

ÍNDICE

1. Introducción.....	6
2. Justificación	6
3. Marco teórico.....	7
3.1. Desarrollo psicoevolutivo en Educación Infantil	7
3.1.1. Desarrollo motor.....	8
3.1.2. Desarrollo cognitivo	9
3.1.3. Desarrollo lingüístico	10
3.2. Neuromotricidad: el desarrollo motor y aprendizaje.....	11
3.2.1. Importancia de la atención.....	11
3.2.2. Plasticidad cerebral.....	12
3.2.3. Cada cerebro es único y social	13
3.3. El juego.....	13
3.3.1. ¿Qué es el juego?	13
3.3.2. La importancia del juego	14
3.3.3. Factores importantes del juego	15
3.4. Las cuñas motrices.....	15
3.4.1. ¿Qué son las cuñas motrices?	15
3.4.2. ¿Cómo surgen las cuñas motrices?	16
3.4.3. Tipos de cuñas motrices	17
3.5. Relajación	18
3.5.1. ¿Qué es la relajación?	18
3.5.2. Importancia y beneficios de la relajación.....	18
3.5.3. Tipos y técnicas de relajación.....	19
3.6. Marco normativo	20
3.6.1. Líneas pedagógicas.....	20
3.6.2. Competencias clave	22
4. Propuesta de intervención.....	24
4.1. Contexto.....	24
4.2. Objetivos didácticos	24

4.3. Metodología.....	25
4.4. Recursos.....	25
4.5. Temporalización	26
4.6. Evaluación	27
5. Actividades	27
Cuña motora 1: El círculo de las repeticiones	27
Cuña motora 2: Mándalas	28
Cuña motora 3: Espejito, Espejito	29
Cuña motora 4: Nos convertimos en animales musicales.....	30
Cuña motora 5: Encuentra el intruso	32
Cuña motora 6: Carreteras alfábéticas	33
Cuña motora 7: ¿Me reconoces?.....	35
Cuña motora 8: ¿Qué es?	36
Cuña motora 9: ¿Cuánta memoria tienes?	37
Cuña motora 10: Encuentra la pareja.....	39
Cuña motora 11: ¡Todos quietos!	40
Cuña motora 12: ¡Qué relajante!	41
Cuña motora 13: Colores primarios.....	43
Cuña motora 14: ¡Palmas!	44
Cuña motora 15: ¿Quién soy?.....	45
6. Conclusión	47
7. Referencias bibliográficas	48
8. Anexos	51

Propuesta de intervención sobre la aplicación de cuñas motrices en 1º de Educación Infantil.

Proposal for intervention on the application of motor wedges in the 1st year of early childhood education.

- Elaborado por Andrea Bonillo García.
- Dirigido por Diana M. Aristizábal Parra.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de junio del año 2023.
- Número de palabras (sin incluir anexos): 13739.

Resumen

Este trabajo fin de grado se centra en la aplicación de cuñas motrices, en un aula del primer curso de Educación Infantil. Lo primero que se lleva a cabo es una búsqueda bibliográfica, de esta manera se elabora un marco teórico. Tras esto, se lleva cabo la realización de una propuesta de intervención en el aula de primero de Educación Infantil. La metodología empleada en esta propuesta es una metodología activa, cooperativa, colaborativa y de aprendizaje a través del juego. En la conclusión tras la propuesta de intervención, se hace una reflexión acerca de las debilidades y las fortalezas de dicha propuesta, teniendo en cuenta que la mayor debilidad de esta es que finalmente no se ha podido llevar a cabo.

Palabras clave

Educación Infantil, Cuña Motriz, Desarrollo, Atención, Transversal.

Abstract

This end-of-grade project focuses on the application of motor wedges, in a classroom in the first of the first year of Childhood Education. The first thing that is carried out is a bibliographic search, in this way a theoretical framework is elaborated. After this, a proposal for intervention is carried out in the first classroom of early childhood education. The methodology used in this proposal is an active, cooperative, collaborative, and learning methodology through play. In the conclusion after the intervention proposal, a reflection is made about the weaknesses and strengths of said proposal, taking into account that the greatest weakness of this is that finally it hasn't been able to be carried out.

