUCATIVAS	35
¿CUÁL ES LA EDUCACIÓN FÍSICA QUE QUEREMOS?	38
LA IMPORTANCIA DE LA ASIGNATURA EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD EN LA PROMOCIÓN DE UNA VIDA ACTIVA	41
LA PSICOMOTRICIDAD: OPORTUNIDAD Y DESAFÍO EN LAS AULAS MULTIGRADO	44
JUEGO DE ORIENTACIÓN ESPACIAL Y LATERALIDAD: DI UNA COSA, QUE HAGO OTRA	48

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

RESEÑA DE LIBROS	49
RECURSOS WEB SUGERIDOS	50



LA MOTRICIDAD Y LA CORPORALIDAD EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LAS Y LOS ESTUDIANTES

MARGARITA LIRA BIANCHI / **EQUIPO COORDINACIÓN ESCUELA**

“Se comprende que el niño y la niña se construyen a sí mismos a partir de sus movimientos. Esto significa que los procesos de maduración, de desarrollo y los aprendizajes que van adquiriendo e incorporando, van a transitar del “acto” al “pensamiento”, pasando progresivamente de la percepción de lo concreto a lo abstracto, de la acción del movimiento a la representación de su cuerpo y su mundo” (H. Wallon, 1956).

Desde esta comprensión de la motricidad humana, convenimos que el desarrollo de la motricidad y el conocimiento del cuerpo promueven estilos de funcionamiento que van a incidir en la manera de ser y de estar en el mundo de cada estudiante.

A partir de esta evidencia y de un artículo de Myrtha H. Chokler¹, proponemos algunas preguntas: “¿A qué joven queremos ayudar a ser, a crecer y a formar? ¿Un sujeto autónomo, libre, con confianza en sí mismo y en su entorno, en sus propias competencias para pensar y elaborar estrategias a su nivel para la resolución de obstáculos, problemas y conflictos, un ser abierto y sensible, comunicado y solidario?

¿O bien un ser obediente, dependiente de la “autoridad” y sometido al reconocimiento permanente de otro, temeroso al castigo y anhelante del premio, un ser competitivo, exitista, rivalizando para ser “el primero”? ¿Un ser que piensa que identificarse con otro es confundirse con otro?

¹ El concepto de autonomía en el desarrollo infantil temprano, coherencia entre teoría y práctica, 2005.

También disponible en <https://docs.google.com/document/d/1s1oQVpv0zDp4mzXPaWU0r12ecMrnWXyrwF8SsQGLiLU/edit>

Conscientes de nuestra elección, ¿cuál es el rol del adulto, de la sociedad, de los profesionales, para salvaguardar el respeto por la persona desde la niñez más temprana y su derecho a ser reconocida como quien es, tal como es, más allá de la diferencia o de la singularidad?”.

Sin duda, conocer y vivenciar su corporalidad es un aspecto muy importante para la vida de niñas, niños y estudiantes en general, ya que eso les permite desarrollar y expandir sus capacidades y habilidades motrices en el marco de un desarrollo integral. En la infancia, la construcción de la identidad y la autonomía, se realizan en y a través del cuerpo, ya que a partir de él, niñas y niños aprenden sobre sí mismos y sobre el mundo que los rodea. “El niño es su cuerpo”, puesto que es “en” y “por su lenguaje corporal”, que en su actuar frente a sí mismo y frente al mundo, expresa lo que es, su naturaleza plena, en disponibilidad para proseguir sus procesos de aprendizaje”².

El desarrollo de la motricidad promueve diferentes procesos, los que favorecerán la generación de bases sólidas y sustentables para el desarrollo del cerebro y la maduración de sus funciones, la organización psicológica, las habilidades cognitivas y la organización del pensamiento, potenciando así una mayor integralidad y sustentabilidad para cada estudiante.

Descubrir, conocer y manejar el propio cuerpo son necesidades fundantes de la infancia y a lo largo de la vida. Estos conocimientos permiten orientarse tempranamente, promover estilos de funcionamientos de mayor autonomía, sustento necesario para adquirir e incorporar más y mejores aprendizajes. Da Fonseca (1998) señala “La motricidad es el medio a través del cual se edifica y se organiza la inteligencia y es el medio a través del cual se manifiesta esta inteligencia, en los primeros años de vida de los niños”. Incorporar la dimensión vivencial del conocimiento del cuerpo y del desarrollo de la motricidad en la infancia hoy, es un tema innovador y de gran relevancia para generar procesos educativos de calidad.

Si durante la infancia niñas y niños tienen la posibilidad de desarrollar de manera armoniosa sus funciones cerebrales, será posible que se dé una mejoría transversal de la calidad de la educación. Trabajar pedagógicamente estas dimensiones, puede enriquecer y fortalecer también las condiciones individuales de aprendizaje de cada estudiante, los niveles de convivencia, la capacidad lúdica y creativa, la salud psicofísica y la estructuración del pensamiento.

¿Cómo se aprende sobre el cuerpo y sus posibilidades de movimiento?

Cada día surgen más fundamentos científicos que avalan la importancia de intervenir tempranamente en la creación de factores protectores que favorezcan el desarrollo integral de nuestros estudiantes, siendo el desarrollo motriz uno de los ámbitos predominantes de intervención, debido a los distintos elementos que forman parte de su configuración.

Durante la primera infancia se integran y se coordinan de manera simultánea, factores vinculados al desarrollo cerebral, con elementos vinculados al desarrollo de la motricidad. En esta relación se establece una permanente interacción que facilitará la organización psicomotriz o física, emocional, social y cognitiva de niños, niñas y jóvenes en general.

A través de diferentes experiencias de movimiento, de exploración y descubrimiento de su cuerpo, los estudiantes logran experiencias de aprendizaje o dinámicas de actividad física, en un proceso gradual de organización psicomotriz, es decir, de desarrollo de su motricidad y, paralelamente, de

² Experiencias de aprendizaje sobre corporalidad y movimiento” MINEDUC (2013) pág.10

desarrollo neurológico y psicológico. Cuando logran estos niveles de organización, continuarán realizando de manera natural movimientos de mayor complejidad, ya que desde la necesidad que surge del hábito de moverse y la alegría vital que produce el movimiento, podrán realizar e integrar juegos pre-deportivos y deportivos.

El aprendizaje de movimientos y la progresiva apropiación del cuerpo dependen, por una parte, de la oportunidad que tengan para moverse en forma autónoma, en un ambiente que los acoja y valore su cuerpo, motivándolos a realizar experiencias de movimiento con sentido y en contextos de aceptación y valoración de sus iniciativas. "Se trata de volver a dar prioridad a la acción y de hacer del movimiento el hilo conductor del desarrollo, no considerándolo como medio anexo o complementario, sino como un elemento central de educación en torno al cual se forjará la unidad de la persona corporal y mental, afectiva e intelectual"³.

Por otra parte, para interiorizar y apropiarse de su cuerpo, niños y niñas necesitan oportunidades en las que, junto con nombrar las partes del cuerpo, cuenten con una experiencia propioceptiva, es decir, que puedan registrar sus sensaciones y emociones a través de la capacidad de darse cuenta. Para que puedan aprender sobre sí mismos y organizar primariamente una noción corporal, una imagen corporal y, posteriormente, estructurar su esquema corporal, no basta con nombrar las distintas partes del cuerpo, sino que se requiere que puedan acompañar el nombre o la imagen del cuerpo con la vivencia y el "sentir" de su corporalidad.

Otra de las formas de aprender que tienen niños y niñas para ampliar su lenguaje corporal y gestual y su expresión motriz, es la observación y la imitación. En edades tempranas la función de representación simbólica está a la mano, por lo que es posible invitarlos a que imiten algunas acciones en ausencia de modelos.

Promover y valorar la dimensión de la motricidad en el desarrollo infantil, es validar y, muchas veces, recuperar para cada estudiante el placer del juego espontáneo y del movimiento, así como la oportunidad para que desarrollen la capacidad de ser y sentirse bien en su cuerpo. Es muy importante respetar los ritmos particulares para mantener la espontaneidad de los movimientos. Es recomendable que en el proceso de exploración, de investigación y de fortalecimiento de sus comportamientos práxicos, la persona adulta a cargo mantenga una actitud de observación y de acompañamiento. En la infancia se utiliza la motricidad no solo para moverse, tomar objetos, jugar, expresar emociones, habilidades y capacidades físicas, sino fundamentalmente, para asegurarse y reasegurarse como personas.

Actualmente tenemos evidencias que demuestran que en la infancia se aprende con y desde el cuerpo, y esta condición influirá en cómo cada niña o niño integrará nuevos conocimientos sobre múltiples aspectos del mundo circundante y sobre sí mismo.

En palabras de Da Fonseca (1998), "La motricidad es el medio a través del cual se edifica y se organiza la inteligencia y es el medio a través del cual se manifiesta esta inteligencia en los primeros años de vida de los niños". A partir de esta comprensión y de múltiples evidencias que nos muestran las investigaciones realizadas desde la neurociencia, cuando las y los estudiantes aprenden desde y con su cuerpo pueden:

³ "Experiencias de aprendizaje sobre corporalidad y movimiento" MINEDUC (2006).

- Fortalecer el entramado de su organización neurológica y el desarrollo armónico de sus funciones cerebrales.
- Adquirir progresivamente seguridad y confianza en sí mismos.
- Construir de manera paulatina su imagen y su esquema corporal.
- Desarrollar su capacidad de autonomía.
- Potenciar sus capacidades de aprendizaje.
- Organizar su psiquismo, su manera de ser y estar en el mundo.
- Estructurar de manera secuenciada su pensamiento, pasando progresivamente desde un actuar impulsivo a un funcionamiento práxico o ejecutivo.

Para sentir un real deseo de pensar y placer por aprender, es importante comprender que se debe haber experimentado previamente en la vida el placer por actuar, el placer por moverse de manera libre y autónoma. Esta experiencia, vivida en un contexto favorable y motivador de la experiencia corporal, permitirá que cada estudiante vaya atravesando de manera armónica por los diferentes estadios del desarrollo del pensamiento.

La posibilidad de actuar autónomamente con el cuerpo en un espacio determinado, otorga sensaciones de unidad y “cohesión”, de seguridad y de competencia personal o de capacidad de poder “ser y hacer”.

En el marco de la Reforma Educacional en curso, a través de diferentes estrategias pedagógicas los invitamos a recuperar la importancia de los juegos y a fortalecer el desarrollo de la motricidad y el conocimiento del cuerpo con estudiantes entre 4 a 8 años. Para estudiantes de 8 a 17 años será importante potenciar la actividad física, las actividades predeportivas y el deporte escolar en establecimientos municipales, en vista al mejoramiento de una formación de mayor integralidad para el conjunto del alumnado del país.

Mis notas

LA SALA DE PSICOMOTRICIDAD COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA

CECILIA LA RIVERA VEGA / EQUIPO COORDINACIÓN ESCUELA

La psicomotricidad es una disciplina que integra varios conocimientos referidos al desarrollo infantil e intenta dar cabida a la reorganización de las funciones motoras y psíquicas del ser humano en la búsqueda de un desarrollo integral, especialmente en edades tempranas. En su sentido más amplio, el concepto de psicomotricidad "pertenece al ámbito del desarrollo psicológico y se refiere a la construcción somato-psíquica del ser humano con relación al mundo que le rodea". ...La psicomotricidad es una invitación a comprender todo lo que expresa el niño de sí mismo por la vía motriz...".¹

Para comprender el funcionamiento de una sala de psicomotricidad desde el punto de vista educativo, es necesario formarse una idea de los objetivos de la psicomotricidad educativa y preventiva.