Keywords

Childhood education, Motor Wedge, Development, Attention, Transverse.

1. INTRODUCCIÓN

Con este Trabajo de Fin de Grado, se pretende mostrar los beneficios que proporciona la puesta en práctica de las cuñas motrices de forma continuada en un aula de primero de Educación Infantil (3 años).

Hay que tener en cuenta que los niños y niñas necesitan estar en continuo movimiento. A través de las cuñas motrices se pretende que los alumnos y alumnas aprendan a trabajar contenidos motrices o pertenecientes a otros ámbitos a través del movimiento, de esta forma los conocimientos que se pretenden trabajar se adquieren mejor. A través de estas, también se pretende es que el alumnado tenga un momento de descanso y relajación entre sesión y sesión. Es importante que se trabajen de forma continuada porque de esta manera se refuerzan los conocimientos que interesa que el alumnado adquiera, sino estos serán olvidados.

Dicho trabajo consta de varios apartados, el primero es la justificación sobre el motivo de la elección de dicho tema y por qué es relevante su puesta en práctica en las aulas. Tras este apartado se encuentra el marco teórico en el que se desarrollan varios apartados en los que se explica qué es lo que se trabaja con la puesta en práctica de las cuñas motrices. Para este apartado, se ha llevado a cabo una búsqueda de información en algunos artículos de revista, libros, etc.

Tras el marco teórico se expone el marco normativo, en el que se hace referencia a las líneas pedagógicas y las competencias clave que se trabajan con la puesta en práctica de las cuñas. Tras esto, se observa la propuesta de intervención, en la que se explica donde se van a llevar a cabo las cuñas motrices, los objetivos didácticos que se pretenden trabajar con la puesta en práctica de estas, se especifica las metodologías que se van a usar, la temporalización y los recursos que se van a emplear, cómo es la evaluación de dicha propuesta y, por último, se desarrollan las 15 cuñas motrices que se proponen.

Tras la propuesta de intervención, se desarrolla el apartado de la conclusión, en el que se muestran las fortalezas y las debilidades de dicha propuesta y, por último, se expone una bibliografía y un anexo con la normativa consultada.

2. JUSTIFICACIÓN

Las cuñas motrices no se trabajan en todos los centros educativos, aunque a día de hoy de cada vez son más los centros que las llevan a cabo y ven las mejoras que la

puesta en práctica continua de estas proporcionan, sobre todo en el desarrollo integral del alumnado, además de mejorar la atención y la concentración.

Uno de los motivos principales que me llevó a decidir llevar a cabo este tema, fue que en un principio quería trabajar el tema de la relajación en el aula. Entonces mi tutora del Trabajo fin de Grado (TFG), me comentó que podía hacerlo sobre las Cuñas Motrices, y me llamó la atención el tema puesto que no había oído hablar de estas. Otro de los motivos que me llevó a escoger este tema fue que durante el estudio del Grado en Magisterio en Educación Infantil no había oído hablar de estas, y por último, durante mi periodo de prácticas he podido observar que no se hacen apenas actividades en las que los alumnos y alumnas estén en movimiento y las sesiones suelen ser continuas, por lo que el alumnado suele acabar cansado y sin prestar la atención necesaria, las actividades que se suelen llevar a cabo en el aula son más bien actividades que requieren estar sentados y atentos.

Las cuñas motrices, son transversales, pero a través de estas también se trabajan elementos curriculares. Debido a esto, la mayoría de los centros las desconocen, puesto que se rigen a trabajar solo lo curricular y es importante que el mundo de la educación comprenda que la puesta en práctica de estas es relevante, ya que da lugar a que los alumnos y alumnas mejoren su desarrollo motor, cognitivo, lingüístico, etc., además de proporcionarles un momento de relajación y de desconexión entre sesiones.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Desarrollo psicoevolutivo en Educación Infantil

En este apartado se aborda el desarrollo motor, el desarrollo cognitivo y el desarrollo lingüístico. Estos son importantes, puesto que el alumnado va a trabajar estos tres en la propuesta de intervención, ya que para las actividades se va a necesitar la motricidad, debido a que se hace uso del movimiento en todas las actividades, también se va a trabajar lo cognitivo, puesto que el alumnado va a requerir del pensamiento para poder llevar a cabo dicha propuesta y, por último, el lenguaje debido a que en todas las actividades van a expresarse. Por todo ello, es importante que los alumnos y alumnas tengan un buen desarrollo de estas.