La práctica psicomotriz educativa y preventiva que se propone como dispositivo en las escuelas, es una práctica que acompaña las actividades lúdicas de niñas y niños. "Está concebida como una itinerario de maduración que favorece el paso del "placer de actuar" al placer de pensar"².

Esta disciplina se plantea favorecer el desarrollo armónico del niño y la niña, permitir que exista como sujeto único, y facilitar procesos de maduración psicológica, lo que es indispensable para comunicar, crear y pensar.

La sala es un dispositivo que facilita esta integración somato-psíquica, y está acondicionada para la actividad infantil espontánea, principalmente lúdica. Este espacio se transforma en un ambiente mediador, permitiendo que niños y niñas autorregulen su accionar desde la actividad motriz libre, autónoma y espontánea. El encuadre, es decir, el espacio y los materiales, junto con la persona adulta que acompaña, "permite" a niños y niñas esta organización.

Descripción

Existen diversas líneas teóricas en la práctica psicomotriz, sin embargo, comparten el mismo encuadre y cuentan con materiales muy similares, que son utilizados en todas las actividades y juegos que se plantean en la sala. Mediante múltiples manipulaciones niñas y niños descubren sus características y sus funciones.



¹ Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz. Bernard Aucouturier. Ed. Graó, 2005, Pág 17.

² Marometas Centro de Psicomotricidad Bernard Aucouturier/links a entrevistas Bernard Aucouturier/La práctica psicomotriz (2013).

La finalidad fundamental del material es posibilitar el acceso al juego sensoriomotor, al juego simbólico y a la capacidad de descentración con los juegos de construcciones.

Son válidos todos aquellos objetos susceptibles de manipulación que, por su uso o por sus cualidades, no condicionen de forma decisiva su utilidad. Estos objetos tendrán como requisito imprescindible permitir la máxima creatividad.

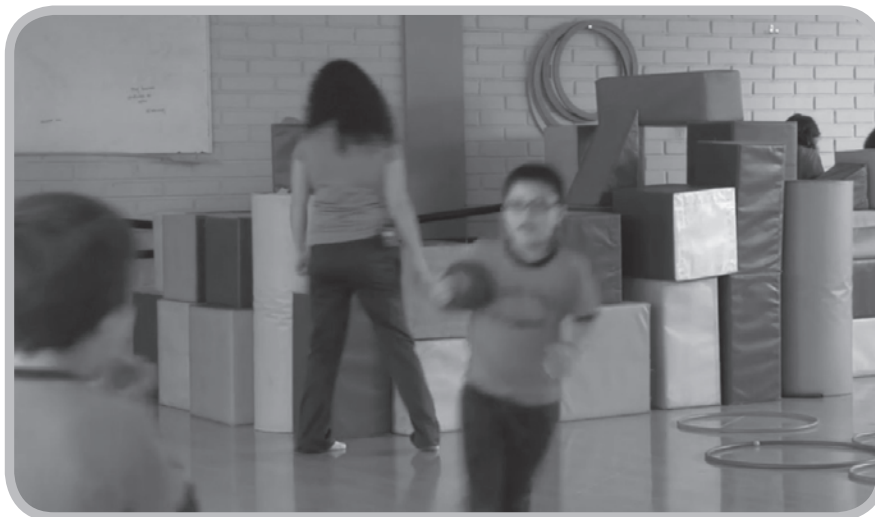
Partiendo de los distintos materiales, se generan todo tipo de situaciones prácticas, cuyo análisis nos revela que de modo espontáneo se trabajan las conductas motrices, neuromotrices y psicomotrices, todas integrantes del desarrollo psicomotor.

La sesión se divide en dos espacios y tres tiempos con materiales distintos. En el espacio para la expresividad motriz niñas y niños pueden vivenciar el placer del movimiento a través de actividades espontáneas con la utilización de su cuerpo, el espacio y los materiales. Esta fase es imprescindible para la formación de una buena imagen corporal. El otro espacio es el de la expresividad plástica y el lenguaje. Aquí se detiene el accionar del cuerpo, para dar paso a las representaciones de la actividad vivida, en forma de dibujos, construcciones, etc. Esto se complementa con la organización temporal de la sesión.

El material a utilizar en el espacio sensoriomotor incluye: espalderas, colchonetas, bloques de goma-espuma, toboganes, plataforma de salto, ya sea construida o formada por una mesa, etc. El propósito es que con la disposición espacial de este material se favorezcan las caídas, los saltos, los desequilibrios/equilibrios, los deslizamientos, las carreras, etc.

En el momento de trabajo de lo simbólico, el material utilizado se compone de bloques de goma-espuma, telas, cuerdas, muñecos, aros, palos (madera, plástico, goma, espuma), pañuelos, pelotas, etc. Nuestro propósito es que juegue a "como si...". Por último, dentro del espacio representacional se les ofrece pinturas, folios, plastilina, lápices de colores, rotuladores, pizarra y tizas, bloques de madera y otros que les permitan dibujar, construir y modelar.

A estos recursos se les podría clasificar en dos grandes tipos por su cualidad y simbología: blando (acoge, envuelve, da placer): bloques y pelotas de espuma, cojines, telas,... y duro (deben enfrentarse al reto, al principio de realidad): espalderas, maderas de construcción, cubos de plástico, palos, banquetas.



Mis notas

Taller entre docentes

De acuerdo a las características de su curso:

¿Considera necesario que los niños y niñas con los que usted está en contacto, tengan apoyo y acompañamiento para sus procesos de maduración (orgánica y psicológica)? ¿Considera que el trabajo pedagógico en una sala con materiales de psicomotricidad puede enriquecer el desarrollo integral de sus estudiantes?

Reflexionen en conjunto y compartan las experiencias que han tenido como educadores.

Referencias bibliográficas:

Aucouturier, B. (2004): Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz. Ed. Graó.

<http://es.wikipedia.org/wiki/Psicomotricidad>

<http://psicomotricidadum.com/>

Marometas Centro de Psicomotricidad Bernard Aucouturier/links a entrevistas Bernard Aucouturier/La práctica psicomotriz (2013)

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA INSTALAR HÁBITOS DE MOVIMIENTO EN LA JORNADA ESCOLAR.

PATRICIO VENEGAS PINO / UNIDAD ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR

Con el objeto de aumentar los tiempos que incorporen estrategias prácticas de actividad física en los establecimientos educacionales, el Plan Nacional de Actividad Física Escolar, promueve la implementación de algunas estrategias, como las “pausas” y “recreos activos”, como una manera de contar con nuevos tiempos en los recreos o en clases de diferentes asignaturas e invitar a las y los estudiantes a realizar movimientos que contribuyan a su bienestar.

La práctica regular de actividades que involucren movimiento, como juegos motrices, actividad física o deporte, contribuye al bienestar de las personas en los ámbitos físico, psíquico y social. En este contexto, los “recreos” y las “pausas activas” son acciones, ejercicios, que forman parte del proceso pedagógico y que incentivan procesos de desarrollo a través de la práctica regular de actividad física en la escuela, mediante la planificación y organización de actividades previas, durante o después de la jornada escolar.

La **pausa activa** es una actividad de movimiento realizada en un breve espacio de tiempo durante la jornada escolar y está orientada a que niñas y niños recuperen energía, se retomen corporalmente y puedan concentrarse a través de breves ejercicios, ya sea de movilidad articular, estiramientos, respiración, relajación, activación o dinámicas que compensen las tareas desempeñadas (especialmente las pasivas), revirtiendo de esta manera la fatiga muscular y el cansancio generado por la rutina habitual de no movimiento o de mucho tiempo en una misma postura (sentados).

Se entiende también como períodos o pausas de descanso, en los cuales los estudiantes realizan una serie de actividades o acciones que permitan y promuevan en el cuerpo un cambio en su rutina habitual, con el fin de prevenir la aparición de problemas o desórdenes en diferentes grupos musculares, columna y articulares, además de reactivar o mejorar los niveles de atención y la productividad en las diferentes tareas.

Las pausas activas se pueden desarrollar en diferentes tiempos y espacios, dentro del aula y en cualquier asignatura, ya que favorece un cambio en la rutina y se pueden crear ambientes agradables y saludables. Además de ser divertidas y lúdicas, generan nuevas motivaciones para aprender y propician la activación mental.



Algunos beneficios de las pausas activas:

- **Mejoran el rendimiento físico y mental.**
- **Aumentan la circulación sanguínea.**
- **Mejoran la movilidad articular y flexibilidad.**
- **Activan y modifican la postura.**
- **Favorecen cambios de rutina.**
- **Mejoran la capacidad de concentración.**

El **recreo activo** es un tiempo en el que se desarrollan actividades que permiten al escolar motivarse para practicar hábitos de vida activa y hacer efectivo el tiempo destinado a este propósito. Esta estrategia se puede desarrollar en los recreos convencionales en la escuela y/o liceo.

Se implementan a través de una serie de juegos o actividades planificadas y de fácil práctica para niños, niñas y jóvenes, tales como bailes, juegos tradicionales, juegos predeportivos, entre otros, que favorecen no solo el movimiento, sino el fortalecimiento de la autoestima, la vitalidad y las relaciones interpersonales. También se deben considerar actividades libres, donde cada estudiante pueda realizar actividad física según sus gustos y necesidades.

Con este tiempo y espacio, podemos lograr que los estudiantes estén activos durante al menos unos 20 minutos al día, aumentando de manera considerable el tiempo de actividad física y el desarrollo de hábitos de vida activa, relacionándolo con “pasarlos bien” y divertirse.

Un recreo activo favorece:

- **Hábitos de vida más activa.**
- **El respeto, normas y trabajo en equipo, cuando son juegos activos masivos.**
- **El desarrollo de habilidades para resolver conflictos.**
- **La integración social.**
- **La activación de todas las funciones corporales.**
- **La salud mental y la mejora del ánimo.**
- **La memoria y la concentración.**
- **La participación responsable.**



APLICACIÓN DE UNA METODOLOGÍA TRADICIONAL MAPUCHE: EXPERIENCIA ESCUELA E-970 RALCO

PROFESOR: RODRIGO ACUÑA CÂRCAMO/ ASESOR CULTURAL: MANUEL HUENUPE PAVIAN

Esta escuela está ubicada en la cabecera Comunal de Alto Biobío en la villa Ralco, con un entorno natural que se destaca por sobre diversas zonas geográficas de similares características a nivel nacional, producto de sus múltiples elementos naturales, tales como volcanes, lagunas naturales, termas, flora nativa y fauna propia del territorio nacional.

Existe en ella una fuerte presencia de la cultura pewenche, compuesta por 12 comunidades indígenas que constituyen el 72% del total de la población comunal. El porcentaje restante se reparte entre población colona y mestiza.

Es una comuna de bajos índices de desarrollo socioeconómico y cuyas principales actividades son ganadería y agricultura de subsistencia (consumo familiar), actividades de recolección, comercio primario.

La Escuela Fronteriza de Concentración E-970 Ralco, atiende a un gran porcentaje de niños y niñas cuyas familias son de origen mapuche, con un alto nivel de vulnerabilidad, contando en la actualidad con aproximadamente 286 estudiantes de Educación Básica, de 1° a 6° básico y niveles de transición de Educación Parvularia; es un establecimiento eminentemente intercultural, es decir, aquí se puede vivir y apreciar la relación armónica entre ambas culturas, la mapuche-pewenche y la occidental.

La escuela se encuentra adscrita al Proyecto de Educación Intercultural Bilingüe que se fortalece con la implementación de la asignatura de Lengua indígena desde 1° a 6° año básico, la que es impartida por un educador tradicional, acompañado por profesores mentores que orientan su quehacer pedagógico en el aula.

Origen de la experiencia

Este trabajo se inicia con indagaciones históricas realizadas por Herman Hernández, investigador autodidacta y relator EIB, contactado por la SECREDUC de Biobío hace ya una década, quien toma como fuente principal el testimonio de los ancianos pertenecientes al pueblo mapuche de la zona de Cañete y alrededores, más documentación historiográfica diversa, traspasando este kimun (conocimiento, saber) a quienes trabajamos en contextos mapuche.

Como profesor de Educación Física del establecimiento, incorporé en mi quehacer docente este “rasgo ancestral” que me fue legado. Hoy, después de 12 años de aplicación práctica en aula, investigación propia, aportes de niños y niñas pertenecientes al pueblo pewenche y de asesores culturales, la experiencia se ha nutrido y expandido. Se inspira en la observación e interacción simétrica con la naturaleza, y hoy busco incentivar el desarrollo motor y las capacidades físicas asociadas a la salud y calidad de vida, fomentando los equilibrios colectivos, espirituales y con el entorno.

El nombre de la actividad es kollellaleuliñ (en contexto mapuche) o llepiñllawleliñ (en contexto pewenche), referido a una voz originaria mapuche que alude a la organización, resistencia y potencia de las hormigas, pero que encuentra su pleno desarrollo en lo colectivo. Constituye una actividad física y mental permanente, que permite a través de la observación y relación simétrica con el medio, emular la manera en que el resto de los seres vivos se adaptan y conviven con el medioambiente en forma armónica. No corresponde a un ritual, pero toma rasgos de algunas ceremonias tradicionales, entre ellas el Nguillatun.

La metodología de enseñanza más pura y tradicional, es la que empleaban antiguamente los mañke (guía), quienes enseñaban a través del ejemplo a los pichikeche (niños y niñas). De esta forma el mañke podía identificar las diferentes habilidades y competencias, considerando las capacidades y limitaciones individuales. Es de fácil comprensión y ejecución, siendo inicialmente más lúdica, natural y, posteriormente, más estructurada, lógica y disciplinada. Contextualiza a las y los estudiantes con su propia idiosincrasia cultural, etnomotriz y espiritual.

Juego y cultura

Una sociedad no puede olvidar las características propias de su cultura. El juego es reconocido como la memoria del cuerpo y de las aventuras ludo - motrices del pasado; en este contexto, esta es una propuesta de trabajo de la motricidad, mirada desde la perspectiva de la “etnomotricidad”, que se define como: campo y naturaleza de las prácticas motrices, consideradas desde el punto de vista de su relación con la cultura y el medio social en que se han desarrollado.

Los juegos que proponemos deben estar en consonancia con la cultura a la que pertenecen, sobre todo en cuanto a las características de los valores y simbolismos subyacentes de esa cultura: relaciones de poder, función de la violencia, imágenes del hombre y la mujer y contactos con el entorno.



Descripción de la actividad

Esta actividad tiene cuatro niveles o etapas de desarrollo. La cultura mapuche considera el número cuatro como sagrado, vinculándolo al concepto de cosmovisión y su tetra partición del universo. Esto no limita el hecho de adaptar este ordenamiento, según necesidades y características del grupo, lugar o condicionantes en donde se desarrollará la actividad y desde una perspectiva pedagógica.

Etapa: 1 (kiñe) TREKAIAWN (desplazamientos, evoluciones y giros)

Corresponde a todo lo que inicia el movimiento, convirtiéndose en una acción concreta, generalmente asociada a una enseñanza que fortalece el trabajo en conjunto con la comunidad y su organización. Todas estas acciones se ciñen a remarcar en una iconografía ritual, la concepción del movimiento y la del ser mapuche. Es realizada junto a los elementos habituales y se puede apreciar el sentido de pertenencia a la naturaleza en todos sus actos, rindiendo un rito a la salida del sol y los ciclos de este, a través de los distintos tiempos o estaciones del año.

Etapa: 2 (epu) KOÑWEKATUNG (movimientos acrobáticos de la fauna)

Se basa en la observación e incorporación de los movimientos propios de la fauna que habita o habitaba en el territorio y la conexión espiritual con ellos, de manera de comprender su importancia en el equilibrio del entorno natural, respetándola, cuidándola y, además, cómo estos movimientos o acciones también son parte del mapuche como persona y su comunidad, como el león (trapial, trapeñi o pangué) o el zorro (nguru o kulpeu) entre otros.

Etapa: 3 (küla) KONATUAIÑ (preparación de los mocetones)

Los ejercicios van orientados de acuerdo a las capacidades y competencias individuales de niñas y niños, de sus edades y/o madurez psicomotora, pues es un trabajo de uso y desarrollo de la capacidad física de la fuerza, ocupando habilidades como el equilibrio y diversas posturas. En primera instancia estos ejercicios serán realizados en conjunto por un Trokin. Son ejercicios colaborativos, cooperativos, coordinados; en grupos grandes, pequeños o parejas, tienen un fin específico y común, funcional o de ejercitación; son movimientos de acciones completas, cotidianas y que involucran grandes y variados grupos musculares. Intervienen elementos de uso habitual como piedras de distintos tamaños, troncos, makuto o sacos, incluso sus pares.

Etapa: 4 (meli) AUKATUAIÑ (participación entre comunidades)

Hace referencia al sentido de comunidad: la comunicación y sincronía entre los miembros de un mismo Lof, comunidad y territorio. Así se genera el trafkintun del kimun, el intercambio del conocimiento, de los saberes y experiencias, manteniendo y preservando la cultura a través de estos encuentros, conformando un todo. Esto genera el desarrollo de las relaciones interpersonales, especialmente en los más pequeños. Instancia propicia para divertirse y medirse, similar a los encuentros deportivos y/o recreativos de la cultura occidental.

Movimientos, acciones y ejercicios de esta etapa:

- **Palin (pegar a la bola)**
- **Pawatun (golpear con la pelota)**
- **Levun kantung (echarse a correr o probarse en la carrera)**
- **Weñukañ (jugar con el weñu o palo curvo)**

Planificación de una clase

Escojo ejercicios de las tres primeras etapas indistintamente, según sean las necesidades y características del curso. Los ejercicios de la etapa 4 se trabajan con la comunidad. Para el diseño de una clase tipo o muestra, adecuó las etapas y ejercicios al contexto tiempo y espacio escolar.

Ejemplo:

Objetivo de la clase

En relación a los objetivos, estos ya están planteados y se pueden adecuar según la necesidad del currículum; se socializan y comparten con las y los estudiantes.

Inicio

TREKAIAWN (desplazamientos, evoluciones y giros).

Realizan calentamiento físico específico con etapas de movilidad articular, trote suave y rebotes, velocidades, piques y ascensiones y estiramientos con los movimientos siguientes: (10 a 20 min).

- Kababan (saludo)
- Amun trekawn (comenzar a caminar)
- Rewemu (espacio puro)
- Buru amun (caminar hacia atrás)
- Lelbun prawe (escalera plana)
- Prawe runkun (saltar la escalera)
- Prawe choikiñ (saltar en un pie la escalera)
- Katrirupu (camino difícil)
- Lev pu rengñi (colihue corredor)
- Estiramientos utilizando los colihues en parejas e individualmente

Desarrollo

KOÑWEKATUNG (movimientos acrobáticos de la fauna).

Desarrollo de la capacidad física de la fuerza y ejercicios de agilidad y habilidades combinadas tales como equilibrio y coordinación (20 a 30 min).

De fuerza:

- Kababan (saludo)
- Vilu (culebra)
- Vilkun (lagartija)
- Pakarwa (sapo)
- Kirke (lagarto)
- Piukull kantung (jugar en el columpio mapuche)
- Piukull pukara (catapulta al fuerte)
- Peltrung rengü (pasar el atado de colihues)

Combinación de habilidades:

- Trantekun pangu (rodando el león chileno o puma)
- Kirke palamn (lagarto vivaz)
- Ñaiki wente rengü (gato o felino sobre el colihual)

Cierre

Proceso de vuelta a la calma, puesta en común, evaluación, reflexión, fin y concepción de un “nuevo comienzo”, un renovarse y crecer (5 a 20 min).

- Kababan (saludo)
- Ejercicios de respiración
- Elongación y flexibilidad utilizando colihues, individualmente y en parejas
- Kababan (saludo)

Participación de niños y niñas

Tanto para quienes son de ascendencia mapuche y pewenche, como para quienes no lo son, ha sido una experiencia nueva, gratificante, reivindicativa de su identidad original e intercultural, pues entrega pertenencia y pertinencia local. Los objetivos que las Bases Curriculares nos presentan, calzan perfectamente con este desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes en atención a la diversidad. Promueven el respeto entre pares, evitando cualquier forma de discriminación, el desarrollo de los aprendizajes de una manera más significativa en relación con el contexto y la diversidad de niños y niñas.



Con los niveles de transición de la escuela esta experiencia se ha planteado desde la realidad lúdica infantil, sin la carga disciplinaria que esta actividad requiere. El hecho de incorporar elementos simples como colihues, pesos muertos, compañeros o simplemente a manos libres, genera en ellos un gusto por la actividad y el dinamismo de los ejercicios. Además, se sienten considerados en su “ser mapuche-pewenche” en el contexto escuela; las familias, en su mayoría, reconocen y valoran este propósito.

Aportes al desarrollo integral de niños y niñas

- Reconocer y valorar las manifestaciones del pueblo mapuche-pewenche, su cosmovisión, el sincretismo y vigencia en nuestra interacción multicultural.
- El fortalecimiento identitario y sentido de pertenencia.
- La integración e inclusión de estudiantes con diferentes orígenes culturales.
- La ejercitación y promoción del desarrollo de las capacidades físicas, asociadas a salud y calidad de vida.
- La observación, comprensión y cuidado de nuestro medio natural y social.
- La promoción del trabajo grupal, en equipo, cooperativo y colaborativo.
- Respeto a las personas.

Este tipo de experiencia fortalece integralmente las capacidades de aprendizaje de niños y niñas; es posible ir identificando las diferentes habilidades y competencias individuales, considerando sus capacidades y limitaciones. Por otra parte, contextualiza con la propia idiosincrasia cultural y espiritual. Se respeta y valoran sus ritmos de aprendizajes, experiencias previas, conductas de entrada y su cotidianidad. Se proponen desafíos motivadores.

Trabajo con las familias

En este sentido, si bien la escuela es abierta e inclusiva, no es fácil lograr una participación permanente y sistemática de las familias por diferentes razones: falta de estrategias comunicacionales de parte del profesorado; dispersión geográfica de la población escolar, pues la comuna es eminentemente rural, existiendo un hogar- internado, entre otras. Hay aquí una tarea pendiente.

Mis notas

Taller entre docentes

Luego de conocer esta experiencia, ¿qué rescata para la realidad de su curso?
En el entorno de su establecimiento, ¿conoce personas que pudieran enseñar algún juego propio de esa comunidad a sus estudiantes?

Referencias bibliográficas:

Orientaciones para la Contextualización de Planes y Programas para la Educación Intercultural Bilingüe NB1, MINEDUC 2005.

“Difusión de la expresión Kolllellaleuliñ”, julio 2004, texto original del Mañke Herman Hernández Pino.



TALLER DE PRÁCTICA PSICOMOTRIZ: ESCUELA CIUDAD DE FRANKFORT

PROFESORA MARGARITA GARRIDO

Esta escuela pertenece a la Corporación Municipal de la Comuna de San Joaquín en la Región Metropolitana y atiende alrededor de 450 estudiantes desde NT1 hasta 8° básico. Se ubica en la población Germán Riesco, de la cual proviene la mayoría de sus estudiantes.

Me inicié como profesional en esta escuela, contratada como profesora de Educación Física de 1° a 8° básico y más adelante, como práctica del diplomado en Psicomotricidad, comencé a trabajar en esta línea.