3.1.1. Desarrollo motor

Martínez (2000), dice que el desarrollo motor no tiene que ser comprendido como algo que condiciona, sino más bien se tiene que entender como algo que los niños y niñas van produciendo mediante su deseo de ser más competentes y el deseo de actuar sobre el entorno que los rodea (citado en Gil, Contreras y Gómez, 2008).

El desarrollo motor supone la adquisición gradual de las habilidades motoras que posibilitan un control postural, un desplazamiento y una destreza manual (Medina, Caro, Muñoz, Leyva, Moreno y Vega, 2015).

Decir que David y García (2011), señalan unos principios básicos propios del desarrollo motor, que son los siguientes:

- *Continuo*: se trata de una función encargada de asentar las bases propias del aprendizaje que vienen a continuación y esta de la que le sigue.
- *Progresivo*: va desde las funciones que son más simples, a las funciones que requieren una mayor dificultad.
- *Coordinación*: es la coordinación de las funciones que ya han sido alcanzadas y que ayudan a un desarrollo mejor.
- *Secuencia fija*: tiene que ver con el cefalocaudal y próximo distal.

Al respecto conviene decir que, como se ha mencionado anteriormente, el desarrollo motor se guía por unos principios básicos, y hay que tener en cuenta que cada niño y niña tiene su propio ritmo de aprendizaje y es muy importante que este sea respetado (David y García, 2011).

Pons y Roquet-Jalmar (2017), dicen que el desarrollo motor se valora desde una doble visión, dependiendo de los grupos musculares que estén relacionados y también del grado de precisión que tienen los movimientos. Se puede hablar de dos tipos de motricidad que son:

- *Motricidad fina*: se trata del dominio que se tiene sobre los músculos más precisos y pequeños del cuerpo, los cuales otorgan la posibilidad de lanzar objetos, dibujar, aplaudir, etc., estas habilidades hacen necesaria una coordinación entre dichos músculos y la visión, es decir, la coordinación visomotriz.

- *Motricidad gruesa*: es cuando se produce un dominio sobre las acciones musculares generales que tienen que ver con las posiciones estáticas y la locomoción, como es el caso de ponerse de pie, darse la vuelta, correr, andar, etc.

3.1.2. *Desarrollo cognitivo*

Se puede comenzar diciendo que cuando se habla de desarrollo cognitivo se hace referencia a la evolución de las funciones y de las facultades intelectuales. (Pons y Roquet-Jalmar, 2017). Por otro lado, Ordoñez y Tinajero (2005), dicen que el desarrollo cognitivo se trata de un proceso que llevan a cabo los niños y las niñas y que, a través de este, se produce una estructuración mental de la información recibida mediante los sistemas senso-perceptuales, con el objetivo de resolver situaciones nuevas a partir de las experiencias anteriores (citado en Albornoz y Guzmán, 2016). En definitiva, el desarrollo cognitivo tiene como finalidad la identificación del proceso que utilizan las personas para conocer y comprender su entorno, además de su pensamiento y las estrategias que estos y estas usan para poder llevarlo a cabo durante su vida (David y García, 2011).

Jean Piaget dice que los niños y las niñas pasan por unos estadios en su estructura mental. Dichos estadios son los siguientes (citado en Ordóñez y Tinajero, 2014):

- Estadio sensorio motriz (0-24 meses): en este estadio los niños y las niñas mediante sus sentidos, sus manos y el equipo sensoriomotor, actúan y se relacionan con el mundo.
- Estadio preoperacional (2-7 años): en este los niños y las niñas ya muestran sus estructuras sensoriomotoras, es decir, estos y estas ya son capaces de pensar, sin embargo, no lo hacen a un nivel lógico. Decir que, además, los niños y niñas muestran un avance en lo que se refiere a la adquisición de las capacidades simbólicas en lo que se refiere al juego, la imitación, el lenguaje y de la representación pictórica. Por último, se produce la iniciación en las nociones espacio-temporales, y de cantidades.
- Estadio de operaciones concretas (7-12 años): en este estadio los niños y las niñas ya aplican su marco cognitivo racional al mundo de los elementos concretos, y además el racionamiento alcanza características lógicas.

- Estadio de operaciones formales (12-15 años): en dicho estadio se produce el razonamiento con el mundo de las posibilidades.

En el desarrollo de las funciones cognitivas se produce la concreción del desarrollo cognitivo. Las funciones cognitivas son todos los procesos que tienen que ver con la adquisición de la información, el procesamiento de esta, su transformación, el almacenamiento, la recuperación y su uso. Se puede hablar de dos funciones cognitivas, las cuales dependen del nivel de dificultad que tengan y se puede hacer una distinción entre: básicas y superiores. Decir que, las funciones cognitivas básicas surgen de manera natural, y son propias de muchos animales, mientras que, por otro lado, las funciones superiores son específicas del ser humano, ya que requieren de un nivel de complejidad más alto (Pons y Roquet-Jalmar, 2017).

3.1.3. Desarrollo lingüístico

Quintero (2005) dice que se tiene que entender el lenguaje como una de las partes más importantes del desarrollo general de los niños y niñas, hay que considerar a estos como seres activos y creativos. Para este, el lenguaje se trata de un sistema perteneciente a la comunicación simbólica y convencional, el cual es adquirido a través de un contexto social.

Arconada (2012) dice que cuando se habla de lenguaje, se hace referencia a este como la capacidad que tienen las personas para comunicarse y para expresar sus pensamientos. Además, también señala que en el desarrollo del lenguaje influyen diferentes factores, y que estos son muy importantes para la maduración y el aprendizaje. Se puede hablar de cinco dominios diferentes que son el perceptivo, el social, cognitivo, conceptual y lingüístico.

Halliday (2001), cree que el lenguaje es un sistema semiótico, es decir, que tiene la función de crear e intercambiar diversos significados. Por lo que señala que la adquisición del lenguaje es un proceso mediante el cual los niños y niñas aprenden a dar significados y lo llevan a cabo mientras contribuyen en la sociedad (citado en Arconada, 2012).

Bruner (1984), confirma que el lenguaje sucede antes de que se produzca la comunicación mediante las palabras, esto sucede a través las relaciones sociales que el niño/a establece con las personas adultas y que les permite llevar a cabo la creación de

una realidad mutua, por eso, este, le da tanta importancia al entorno social (citado en Arconada, 2012).

3.2. Neuromotricidad: el desarrollo motor y aprendizaje

La atención es un proceso cognitivo el cual otorga la posibilidad de llevar a cabo la selección de la información, para procesar solo la que interesa entre todos los estímulos que llegan (David y García, 2011).

Hay que tener en cuenta que los niños y niñas tienen un periodo de atención muy bajo, el cual es relevante trabajar diariamente ya que, si no se hace de forma constante, se puede producir una pérdida de las facultades que no se han trabajado. Para que los niños y niñas trabajen atentamente hay que ofrecer cosas que llamen su atención, y de esta manera se consigue que el aprendizaje sea estable.

3.2.1. Importancia de la atención

Para Pinos, M (2023) la atención se trata de una capacidad cognitiva muy importante que da pie a la obtención de aprendizajes eficientes y significativos. Pero, a nivel metabólico, se trata de un recurso cerebral limitado. Es un proceso cerebral en el que el tálamo y la corteza prefrontal interaccionan para dar lugar a la focalización de manera selectiva de unos estímulos o aspectos, externos o internos evitando así los restantes y actuando como un activador y catalizador imprescindible para el funcionamiento del resto de las funciones ejecutivas del cerebro.

El cerebro tiene la necesidad de elegir la información, discriminar algunos estímulos, llevar a cabo la toma de decisiones y ejecutarlas, en función del control y el reajuste de la retroalimentación de los sentidos o de los agentes externos. Para que todos estos procesos se puedan producir, se hace necesaria la atención. Las personas pueden prestar atención durante unos 15-20 minutos, después, algunos estudios hablan de que la atención por parte del alumnado cae en picado exceptuando el caso de tareas que sean muy lúdicas (Pinos, 2017).