Talleres en la sala de psicomotricidad

La experiencia se inició el 2011 con estudiantes de Educación Básica, a través de un taller extraprogramático voluntario que se imparte una vez por semana y al cual asisten los cursos de 1° a 3° básico.

Los talleres están orientados a quienes presentan algún problema familiar o conductual, niñas y niños considerados o muy activos o muy pasivos en su comportamiento cotidiano y que son derivados por sus profesores.

La actividad se extiende por 45 minutos, durante los cuales quienes asisten se expresan corporalmente, se relacionan e interactúan con el material que está dispuesto, creando, experimentando juegos con otros o en solitario, en los cuales las normas establecidas previamente son fundamentales y se relacionan con el comportamiento, el autocuidado, la relación que deben establecer con sus pares, adultos y el cuidado del material.

Inicialmente, el material con que se trabajaba era el que tenía la escuela para los ejercicios de Educación Física (conos, aros, tarros); luego, el MINEDUC envió un set de psicomotricidad a los Niveles de Transición. También, se compraron otros implementos y se mandaron a hacer las escaleras de madera que actualmente están en la sala.

Niños y niñas son recibidos con cariño y se les invita a sentarse en círculo para saber quiénes asisten ese día. En conjunto, se establecen las normas que hay que aceptar y respetar. Luego, juegan libremente con el material, apoyados y acompañados, en este caso por mí, que medio la experiencia sin intervenir ni invadir el juego. Pasado un tiempo, vuelven al círculo donde realizo con el grupo un recordatorio de lo vivido y aprendido, trabajando la metacognición.

En este espacio se favorece la simbolización y el pensamiento abstracto, ya que cuando cada integrante cuenta lo que hizo, va de lo concreto a lo abstracto. Se aprecia que les gusta venir a la sala "a jugar con reglas" y son muy cariñosos conmigo.

Al comienzo mi rol principal es mediar las experiencias, pero después la mediación se realiza entre pares. Si hay estudiantes que prefieren jugar solos, pueden hacerlo. En el caso de estudiantes que siempre tienden a realizar el mismo tipo de actividad, los invito a hacer algo diferente, mostrándoles los diversos materiales a su disposición.

Motivo la conversación grupal, les pregunto, los escucho, porque es un aspecto a veces abandonado o dejado de lado por la familia o los docentes.

Trabajo con los niveles de transición de la escuela

Desde el año 2012 comenzaron a participar cursos completos de los niveles de transición con sus educadoras y técnicos, disfrutando de los juegos en un ambiente de libertad, pero siempre en el marco de reglas previamente establecidas con cada uno de los cursos. En este espacio que los acoge, se reconocen y respetan los ritmos personales, niños y niñas se comportan como son, reproducen sus vivencias, se sienten libres.



Para el acompañamiento del trabajo que hago con los niveles de transición, fue necesario hacer una presentación a las educadoras sobre el proyecto, fijando en conjunto los criterios de mediación de las experiencias que se realizan en la sala, con el fin de promover el protagonismo y la autonomía, en un ambiente tranquilo y relajado.

Al comienzo, el juego libre con los materiales es algo difícil de manejar para educadoras y técnicas, que temen por la integridad física y seguridad de niñas y niños, considerando que exploran con todos sus sentidos sin medir consecuencias; sin embargo, a medida que pasa el tiempo, van confiando en lo que son capaces de hacer y acompañan la actividad favoreciendo la autonomía del grupo y apoyando sus decisiones.



Compromiso de la escuela

Para la implementación de esta línea de psicomotricidad, cuento con el apoyo de la dirección de la escuela, que apuesta por un espacio diferente en el cual niños y niñas se expresen.

Algunos resultados

Una vez iniciado el trabajo en talleres, estimamos que cada seis meses se comienzan a ver cambios en el comportamiento en general de niños y niñas. Es posible observar avances en el lenguaje, en la expresión de sentimientos y de emociones, en la relación con sus pares y con los adultos. En autonomía progresan muy rápido, sobre todo los más pequeños, en lo referido a vestirse y desvestirse, ponerse los zapatos, etc. Al final lo hacen todo sin ayuda, y debemos favorecer que esto ocurra.

Mis colegas aprecian las actividades realizadas en este espacio, por lo que entienden y promueven los talleres. También observan cambios positivos en la conducta, relacionados especialmente con la impulsividad, y en el grado de concentración en las diferentes actividades. Por ejemplo, han aprendido hábitos y son capaces de entender que hay momentos para jugar, pero también para conversar y reflexionar, logrando ubicarse en el contexto correspondiente sin dificultad.

Las familias y apoderados se han informado en reuniones de lo que se hace en los talleres y valoran la participación de sus hijas e hijos. Pienso que deberíamos invitarlos a la sala de psicomotricidad para que conozcan más directamente este proyecto.

Mi sueño como profesional

Lo importante para mí ha sido estar continuamente perfeccionándome. Soy profesora de Educación Física, tengo estudios de danza y un diplomado en Psicomotricidad, lo que me ha facilitado implementar diversos talleres en la escuela.

La formación corporal de las personas que trabajan con estudiantes es fundamental, el cuerpo es clave y debiera considerarse en la formación profesional del profesorado. Me gustaría trabajar este aspecto con mis pares, pero no es fácil, porque existe resistencia a la expresión de emociones, a conocer y sentir el cuerpo propio.

Implementar este proyecto ha sido una experiencia muy enriquecedora, a veces difícil, pero con entusiasmo y empuje se puede lograr. Al ver los resultados creo que ha valido la pena, pienso que lo importante es atreverse e iniciar este trabajo con lo que se tenga, ya que si esperamos tener la sala apropiada y los materiales ideales, quizás no logremos hacerlo nunca.

Yo les diría a docentes y apoderados: comiencen a escuchar su cuerpo y sus emociones, el cuerpo expresa lo que nos pasa, y lo mismo sucede con los niños y niñas; son muy sensibles, y cuando están inquietos es por algo. Hay que trabajar el cuerpo en conexión con la mente.

Mis notas



MOVIMIENTO, CORPORALIDAD Y EDUCACIÓN: LA CAPACIDAD DE APRENDIZAJE DEL SER HUMANO ES INFINITA

PABLO LOIS / UNIVERSIDAD DE CHILE

Pablo Lois, biólogo, académico e investigador en neurociencia señala que el movimiento temprano permite la generación de más neuronas con mayor riqueza en su estructura, lo que favorece la capacidad de aprendizaje.

La importancia del movimiento y la motricidad en estudiantes se relaciona con el concepto de que el primer aprendizaje humano es de tipo sensorio motriz, es decir, a partir de esta práctica se construyen nuestras capacidades cognitivas fundamentales para desarrollar los aprendizajes durante toda la vida.

Para entender este tema hay que partir por lo básico, el cerebro, órgano responsable del sentido, del pensamiento, de la memoria y del control del cuerpo. Como señala Lois, el cerebro no es una estructura rígida, sino que se va moldeando a medida que vamos aprendiendo durante el día, lo que modifica su anatomía y hace que sea distinto para cada ser humano.

Durante la década del 90 se descubrió que en el cerebro humano hay zonas donde se generan neuronas durante toda la vida, lo que significa que la capacidad de aprendizaje es infinita. Sin embargo, para mantener vivas estas neuronas es necesario que atraviesen por un aprendizaje difícil y significativo, de lo contrario, mueren a los 14 días.

Por ello es de vital importancia incentivar tempranamente a niños y niñas, respetando sus ritmos biológicos, conociendo cuáles son los estímulos adecuados, qué estimular, cuándo y cómo estimularlo. Los mayores estímulos vienen del entorno, y en el caso del ser humano se ha podido comprobar que cuando se es muy pequeño, el principal estímulo es el afecto, el amor y el calor, tanto en el sentido físico como anímico.

Por lo mismo, quienes han tenido una relación cercana con sus padres y madres durante la primera infancia, llegan mejor preparados a la escuela y con un lenguaje mucho más desarrollado. Lois afirma que establecer nexos en este aspecto, a través de la lectura de cuentos o paseos al aire libre, ya son buenos estímulos que permitirán formar el sistema nervioso, encargado de la función vital de relación con el exterior a través de los receptores: ojos, nariz, lengua, oído y piel, y de controlar todas las demás funciones de nuestro organismo.

Importancia del movimiento y el equilibrio como formadores del ser humano

El ser humano nace con todos los sentidos de la percepción. Durante los primeros años de vida nos centramos en tres de ellos: el tacto, el cual nos contacta con el mundo y nos da la primera experiencia de lo que es nuestro cuerpo y los límites que tenemos; el movimiento y el equilibrio.

El sentido del movimiento tiene un órgano de percepción que se aloja en los músculos y en los tendones y cuyos nervios nos informan del estado de relajación o contracción de nuestro cuerpo. El movimiento otorga una serie de experiencias que forman al cerebro y que nos permiten aprender no solo del entorno sino también de nosotros mismos. Según Pablo Lois, moverse libremente, integrar la tridimensión y saber ocupar el espacio, desarrolla cualidades tan importantes como la honradez y permite al ser humano llevar a cabo su voluntad, tener iniciativa, ponerse metas y cumplirlas, entre otros.

¿Qué es la tridimensión? Son las tres dimensiones espaciales que hay que aprender a distinguir para poder movernos de una forma correcta: derecha - izquierda; delante - detrás y arriba - abajo. Expertos han señalado que niñas y niños con problemas conductuales y de aprendizaje no han experimentado correctamente la tridimensión (por ejemplo, al pedirles que levanten la mano derecha levantan la contraria). Por esta razón, trabajar la motricidad en estos casos, ayuda a mejorar el rendimiento y la conducta.



No saber moverse implica que el cerebro no sabe situarse correctamente ni sabe cómo relacionarse con la vida, el mundo y las demás personas; por ejemplo, una persona que no ha desarrollado bien este sentido, puede tener una sensación de inferioridad, falta de confianza en la vida y en los demás y tener mucho temor al fracaso. Asimismo, el sentido del equilibrio, que va unido al del movimiento, nos permite desarrollar el sentido de la libertad, la tolerancia y la capacidad de elegir y escuchar a los demás, entre otros. Cuando este sentido no ha sido correctamente desarrollado, debido a estilos de vida arrítmicos o por estar expuestos durante mucho tiempo a medios de comunicación modernos –como el computador, la televisión, etc.– podemos apreciar en el ser humano cambios bruscos del estado anímico, poco carácter, rasgos de humor negro y sarcasmo, entre otros.

¿Qué cosas hacen que el movimiento y el equilibrio no sean cultivados adecuadamente? Para Lois, exponer a niñas y niños a movimientos mecánicos y una vida sedentaria dificulta que desarrollen correctamente estas áreas. En la escuela deben experimentar su entorno, aprovechando los minutos de distensión para captar las sensaciones que les produce estar en el exterior. El biólogo señala: “Si desde los primeros años de vida el niño y niña es estimulado, podrá aprender de una manera más rápida y mejor. En el caso de Educación Parvularia debiesen tener percepciones a través del tacto jugando con arena, agua, una babosa, la corteza de un árbol, etc.; y dentro de la sala de clases sería ideal que experimentaran las diversas sensaciones a través de actividades constructivas, como hacer pan, porque al mezclar la harina con agua tendrán una serie de sensaciones táctiles distintas, primero con la harina que está seca, después con el agua que está fría, y poco a poco se va formando la masa, la que se impregna con el calor que le están dando, después hornean el pan pero no se lo comen, sino que se lo dan a otros y ahí se completa el círculo, se crea algo, y finalmente su trabajo, su movimiento y su experiencia se lo están dando a otro, y eso también deja una enseñanza: compartir”.