Según Pinos (2023), hay tres capacidades que se encuentran unidas dentro del cerebro, estas son: el interés, la motivación y la atención. Estas se encuentran unidas a través de redes neuronales y de algunos neurotransmisores. La motivación y la atención surgen cuando interesa algo, lo que llama la atención es más fácil que interese y que motive, y se observa más interés y atención cuando se está motivado.

La atención tiene dos grados de voluntariedad que son la voluntaria y la involuntaria. Cuando se habla de atención voluntaria se hace referencia a la atención que se dirige de manera intencionada hacia una situación o un objeto. Esta tiene que ver con las motivaciones y el interés de la persona, además, otro factor importante que influye es el de que no haya un obstáculo externo que impida al niño o niña prestar atención necesaria. Mientras que, por otro lado, la atención involuntaria es cuando se dirige la atención hacia algo y no se tienen ningún objetivo, esto se produce debido a que una situación o un objeto destaca sobre el resto de las cosas debido a la organización del campo perceptivo (Pons y Roquet-Jalmar, 2017).

Pons y Roquet-Jalmar (2017), dicen que hay ciertos factores que producen que la atención esté condicionada, estos factores producen un aumento en la incidencia de los estímulos sobre las diferentes personas. Dichos factores se encuentran clasificados en dos grupos, que son:

- *Factores internos*: son los que inciden en la atención que la persona proporciona a sus estímulos y estos están relacionados con el estado físico y el estado emocional o psíquico.
- *Factores externos*: son los que están relacionados con la intensidad del estímulo, lo novedoso que sea el estímulo, la forma en la que esté organizada el campo perceptivo al que pertenece dicho estímulo y, por último, el contraste que haya entre el estímulo y el campo perceptivo al que este pertenece.

3.2.2. *Plasticidad cerebral*

Pinos (2023) dice que la plasticidad cerebral otorga la posibilidad a lo largo de la vida de continuar adquiriendo habilidades y capacidades, además de la transcendencia de limitaciones genéticamente heredadas. Como repercusión se puede generar la pérdida de las facultades que no se trabajan. Su condición es la práctica frecuente y atenta que producen una activación continua de algunas redes neuronales hasta que estas se convierten en estables. La plasticidad potencia las redes que se usan de forma continua y las que no las debilita.

Cada nuevo aprendizaje no crea una nueva red, pero puede apoyarse en las que ya existen de manera que la nueva información se añada a la anterior y la enriquece dando lugar a aprendizajes más rápidos y eficientes (Pinos, 2017).

3.2.3. Cada cerebro es único y social

La plasticidad neuronal ha demostrado que las experiencias vividas y repetidas son lo que construye el cerebro (Pinos, 2017). Cabe señalar que el cerebro es la parte más grande del encéfalo, en este se pueden diferenciar dos partes, las cuales reciben el nombre de hemisferios cerebrales. Estos, están conectados mediante unas fibras nerviosas, que reciben el nombre de cuerpo calloso. Además, este, es la zona más importante del encéfalo y del sistema nervioso, y no solo por su tamaño, sino porque en este se encuentran los centros neuronales, que están interconectados entre sí, y tienen la función de procesar la información sensorial y de coordinar las actividades que son motoras (David y García, 2011).

Pinos (2017), asegura que las experiencias son únicas de cada ser humano y se llevan a cabo en individuos diferenciados, como resultado se obtiene que cada cerebro tenga una determinada configuración, además de un cableado neuronal único. Que cada cerebro sea diferente, no quiere decir que no se pueda hablar de patrones comunes a todos los seres humanos.

El cerebro humano cuando se relaciona con otras personas es cuando consigue alcanzar sus niveles más altos de activación (Pinos, 2017).

3.3. El juego

Delgado (2011), argumenta que el juego es una actividad que surge de manera natural, es libre, espontáneo y debe ser voluntario. Este es propio del ser humano y se trata de una vía de descubrimiento, que favorece la interacción social y comunicativa (citado en Rodríguez y Trasancos, 2016).