Y agrega: “Cuando el niño o niña viene saliendo del jardín infantil hacia la segunda infancia, poco a poco se está apropiando del espacio tridimensional mediante la abstracción, por eso hay que enseñarle a través de la imagen, de los cuentos, del movimiento, por ejemplo, para enseñarle una letra debiesen empezar por moverse haciendo la forma de la letra, dibujarla, pintarla, etc., para que ocupe todos sus sentidos y se pueda apropiarse de ese conocimiento”.



Lo mismo ocurre con la matemática -continúa Lois-, “Cuando los niños son chiquititos generalmente se mueven en circunferencias, y como a los 7 - 8 años, empiezan a hacer movimientos en forma de figuras geométricas, por lo tanto, lo que hacen es matematizar y geometrizar; se exterioriza lo que viene dado por se por nuestro cuerpo. Así, cuando entran a la escuela, ya vienen con esa información y no les cuesta aprender porque ya lo han hecho a través del cuerpo, su voluntad se ha movido de acuerdo a las leyes de la geometría y la matemática”.

¿Y con los más grandes? El biólogo señala que “quienes cursan 1º y 2º básico deben salir a jugar más al patio, aunque haga frío o llueva, porque a través de los juegos clásicos experimentan y aprenden muchas cosas. Por ejemplo, saltar la cuerda favorece el equilibrio, y la escondida, el corre el anillo, el luche, son juegos que forman el sistema nervioso. En el caso del luche, al saltar en un pie ya se trabaja el equilibrio y el movimiento; tienen que llegar de un extremo a otro, del 1 al 10, por lo tanto ahí ya están contando; en general, llaman a los extremos la tierra y el cielo, así que se les está enseñando filosofía absoluta. La experiencia lo dice: aprenden tanto fuera de la sala de clases como dentro”.

Finalmente, Lois añade que “los adultos que rodean a los niños tienen que hacer movimientos mucho más conscientes, es decir, movimientos que tengan sentido, ya que cuando hay ritmos se puede educar correctamente. Por ejemplo, en la escuela está en la sala de clases, luego sale a recreo, va de lunes a viernes, hay época de clases y de vacaciones, y eso colabora con los aprendizajes y la formación. También, las mismas clases tendrían que tener un ritmo, con momentos para que se muevan, otros de reflexión, de recogimiento y expansión, porque están desarrollando la motricidad”.

Movimiento y lenguaje

Respecto al lenguaje, varios estudios han demostrado que ambos sentidos (movimiento y equilibrio) están estrechamente relacionados con el correcto desarrollo del lenguaje, debido a que en el lado del cerebro donde se encuentra este (hemisferio izquierdo), se alojan neuronas motoras, es decir, del movimiento, y es aquí donde se percibe la palabra hablada, se entiende lo que se habla y se emite una respuesta.

Pablo Lois señala que sin movimiento no puede haber lenguaje. Las neuronas espejo, llamadas así porque permiten remedar el comportamiento de los demás, son neuronas motoras que se activan con el propio movimiento o con el ajeno, por lo que se dice que le permiten al ser humano aprender el lenguaje al imitarlo y utilizar para aprender esas áreas del cerebro que son del movimiento.

El biólogo agrega que “si uno ve a la otra persona moverse, reproducirá los movimientos de esa persona, de hecho, si una persona está hablando, la laringe de la persona que está escuchando se mueve al ritmo de la laringe de la persona que está hablando; cuando cada docente habla, todo el curso está hablando internamente, por lo que no solo les está enseñando contenidos, sino que también les está formando la laringe”.

Mis notas

Taller entre docentes

- ¿Sabían de la importancia del movimiento en las capacidades de aprendizaje de sus estudiantes?
- ¿Con qué tipo de experiencias podría reforzar las capacidades de aprendizaje de sus estudiantes?
- ¿De qué otras maneras podemos favorecer en niñas y niños su necesidad de exploración, movimiento y conocimiento de su propio cuerpo?



INCLUSIÓN DEL CUERPO EN EL APRENDIZAJE: SUSTENTABILIDAD Y BIENESTAR

CECILIA LA RIVERA VEGA / **EQUIPO COORDINACIÓN ESCUELA**

Se plantea una reflexión crítica de los fundamentos de un modelo educativo, que define una relación particular entre el sujeto que aprende y su cuerpo. Analizaremos la noción “cuerpo objeto” y las consecuentes estrategias institucionales que despliega la escuela en este ámbito. Intentaremos definir el concepto de “cuerpo vivido”, para terminar esbozando una propuesta de trabajo en el espacio pedagógico, tendiente a recuperar este “tipo de cuerpo”. Dicha propuesta entiende el cuerpo como un territorio, el primero que tendríamos que aprender a habitar, por lo tanto, el primer territorio de “responsabilidad” y de aprendizaje.

La noción cuerpo objeto es una categoría ampliamente analizada y conocida, pero nos interesa destacar las especificidades que adquiere dentro de un contexto como el de la escuela y los procesos de enseñanza. La institución escolar invisibiliza, como toda la cultura, la relación sujeto - cuerpo y la relega al ámbito de lo no dicho, de lo no ocurrido.

En los procesos educativos se prescinde de registros corporales y no se consideran categorías esenciales como son los procesos de desarrollo del niño o niña en su forma de aprender. En este sentido, la estrategia de la escuela no es neutra, ya que define y determina el tipo de relación que cada estudiante puede lograr con su cuerpo.

Las categorías de análisis y las conceptualizaciones utilizadas en los procesos de enseñanza, dejan siempre al cuerpo en una relación de tipo instrumental, donde es comprendido como un medio y tras ello, el aprendizaje pierde la posibilidad de ser “corporeizado” y vivido por un sujeto que aprende desde su integralidad.

Control y negación

La escuela que opera bajo la lógica de cuerpo objeto funciona a través de dos mecanismos: control y negación. Lo corporal debe ser sometido a un disciplinamiento, respondiendo a un determinado orden escolar. El orden escolar es prioritario y anterior a la relación sujeto - cuerpo y en ese sentido imposibilita una conexión más vital con él.

“El estudiante aprende que debe usar su inteligencia todo el tiempo, pero no su corporeidad, excepto en ocasiones como las que brindan las clases de Educación Física. Lo normal es que permanezca sentado, quieto, atento a lo que le enseñan, sin distraerse y sin cansarse. Debe aprender a controlarse siempre; incluso debe hacerlo para dominar su cansancio”¹.

La negación de los procesos corporales es el gesto evidente de los mecanismos descritos. La escuela niega lo corporal y la señal más evidente, es su (sobre) reacción frente a todo aquello que surge desde el “cuerpo infantil” y que pone en jaque el orden escolar. Aspectos como las necesidades vitales, los ritmos naturales (atención-distracción, movimiento, etc.) desaparecen frente a un tiempo impuesto por la escuela. Los movimientos naturales del niño o niña, la impulsividad infantil, son sometidos y controlados. Finalmente, la energía vital está regulada desde afuera y no hay paso para experiencias más significativas y placenteras como las de autorregulación. La normalización es externa y no distingue el mundo subjetivo donde ocurre la relación con el cuerpo.

La negación de la relación sujeto cuerpo en el contexto educativo, lleva a la escuela a una aproximación estandarizada del proceso de aprendizaje. No es posible ver al niño o niña en su relación con su corporalidad como una experiencia única y fundamental donde habitan sus potencialidades, la edificación de su ser sujeto, su identidad y todas sus capacidades de autonomía y aprendizaje.

En el contexto educativo institucional, el reconocimiento de los límites y capacidades, la identificación de los placeres o displaceres, la individualización de miedos, la percepción corporal de las emociones, etc., determinan una experiencia primaria de aprendizaje fundamental para apoyar procesos de autoconocimiento, base de comportamientos autónomos.

La escuela debería liderar ese proceso, permitiendo o asegurando que la mediación “interior” o el proceso de relación individuo - cuerpo se materialice.



¹ Entre la educación corporal caótica y la escolarización corporal ordenada” Carlos Calvo Muñoz en Revista Iberoamericana de Educación N°30 septiembre-diciembre 2005 bajado el 12 de junio de 2015 desde <http://www.rieoei.org/rie39a04.htm>

Cuerpo propio

En otro extremo, tenemos una posibilidad distinta de realizar una mediación institucional en la relación sujeto que aprende y su cuerpo. En la base de este enfoque tenemos el *cuerpo vivido*, definido en la dinámica de una relación que se construye desde lo sensorial, lo sentido y todo registro que establezca un puente significativo entre el niño o niña y su corporeidad. El *cuerpo vivido* asegura una experiencia personal desde distintos registros. Es una experiencia definida por una conversación de cada niño con su cuerpo, que al no estar regulada desde afuera, permite la creación de un espacio psíquico que asegura una mejor conexión corporal con el entorno, con sus emociones y pensamientos. De esta manera se logra un estado de una mayor autonomía y protagonismo, donde es posible que el niño o niña se haga preguntas en el camino de aprender y logre finalmente conducir su accionar, de acuerdo a un proyecto personal que le permite ser-el-que-es.

Una mediación de la escuela que posibilite la conexión de cada estudiante con su cuerpo, asegura una experiencia significativa. El compromiso corporal y sensorial en la experiencia, enriquece el momento y asegura la participación de emociones. La conexión del infante con su cuerpo habla de mayor integralidad y permite "vivir" el tiempo como un aquí y ahora, como un presente que compromete sus dimensiones cognitivas, corporales, sensoriales y emocionales. Podríamos afirmar que la oportunidad de estar conectado consigo mismo representa, potencialmente, un estado ideal para el aprendizaje, ya que su concentración y compromiso se ve reforzado por la experiencia de la integralidad y completitud de su ser.

Pero también ocurren cosas relacionadas con la economía energética, en este caso, con el esfuerzo que compromete todo aprendizaje. Cuando una niña o niño tiene organizada su corporalidad en un contexto espacial y está presente en un espacio perceptivo, disminuye el esfuerzo para aprender, ya que cuenta con un equilibrio psicofísico básico, que permite un mejor aprovechamiento de su energía. Sus procesos atencionales están enfocados en aprender y no en sostener procesos básicos de seguridad y equilibrio.

Esto lleva a una experiencia de autonomía y autorregulación, lo que afecta el estatus de la relación con el orden escolar tradicional; en particular cambia la relación con el docente, que deja de lado el control y los aspectos punitivos, para dar paso a una nueva estrategia de facilitación y apoyo al proceso de autonomía que emprenden niñas y niños.

Bienestar y sustentabilidad

La estrategia de inclusión de lo corporal en la experiencia educativa, tiene aparejados dos elementos más: el bienestar y la sustentabilidad. Al existir un cuerpo vivido en el proceso de aprendizaje, aparece con fuerza una dimensión no prevista en el enfoque tradicional, que tiene que ver con las condiciones materiales y físicas de un orden escolar que emerge. El cuerpo plantea exigencias que apuntan al bienestar, ya que si el objetivo es alcanzar la autonomía y la consecuente autorregulación de las y los estudiantes, el énfasis ya no está en un orden que busca controlar y someter, sino en un espacio que favorezca la conexión consigo mismo, enfocado en sus intereses y motivaciones, por lo tanto, con mayores oportunidades para un estado de flujo. Asegurar este fluir en el aprendizaje, nos lleva a considerar aspectos de su bienestar como la comodidad, el hambre o el frío, que ahora pasan a ser consideraciones centrales a resolver, incluso previo al aprendizaje.

La sustentabilidad es el último eslabón de la cadena. El proceso de aprendizaje que incluye al cuerpo apunta a un nuevo orden escolar, basado en la autonomía y autorregulación. Ese nuevo orden emergente, tiene como reales protagonistas a niñas y niños. Esta nueva experiencia educativa

asegura mejor la sustentabilidad del proceso educativo porque existe más estabilidad. Si cada estudiante lidera el proceso, el esfuerzo institucional por controlar disminuye y la energía de la institución escolar se orienta a potenciar su autonomía y su bienestar. Este ciclo virtuoso potencia la sinergia del sistema escolar y favorece los espacios de colaboración.

Mis notas

Taller entre docentes

¿Cómo es la relación con su cuerpo? (lo cuida, lo descuida, no lo considera, etc.) ¿Por qué cree usted que tiene este tipo de relación con su cuerpo?

Como comunidad educativa, ¿de qué manera podríamos fortalecer una buena relación de nuestros estudiantes con su corporeidad?

¿Cómo entienden que la relación con el cuerpo afecta los procesos formativos de sus estudiantes?

Referencias bibliográficas:

Calvo, Carlos (2005): Entre la educación corporal caótica y la escolarización corporal ordenada. OEI - Revista Iberoamericana de Educación - Número 39.

LAS FUNCIONES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR: EL SENTIDO DE LO CORPORAL EN LAS PRÁCTICAS EDUCATIVAS

DR. ALBERTO MORENO DOÑA, ACADÉMICO DE LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALPARAÍSO

Perspectivas, corrientes y paradigmas de la Educación Física escolar

En las últimas décadas se han ido mostrando las diferentes perspectivas teóricas en las que se sustenta el valor educativo de las prácticas corporales en el contexto escolar, a partir de diferentes formas de entender el cuerpo y el movimiento. Si hacemos una revisión de las más trabajadas y citadas en los trabajos académicos, podemos encontrar las siguientes:

Educación Física y cuerpo máquina: Se piensa en el cuerpo humano como una máquina perfecta y, por tanto, se considera que funciona de manera mecánica y repetitiva. Aquí podríamos situar a todas aquellas prácticas corporales que, aun estando en el contexto escolar y, supuestamente, teniendo intencionalidades educativas, se asemejan mucho al deporte. Bajo esta mirada se enfatizan la competencia deportiva y la victoria. También, encontramos las prácticas centradas en el desarrollo, casi exclusivo, de la condición física, pretendiendo que mejorar el nivel de condición física mejora directa y mecánicamente el estado de salud de niños y niñas.

Educación Física y cuerpo psicossomático: El cuerpo se concibe como una entidad que conversa con el pensamiento. La psicomotricidad es la perspectiva que encarna esta visión. Se habla de cuerpo pensante y se entiende que a través del movimiento corporal, podemos desarrollar la inteligencia de niños y niñas. Bajo esta visión, los objetivos de la educación física escolar se centran fundamentalmente en el desarrollo de los diferentes factores psicomotores, como son la coordinación, equilibrio, lateralización, estructuración espacio-temporal, entre otros. En cuanto a los contenidos de enseñanza, estos son variados y múltiples; prevalece en ellos una serie de estrategias metodológicas de carácter abierto y activo, gracias a las que se genera la organización de diferentes experiencias motrices en función de las cuales los estudiantes descubren no solo a partir de los componentes motores, sino también a partir de la inteligencia y la imaginación.



Educación Física y cuerpo expresivo: El cuerpo se entiende como un sistema de comunicación. La intencionalidad educativa se centra en la dimensión comunicativa del ser humano, la que se considera mediada por el contexto social, una vez que el sujeto se desarrolla y evoluciona. Bajo esta visión paradigmática, uno de los objetivos centrales de la educación física es la armonía entre la expresión espontánea y su posterior regulación en el ámbito social.

Educación Física y praxeología motriz: Esta perspectiva es un primer intento por incluir en la educación física, la dinámica relacional de las personas que la practican. Parlebas, el autor más importante en este campo, ha definido este aspecto como socio-motricidad, aludiendo a la dimensión social y comunicativa de la conducta humana. El foco central del trabajo pedagógico a realizar serán las redes de comunicación presentes en las prácticas corporales.

Educación Física y motricidad humana: Esta última perspectiva paradigmática ha sido muy desarrollada en el contexto latinoamericano en general y en Chile en particular. Aquí, la intención principal es trasladarse desde lo físico a la trascendencia de las prácticas corporales, entendiendo que toda práctica implica al cuerpo, la mente, el deseo, la naturaleza y la sociedad. Esta perspectiva es muy relevante, pues nos lleva a un plano educativo mucho más complejo y enriquecedor de lo que significa educar en educación física. Hay una traslación desde una visión de los escolares como poseedores de un cuerpo, a considerarlos seres humanos que son cuerpo, pues este no es algo anexo al ser humano, sino que es el ser humano en sí mismo.

Funciones de la Educación Física en el contexto escolar

Consideramos que todas aquellas perspectivas que se alejan del cuerpo entendido como una máquina, nos ayudarán a enriquecer las prácticas corporales que desarrollemos en el contexto escolar. También, creemos que la escuela, como institución social, nos guía en nuestro quehacer profesional como docentes de la educación física. En este sentido, analizando los cambios de la sociedad en que vivimos y admitiendo que dichos cambios condicionan la forma que tenemos de entender nuestro quehacer profesional, consideramos que las grandes funciones de la educación física en el espacio educativo, tienen relación con dos grandes propósitos:

1. Llevar a cabo una educación física capaz de atender a la justicia social, que esperaríamos de cualquier práctica educativa que se precie de tal. Es decir, realizar un trabajo educativo, desde las prácticas corporales, capaz de aportar en la compensación de las desigualdades de origen. Para ello debemos proponer prácticas orientadas hacia la promoción de valores y actitudes tales como el respeto a las personas y la igualdad. También, convertir la educación física en una asignatura capaz de favorecer prácticas positivas y beneficiosas para quienes más necesitan sus beneficios.
2. Practicar una educación física que aporte a la reconstrucción de los conocimientos que niños y niñas poseen. Es decir, realizar una educación física que ayude al alumnado a transformar un posible conocimiento prejuicioso construido a partir de los estereotipos sociales, que tanto daño puede estar provocando. Por ejemplo, reconstruir lo que entendemos hoy por cuerpo sano, por cuerpos bellos y por cuerpos eficientes, tarea pedagógica que sería muy enriquecedora para nuestros estudiantes.

Mis notas

Taller entre docentes

De las diferentes perspectivas presentadas:

¿Le aparecen nuevas distinciones para observar qué tipo de enfoque y práctica física se propone en su comunidad escolar?

¿Qué consecuencias tendría cada una de ellas en la relación de niños y niñas con su cuerpo?

¿Con cuál se identifica como para aplicarla en su práctica pedagógica?

Referencias bibliográficas:

- Devís, J. y Molina, J. (2004). Las funciones de la educación física escolar: de la modernidad a la postmodernidad. En F. Caparroz y N. De Andrade (Dir.), *Educação física escolar. Política, investigação e intervenção* (pp.35-49). Brasil: LESEF/UFS y NEPECC/UFU.
- Devís, J. (2001). La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI. Alicante: Editorial Marfil.
- Hernández, J. (1996). La construcción histórica y social de la educación física: el currículo de la LOGSE, ¿una nueva definición de la educación física escolar? En *Revista de Educación*, Nº 311, pp. 51-76
- Jaramillo, L. (2010). La Motricidad Humana como núcleo fundante al interior del grupo Kon-moción. En *Nervaduras de la Motricidad Humana* (pp. 55-70). Popayán: Universidad del Cauca.
- Moreno, A.; Campos, M. y Almonacid, A. (2012). Las funciones de la educación física escolar: una mirada centrada en la justicia social y la reconstrucción del conocimiento. *Revista Estudios Pedagógicos*, 38, Especial, pp.13-26.
- Toro, S. (2007a). Una aproximación epistemológica a la didáctica de la motricidad desde el discurso y práctica docente. *Revista Estudios Pedagógicos*, XXXIII, Nº1, pp. 29-43.
- Toro, S. (2007b). Memoria y evolución. Pilares de una educación consciente desde la motricidad. *Revista Online Professão Docente*, 16.
- Trigo, E. y Montoya, H. (2007). Aportes de la motricidad humana a la Educación Física. En *Motricidad y Persona*, n.3, pp. 9-43.
- Vázquez, V. (2001). Los fundamentos de la Educación Física. En V. Vázquez (Coord.), *Bases Educativas de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 47-68). Madrid: Editorial Síntesis.



¿CUÁL ES LA EDUCACIÓN FÍSICA QUE QUEREMOS?

PAULINA JIMÉNEZ BUSTAMANTE / EQUIPO COORDINACIÓN ESCUELA

Esta pregunta ha tenido diversas respuestas a través del tiempo. A nivel país, se quiere generar una instancia de encuentro en lo que se refiere a la asignatura y a la actividad física en general, visión de enseñanza que genere en cada estudiante un espacio de libertad por medio de la expresión del pensamiento, de los sentimientos y la convivencia en la diversidad, a través de los juegos, del movimiento y la creatividad.

Daremos a conocer las alternativas que esta área desarrolla para el bienestar de toda la comunidad educativa, debido a la importancia que tienen las y los docentes que imparten la asignatura Educación Física y Salud, y que involucra enseñar aspectos socio afectivos, emocionales, cognitivos, expresivos, comunicativos, perceptivos y motores.

Una pedagogía lúdica y de las conductas motrices, significa que la enseñanza a través del juego es de vital importancia, ya que niñas y niños se entretienen y aprenden; el juego motiva a moverse y compartir experiencias diversas con sus pares, pudiendo trabajar en equipos, en los que se identifican como iguales.

Podemos decir que se ha convertido en una educación interdisciplinar que se condice con las diferencias de niñas, niños y jóvenes, lo que nos desafía a una enseñanza que considere la integralidad y diversidad del ser humano.

La importancia de ser interdisciplinar tiene distintas corrientes y caminos, como indica Vygotsky (1984), ya que el aprendizaje, en función de todo lo expuesto, es “una actividad social y no solo un proceso de realización individual”.

En la Educación Física tradicional estandarizada, se prioriza al individuo y las diferencias son generalmente olvidadas, lo cual incide desfavorablemente en quienes son más débiles o retrasa el desarrollo de los más aventajados. Esa es la razón para plantear una educación distinta, con objetivos que apunten a una sociedad sana en todo sentido.

Además, llevar a cabo con la comunidad educativa acciones que promuevan y fortalezcan la inclusión educativa, el desarrollo de aptitudes para la vida ciudadana, el mundo productivo, la creatividad, la expresión del pensamiento, el sentimiento, y la convivencia en la diversidad desde el reconocimiento, respeto y ejercicio de los Derechos Humanos (Castillo, Georgina 2011).

Esto incide de manera importante en la constitución de la identidad de niñas, niños y jóvenes al impactar en su corporeidad, entendiéndola como un espacio propio y social al mismo tiempo, que involucra el conjunto de sus capacidades cognitivas, emocionales, motrices, expresivas y relacionales.

Las y los docentes debieran contar con un espacio propicio para generar este aprendizaje, ya que a partir de los roles asumidos en actividades motrices y juegos, niños y niñas ejercitan su práctica social estableciendo normas de convivencia, pautas de conducta, acuerdos, consensos, incorporación de reglas, actitudes frente a los desafíos (personales, interpersonales, corporales, sociales, emocionales), convirtiéndose en protagonistas de su propio aprendizaje. Entonces, es necesario hacer el vínculo directo que existe entre la motricidad y el desarrollo de la inteligencia en nuestros estudiantes.

Como hemos mencionado, los hábitos de moverse y estilos de vida saludables, son conductas que se adquieren durante el período escolar y son responsabilidad tanto de los padres como de los establecimientos educacionales a través de sus docentes.