El juego es de gran importancia durante la infancia puesto que proporciona a los niños y niñas beneficios para su desarrollo, dado que permite el desarrollo de la motricidad, la intelectualidad, el afecto, la sociabilidad, etc. A través de este, los niños y niñas aprenden de forma natural, en vista de que aprenden jugando y en la mayoría de las ocasiones no son conscientes de ese aprendizaje.

3.3.1. ¿Qué es el juego?

García (2009), en su obra *La importancia del juego y desarrollo en educación infantil* señala que el juego es una actividad que aparece de manera natural en los niños

y niñas, en dicha actividad el uso de diferentes objetos no tiene una finalidad, sino más bien se trata de un “hacer sin obligación”. Es una actitud ante los diversos objetos y el resto de las personas que marca la posición de manera en la que se indica que se está jugando. El juego pasa a ser un proceso simbólico de comunicación social, mediante el cual los niños y niñas consiguen el autodominio y la precisión de movimientos que necesitan para estar incluidos en su medio, al mismo tiempo que les permite sentirse autónomos y libres en sus movimientos.

3.3.2. La importancia del juego

Durante la infancia el juego es un factor importante dado que proporciona la posibilidad de que los niños y niñas descubran sus posibilidades, conozcan el mundo que les rodea, interpreten la realidad, asuman diferentes roles, etc. Este, se puede considerar como un factor básico de la niñez muy importante para que se pueda llevar a cabo el desarrollo intelectual, psicomotor, afectivo y social. El juego no es solo un entretenimiento, sino que, además, es un dinamizador del desarrollo (Romero y Gómez, 2016).

Como indicó Durán (2003), a través de este los niños y niñas van a seguir unas pautas que tendrán presentes cuando sean necesarias en otras ocasiones, de esta manera, trabajan su memoria, y combinan el pensamiento, el lenguaje y la fantasía. El juego tiene un papel relevante en el desarrollo intelectual de los niños y niñas, en vista de que les permite crear un cosmos que les sirve para comprender que forman parte del mundo y van a construir conceptos sobre este, así, tienen la oportunidad de obtener la verdad de las cosas, actuando sobre estas, y entendiendo lo que son, lo que pueden hacer y ser. Además, tienen la posibilidad de inventar algo que tenga que ver con lo que están analizando, con el objetivo de crear su pensamiento y los esquemas para el crecimiento de su inteligencia.

Para concluir con esto, añadir que un factor importante en este es la afectividad, dado que el juego actúa como factor de equilibrio emocional que otorga a los niños y niñas una serie de emociones y sensaciones que son beneficiosas. Las experiencias derivadas del juego forman una historia de placer y autosuficiencia que les da la posibilidad de relacionar: juego-felicidad y juego-alegría (García, 2009).

3.3.3. Factores importantes del juego

El juego tiene una serie de características que le otorgan una entidad propia y, además, lo diferencian de otras actividades similares. Las características del juego que son más importantes son las siguientes (Romero y Gómez, 2016):

- El juego es agradable, innato, espontáneo, libre y voluntario.
- No tiene una finalidad en sí mismo y requiere actividad.
- El juego es propio de la infancia y se lleva a cabo en una realidad ficticia.
- En el juego, el uso de diferentes objetos no es imprescindible.

Para concluir, Romero y Gómez (2016) dicen que el juego ha estado presente a lo largo de la humanidad, integrado en las actividades diarias de los niños y las niñas pertenecientes a diversas culturas y épocas diferentes.

3.4. Las cuñas motrices

En este apartado, se hace referencia a las cuñas motrices, qué son, cómo surgen y los tipos de cuñas. Cuando se habla de cuñas motrices, se hace referencia a una serie de actividades que tienen una duración breve y que, a través de estas, se pretende que los niños y niñas aprendan. Las cuñas motrices se llevan a cabo en unos momentos específicos para mejorar la atención y la escucha. A continuación, se explica todo lo nombrado anteriormente.

3.4.1. ¿Qué son las cuñas motrices?

Los autores Cebrián, Marín y Miguel (2013), definen las cuñas motrices como actividades físicas que duran un tiempo muy corto y que pueden ser llevadas a cabo dentro del mismo aula, estas tienen como objetivo dar paso a la necesidad que tienen los niños y niñas de movimiento y además permiten trabajar contenidos motrices o pertenecientes a otros ámbitos mediante el movimiento.