La diversidad en Educación Física abarca múltiples aspectos, tales como tendencias psicopedagógicas diversas, diferencias individuales manifiestas entre los niveles de desarrollo del alumnado, diversidad de contextos socioculturales en que ella se desarrolla, enfoques curriculares diferentes, diferencias en la formación profesional de los docentes, entre otros. La integralidad, sin embargo, es entendida como una intencionalidad educativa que ha de lograrse en la diversidad.

Dada la importancia de esta asignatura y basándose siempre en las Bases Curriculares vigentes (2003), reforzamos algunas ideas para tener en cuenta en clases:

- Entregar refuerzos positivos a sus estudiantes es tan importante como corregir ejecuciones. Preste especial cuidado a quienes se muestran inseguros durante el desarrollo de las actividades.
- Realizar pequeñas pausas durante la clase, para que sus estudiantes puedan tomar agua, sobre todo cuando las actividades se realizan en temporadas de calor.
- Corregir malas ejecuciones y motivar al curso a aprender de sus errores.
- Estimular el juego limpio y destacar a quienes cumplen las reglas y actúan con respeto con sus pares.
- Motivar que quienes no participan en la clase práctica por alguna razón justificada, puedan ser ayudantes, arbitrando y/o colaborando con los materiales.
- Seleccionar tareas motrices exigentes pero posibles de realizar, de manera que el grupo esté motivado. Observar los grados de dificultad o facilidad, y hacer los ajustes que sean necesarios.

Mis notas

Taller entre docentes

¿Cómo creen que la Educación Física aporta a la formación integral de niñas y niños?

¿Están de acuerdo en que el juego permite desarrollar habilidades simples y complejas y generar aprendizajes en sus estudiantes?

¿Cómo influye el movimiento y sus diversas expresiones en el desarrollo motor progresivo y en la capacidad de resolución de problemas?

Referencias bibliográficas:

- Calzada, A. (1996) Características de la educación física, p. 122. Educación Física. Educación Secundaria, 2º ESO. Gymnos.
- Castillo, Georgina (2011) La educación física y el desarrollo de la sociomotricidad. IX Congreso Argentino y IV Latinoamericano de Educación Física y Ciencias.
- Cecchini, J. A. et al (1996) Educación física integral, p. 51-59.
- Jiménez S. Ana C. (2003) La táctica individual o el problema sobre qué y cómo deciden los deportistas en los deportes colectivos. © Diputación Provincial de Cuenca Edita: Diputación Provincial de Cuenca.
- Kember, D. y Gow L. (1989) Institutional Science Model of Vygostki (1982-1984, Vol. IV, p. 281. Paperback - June 6, 1994, by Rene Van der Veer (Editor), Jaan Valsiner (Editor).
- Le Boulch, J. (1996) La educación por el movimiento. Editorial Visor, Madrid.
- López R, Víctor (2010) La acción táctica individual en los deportes de equipo. Editorial Universidad de Girona.
- MINEDUC (2013). Fundamentos de Bases Curriculares para el Consejo Nacional de Educación. Santiago.
- Remedi, E. (2010) Encuentros de investigación educativa. Memorias del 11º Congreso Internacional Universitario de Organización de Instituciones Educativas: Organizar y dirigir en la complejidad. Cuenca, España: Wolters Kluwer España, CIOE.

Lecturas sugeridas

- EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 152, Enero de 2011. <http://www.efdeportes.com/http://media.specialolympics.org/soi/files/resources/Young-Athletes/Spanish/ListaDeActividadesv112210.pdf>
- EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 154, Marzo de 2011. <http://www.efdeportes.com/>
- López R. Víctor (2010) La acción táctica individual en los deportes de equipo.
- Jiménez S. Ana Concepción. La táctica individual o el problema sobre qué y cómo deciden los deportistas en los deportes colectivos.



LA IMPORTANCIA DE LA ASIGNATURA EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD EN LA PROMOCIÓN DE UNA VIDA ACTIVA

NICOLÁS LEMUS CIFUENTES / **UNIDAD DE CURRÍCULUM Y EVALUACIÓN**

La falta de movimiento es un fenómeno actual en nuestra sociedad, ya que el rápido avance de la tecnología ha provocado cambios importantes en los estilos de vida de las personas, aumentando los índices de sedentarismo a niveles alarmantes. Este fenómeno es conocido como un factor de riesgo primario, asociado al desarrollo de las principales enfermedades no transmisibles que afectan a nuestra sociedad (Burrows, 2000).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004), la conducta sedentaria en el grupo infantil se relaciona con diversos problemas, como el envejecimiento precoz, aumento de enfermedades metabólicas, cardiovasculares y músculo esquelético entre otras. El sedentarismo se asocia al aumento de peso y obesidad, a la pérdida sistemática de musculatura y problemas posturales (Grundy y otros, 1999).

Un sondeo realizado por Unicef muestra que solo un 23% de los niños en Chile juega al aire libre una o más horas al día. La última encuesta del Ministerio de Salud aplicada el año 2009 en la población mayor de 17 años, señala que nueve de cada diez chilenos son sedentarios.

La OMS ha declarado el sedentarismo como la epidemia del siglo asociada a la gran carga de morbi-mortalidad actual y señala:

“La alimentación poco saludable y la falta de actividad física son, pues, las principales causas de las enfermedades no transmisibles más importantes, como las cardiovasculares, la diabetes de tipo 2 y determinados tipos de cáncer, y contribuyen sustancialmente a la carga mundial de morbilidad, mortalidad y discapacidad”.

Esta entidad convoca a todos los países miembros a promover y proteger la salud, orientando la creación de un entorno favorable para la adopción de medidas sostenibles a nivel individual, comunitario, nacional y mundial que, en conjunto, den lugar a una reducción de la morbilidad y la mortalidad asociadas a una alimentación poco sana y a la falta de actividad física.

La tendencia actual en países como Canadá, Estados Unidos, Finlandia, Singapur, entre otros, ha sido favorecer la adquisición de hábitos de estilos de vida saludable por medio de la educación. Estas conductas se adquieren durante el período escolar y son responsabilidad tanto de las familias como de las instituciones formadoras.

Por otra parte, en “Quality Physical Education. Guidelines for Policy-Makers” (UNESCO 2014), se plantea que, internacionalmente, los currículos se han centrado en la enseñanza de los deportes de competición y en las actividades basadas en el rendimiento, lo que sería una de las causas de que la Educación Física haya perdido valor en el ámbito educativo.

Por esta razón, se postula que los currículos deben ser flexibles, inclusivos y que promuevan la adquisición de estilos de vida saludables, permitiendo además, el desarrollo social, comunitario y la resolución de problemas, tarea que incorporan las nuevas Bases Curriculares de Educación Física y Salud en Chile. Así, una de las principales novedades de este nuevo currículum, es la inclusión del término “salud” en el nombre de la asignatura, ya que uno de sus principales objetivos es dar oportunidades a la totalidad del alumnado de adquirir conocimientos, habilidades y actitudes positivas que contribuyan a un estilo de vida activo saludable.

Educación Física y Salud constituye una asignatura fundamental para una educación integral. Su contribución mediante la ejercitación motriz y la entrega de conocimientos la define y distingue de otras áreas curriculares. Su enfoque principal es el desarrollo armónico de cada estudiante, tiene una función importante en el crecimiento y desarrollo del ser humano y es parte integral del proceso educativo, sin el cual la educación de niñas y niños estaría incompleta.

La Educación Física orientada a la salud en el currículum

Las y los docentes de Educación Física y Salud tienen el desafío de estar actualizándose de forma permanente respecto a los conocimientos y la importancia que el ejercicio físico tiene para la salud. Es necesario que, durante su proceso educativo, sus estudiantes adquieran conocimientos ajustados a su edad, pero suficientemente específicos sobre los efectos y los beneficios producidos por la actividad física en la salud y las características que debe tener la práctica regular, de manera que tengan fundamentos para tomar la mejor decisión.



Mis notas

Taller entre docentes

- ¿Cuánta actividad física semanal cree que deberían realizar sus estudiantes?
- ¿Qué beneficios produce la actividad física en la salud?
- ¿Qué actividades físicas se pueden hacer fuera del horario escolar?
- ¿Su escuela promueve hábitos de alimentación saludables?
- ¿Se motiva a la familia a hacer actividad física con sus hijos e hijas?

Referencias bibliográficas:

Bar-Or, O., & Rowland, T.W. (2004). Pediatric exercise medicine: from physiologic principles to health care application. Human kinetics.
Burrows, R. (2000). Obesidad infantil y juvenil: consecuencias sobre la salud y la calidad de vida futura. Revista Chilena de Nutrición, 141-148.
Díaz, E., Saavedra, C., & Kain, J. (2003). Actividad física, ejercicio, condición física y obesidad. Revista Chilena de Nutrición, 127 - 132.
Grundy, S., Blackburn, G., Higgins, M., Lauer, R., Perri, M., & Ryan, D. (1999). Physical activity in the prevention and treatment of obesity and its comorbidities: evidence.



LA PSICOMOTRICIDAD: OPORTUNIDAD Y DESAFÍO EN LAS AULAS MULTIGRADO

JAVIER MONTECINOS BERGER / EQUIPO COORDINACIÓN ESCUELA

Cuando decimos psicomotricidad hablamos de producciones del sujeto: miradas, sonrisas, llantos, movimientos en tanto gestos, lenguajes, producciones que tienen lugar en el cuerpo, en relación con otros, en un espacio determinado, y con objetos específicos (Bottini y Sassano).

El espacio de la psicomotricidad dice relación con la globalidad de la entidad humana, donde el cuerpo no está separado del psiquismo, ya que en él y por él conviven emociones, sensaciones, afectos, conocimientos, acciones y expresiones.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje, la creciente capacidad motriz infantil debe ser utilizada por cada docente como elemento que colabora al logro de los objetivos de aprendizaje. En la enseñanza de la matemática y cálculo espacio-temporal, por ejemplo, el juego motriz constituye una herramienta para adquirir estos conocimientos a través del juego. Igualmente válido para el aprendizaje de la lectura y la escritura, es asociar destreza motriz con grafía.

Progresivamente, la capacidad cognitiva se asienta en los logros prácticos que el niño o niña va desplegando evolutivamente y en concordancia con su proceso madurativo. Entre los 6 y 10 años, este aspecto del desarrollo se manifiesta como esencial en el proceso de aprendizaje.

Por otra parte, muchos de los contenidos conceptuales abordados por la psicomotricidad son fundamento de contenidos procedimentales y actitudinales generales: persona, valores, normas de convivencia, etc. Es decir, valores compartidos que trascienden el espacio del aula y del patio, para extenderse al espacio en que se vive.

En conclusión, el trabajo con cursos de niveles de transición y primeros años de educación básica, tiene su eje fundamental en el cuerpo. Todos los aprendizajes tienen como base la acción del cuerpo: corporales, intelectuales, afectivos. Cada docente debe considerar al niño en su totalidad, pensando que lo corporal está siempre presente y luego elegir con qué modalidad va a privilegiar su acción didáctica.

Aportes e influencia

La psicomotricidad es una disciplina cuyos medios de acción poseen la capacidad potencial de ejercer una importante influencia en el rendimiento escolar, la inteligencia y la afectividad del niño o niña. Las dificultades de escolaridad que presentan niños de inteligencia normal, muchas veces dicen relación con carencias en los prerrequisitos del aprendizaje, entre las que se encuentran dificultades motrices.

Quien no conoce adecuadamente su esquema corporal y tiene una orientación espacial deficiente, tendrá dificultades para adquirir determinados automatismos necesarios en su aprendizaje escolar, especialmente en el área del lenguaje oral y escrito. Por otra parte, la psicomotricidad ejerce una influencia decisiva sobre el cociente intelectual, ya que las investigaciones señalan que en la base de la inteligencia se encuentra la suma de las experiencias físicas vividas por el ser humano, a partir de la observación y vivencia de fenómenos físicos que le permiten asociaciones de causa y efecto en la relación que existe entre el razonamiento y el movimiento y viceversa.

Finalmente, gracias a las técnicas psicomotrices, sentimientos de inferioridad que se traducen en actitudes de recelo o timidez, pueden ser cambiadas a través de su participación en actividades motrices agradables y nuevas, que le permitirán la adquisición gradual de soltura y rapidez en sus movimientos, aumentando la confianza en sus aptitudes y valía personal, modificando su afectividad y, por ende, su comportamiento social.



Nuestro rol y desafío

La psicomotricidad en la escuela, como práctica transversal, implica un enfoque que atiende a la globalidad del niño o niña, a la revalorización del cuerpo y el movimiento. Hoy en día, el desafío pedagógico es privilegiar el desarrollo de habilidades y destrezas por sobre un aprendizaje memorístico, potenciando las capacidades individuales del estudiante. En este contexto, la psicomotricidad constituye una valiosa herramienta para el aula multigrado, al permitir desarrollar actividades que cada estudiante traduce de acuerdo a sus capacidades y vivencias. Esta renovación pedagógica centrada en una educación de calidad para todos y todas, impone el desafío complejo de atender la diversidad bajo el concepto de la inclusividad.

El objetivo fundamental de la educación es preparar para la vida, a través de la adquisición de un bagaje de experiencias y respuestas que entreguen la confianza para enfrentar sus desafíos. Lo fundamental es comprender la psicomotricidad como una herramienta auxiliar, que mediante el desarrollo de una adecuada capacidad motriz permita a cada estudiante apropiarse de los contenidos básicos del currículum.

En contextos de ruralidad, el número de estudiantes, la diversidad cultural y la variedad de niveles de desarrollo del aula multigrado, complejizan el necesario acompañamiento con el que deben contar en su trayectoria escolar. En este sentido, la práctica psicomotriz en sala de psicomotricidad, donde se promueve la actividad autónoma, respetando ritmos de maduración motriz y psicológica, aparece como un encuadre que permitiría que quienes conviven con tal diversidad, aprendan de sí mismos y de sus pares en un contexto seguro. Trabajar en este sentido, puede transformarse en una estrategia muy pertinente a estos contextos más diversos y menos uniformes, entregando mayores oportunidades para que los grupos puedan desarrollarse de manera más armónica.

En el aula multigrado, las oportunidades que ofrece la psicomotricidad educativa, va de la mano con el desafío de conocerla, experimentarla y trabajarla sistemáticamente, en un proceso que invitamos desde estas páginas a iniciar con una reflexión.



JUEGO DE ORIENTACIÓN ESPACIAL Y LATERALIDAD: DI UNA COSA, QUE HAGO OTRA

EQUIPO RURAL / **COORDINACIÓN ESCUELA**

Como una forma de aproximación al juego psicomotriz, que en una multiplicidad de variantes se ocupa del esquema corporal, la lateralidad, la orientación espacial y temporal, la afectivo-motricidad y otros aspectos, les invitamos a desarrollar el siguiente ejercicio.

Objetivo

Desarrollo de la organización espacial a través de ejercicios de comprensión verbal del lenguaje y reacción.

Edad

A partir de 7 años.

Material

Ninguno.

Organización

Individual libre.

Desarrollo

La persona encargada de dirigir el juego debe decir en voz alta acciones sencillas, y los jugadores deben reaccionar realizando la acción contraria. Por ejemplo, si dice: ¡de pie!, se sientan. Se pueden hacer indicaciones como: ¡levantar el brazo derecho!, (levantan el izquierdo); ¡mirar al suelo! (miran el cielo), etc.

¡Recuerdel

Juego es la estrategia por
excelencia en educación.

Mis notas

Referencias bibliográficas:

- Arnaiz, Pilar (2000): La práctica psicomotriz: una estrategia para aprender y comunicar. En: Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, Madrid.
- Berruezo, Pedro (1999): El contenido de la psicomotricidad. Edit. Miño y Dávila, Madrid.
- Bottini, Pablo (2000): Apuntes para una historia de la psicomotricidad. Edit. Miño y Dávila, Madrid.
- Da Fonseca, Vítor (1998): Manual de observación psicomotriz. Edit. INDE, Barcelona.
- Calmels, Daniel (1998): Cuerpo y saber. Edit. D&B, Buenos Aires, 1998.
- Le Boulch, Jean (1992): Hacia una ciencia del movimiento humano. Edit. Paidós Ibérica, Madrid.
- Picq, L. y Vayer, P. (1977): Educación psicomotriz y retraso mental. Edit. Científico Médica, Barcelona.
- Ruiz, Luis (1987): Desarrollo motor y actividades físicas. Edit. GYMNOS, Madrid.
- Sassano, Miguel (2000): El cuerpo como eje transversal en la escuela. Buenos Aires.
- Valdés, Marcelo (1999): Psicomotricidad vivenciada. PUC del Maule, Talca.

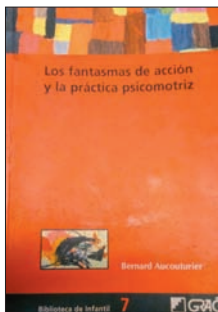
RESEÑA DE LIBROS



LÉXICO DE PRAXIOLOGÍA MOTRIZ.

PIERRE PARLEBAS. ED. PAIDOTRIBO, 2008.

Es un fenómeno extraño, porque las actividades que despiertan una auténtica pasión entre los niños y suscitan los acontecimientos más seguidos a nivel mundial, es decir, los juegos y los deportes, son menospreciados paradójicamente por investigadores y educadores. Esta obra pretende demostrar que estas prácticas merecen algo más que un frío desprecio. Los lectores están convidados a un estudio preciso de los juegos deportivos, de sus estructuras, interacciones y apuestas. ¿Cómo se comunican los jugadores con su cuerpo? ¿Cuáles son las características del espacio y de los instrumentos del deporte?



LOS FANTASMAS DE ACCIÓN Y LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ.

BERNARD AUCOUTURIER, ED. GRAÓ, 2004.

Las interacciones del bebé con su maternante se producen ya desde el período prenatal y son decisivas durante la primera infancia.

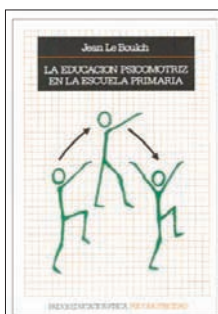
Estas interacciones producen una serie de transformaciones recíprocas entre el sujeto (bebé) y el objeto (la madre) que irán configurando las futuras relaciones y la vida psíquica y emocional del niño o niña. El autor señala la importancia de que las interacciones sean de suficiente calidad como para proporcionar un entorno adecuado de crecimiento.



DIEZ COMPETENCIAS DOCENTES PARA SER MEJOR PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA.

DOMINGO BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, INDE, 2013.

Aborda diez competencias especialmente importantes, que son imprescindibles para ser eficaz hoy en la clase de educación física. Para cada una de ellas se proponen estrategias y respuestas realistas que permiten resolver eficazmente los problemas a los que se enfrenta a diario el profesorado.



LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ EN LA ESCUELA PRIMARIA.

JEAN LE BOULCH, PAIDÓS, 1987.

La educación psicomotriz cumple en la escuela primaria una misión de primordial importancia. Condiciona todos los aprendizajes escolares que el niño y niña no pueden alcanzar cuando no han logrado previamente tomar conciencia de su cuerpo, lateralizarse, situarse en el espacio, dominar el tiempo, es decir, no han adquirido la necesaria habilidad y coordinación de sus gestos y movimientos.

RESEÑA DE LIBROS



NIÑOS QUE TRIUNFAN, EL YOGA EN LA ESCUELA.

MICHELINE FLAK Y JACQUES DE COULON, CUATRO VIENTOS, 1997.

Uno de cada tres niños sufre de depresión en la actualidad. La exigencia de los padres para que asistan a determinados colegios, sean exitosos y competitivos en sus estudios, y los mismos problemas que tienen en sus casas, ponen barreras para que la energía que poseen circule libremente y se transforma así en agresividad.

RECURSOS WEB SUGERIDOS¹

Videos recomendados para psicomotricidad

https://www.youtube.com/watch?v=mBZAFJ-Q6Mw	Experiencia de niño con movimiento del cuerpo
https://www.youtube.com/watch?v=W0IyA-18k2s	Preguntas a adultos y niños sobre su cuerpo
www.escueladechile.cl	Experiencia de Programa de Corporalidad y movimiento (esc. Lampa) http://vimeo.com/112875740 Práctica en sala de psicomotricidad cursos de 1° a 3° básico

Videos recomendados para psicomotricidad

https://www.youtube.com/watch?v=UeHupvHqGGo	Educación Física: actividades con soga larga.mpg
https://www.youtube.com/watch?v=Phfsz2_-fas	Trabajo de Cuerdas-Educación Física
https://youtu.be/SYNHlaj_dTw	Lanzamientos y Recepciones, Tossing and Catching, Aquisgrán, Toledo
https://www.youtube.com/watch?v=_ssJUD5iiMU	Habilidades Motrices Básicas: Recibir, Lanzar y Rebotar
https://www.youtube.com/watch?v=9mNbzjWRA0	Werfen & Fangen, Alemania. Iniciación en la enseñanza del Balonmano
https://www.youtube.com/watch?v=ruVmKn_sYho	Ejercicio físico y alimentación - La alimentación del joven deportista
https://www.youtube.com/watch?v=Ggh3biRxaY	Promoviendo hábitos de vida saludable
https://youtu.be/Q1CAASntQEs	Educación Física-Coordinación Dinámica General
https://youtu.be/F9jOOR4B6Kw	9 Juegos de velocidad por equipos
https://youtu.be/B4-0Bmk-OIs	Educación Física, calentamiento y juegos de equipo
https://youtu.be/Y5BQWqFYf-M	Juegos Educación Física - campo minado

¹ Considere que el contenido de estos sitios puede variar en el tiempo.

Mis notas

Lined writing area consisting of 25 horizontal lines.

CONVERSEMOS – COMUNIDAD EN LÍNEA

La comunidad en línea de la publicación “Conversemos” tiene como objetivo entregar a educadoras(es) y docentes un espacio virtual que permita compartir y ampliar opiniones, comentarios y conversaciones entre pares, a nivel nacional, en torno a las diferentes temáticas abordadas.

¿QUÉ PUEDES HACER EN ESTA COMUNIDAD?

- Interactuar con pares sobre temas de interés, en base a las diferentes temáticas abordadas.
- Opinar y analizar los contenidos desarrollados en relación al propio trabajo educativo.
- Participar en las discusiones y opiniones de pares de otras escuelas y regiones.

INGRESO A LA COMUNIDAD

En un par de minutos puedes crear una cuenta e inscribirte en la comunidad:

1. Entra a la página web: www.edoome.com
2. Elige la opción “Regístrate como docente” *
3. Ingresa tu correo, elige una contraseña y haz click en “Registrar”
4. Ingresa tu Nombre, Apellido y haz click en “Siguiente”
5. Elige la opción “Ingresar código” e ingresa el siguiente código: conversemos
6. ¡Listo! Te has creado una cuenta y te registraste en la comunidad en línea de “Conversemos”

* Si ya tienes una cuenta en Edoome, debes ingresar a tu cuenta e ingresar el código “Conversemos” de forma interna donde dice “Unirme a un aula o comunidad”

Cualquier duda sobre la comunidad en línea escríbenos a hola@edoome.com



4000956



Ministerio de
Educación

Gobierno de Chile