Como se ha mencionado anteriormente, Marcelino Vaca (2002), señala que las cuñas motrices son momentos cortos de aproximadamente 5-10 minutos, que cuando se llevan a cabo todos los días implican una colaboración con los aprendizajes que se pretende que alcancen los alumnos y las alumnas, y que funcionan como una bisagra que surge entre dos momentos que requieren exigencia, en los que se pide que el cuerpo pase desapercibido (citado en Santamaría, 2019).

Santamaría (2019), define las cuñas motrices, como técnicas que se trabajan de manera corpórea, consciente y vivencialmente que se llevan a cabo para permitir a los alumnos y alumnas el paso de unos momentos a otros con respecto a la jornada escolar mejorando con esto la escucha y la atención.

En cuanto a lo mencionado anteriormente, es relevante destacar el uso de las cuñas motrices en el aula, ya que de esta manera se puede a provechar al máximo los diferentes materiales que se tienen y el espacio del que se dispone. El material que se usa para la aplicación de estas es diverso, dado que se puede hacer uso de aros, cuerdas, pelotas de diferentes materiales, etc. (Cebrián, Marín y Miguel, 2013).

Las cuñas activas implican de manera cognitiva a los alumnos y alumnas en la lección, además de evitar el cansancio que produce la repetición de una rutina o la recepción pasiva de la información (Pinos, 2017).

3.4.2. ¿Cómo surgen las cuñas motrices?

Marcelino Vaca (2013), pensaba acerca de cómo trabajar la motricidad en las diferentes aulas y la contribución de esta a la interdisciplinariedad de los aprendizajes. Para poder demostrar que el cuerpo refleja lo que le pasa al niño o niña y al centro, como nombra en su obra *Cuñas motrices en la escuela infantil y primaria* lleva a cabo un estudio realizado mediante la observación, grabando y analizando determinadas presencias corporales a lo largo de la jornada (citado en Santamaría, 2019, p. 140-141).

- “*Cuerpo silenciado: algunas de las tareas exigen que el cuerpo y su motilidad pasen desapercibidos, que se silencien*”.
- “*Cuerpo suelto: en los recreos se permite que el cuerpo esté suelto, a su aire*”.
- “*Cuerpo implicado, global o parcialmente: cuando las tareas escolares permiten la presencia del movimiento coordinado, incluso de la habilidad y destreza motriz...*”
- “*Cuerpo instrumentado: a veces la tarea se presta a la utilización del cuerpo, de forma global o segmentaria, para ejemplificar corporalmente conceptos utilizados...*”
- “*Cuerpo expuesto: situaciones educativas que nos ponen ante la mirada de los otros...*”

- “*Cuerpo objeto de atención: por otra parte, la jornada escolar va desvelando necesidades corporales de descanso, de sueño, de alimentación, de higiene...*”
- “*Cuerpo objeto del tratamiento educativo: lo corporal, el cuerpo y la motricidad, se va instalando también como un área de expresión y de experiencia*”.

Por todo esto, el autor, propone la necesidad de prestar atención al cuerpo dentro del centro educativo (Santamaría, 2019).

3.4.3. Tipos de cuñas motrices

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

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

Con las cuñas se pretende prestar atención a un cuerpo vivo, a su capacidad para decir quién somos, qué es lo que nos preocupa, confunde, emociona o provoca dolor. Esto a través de la puesta en marcha de actividades físicas de atención consciente de respiración, relajación, etc., para de esta manera descodificar las consecuencias mentales o emocionales que no son sanas y que se producen sobre el cuerpo, así, evitar bloqueos, tensiones y las repercusiones que estas tengan sobre los aprendizajes (Santamaría, 2019).

3.5. Relajación

La relajación tiene un papel relevante en la puesta en marcha de esta propuesta de intervención, pues es importante que el alumnado esté relajado, ya que, para llevar a cabo dichas actividades, el cuerpo debe pasar desapercibido. En un estado de relajación se produce una mejor adquisición de los aprendizajes y una mejora de la atención y la concentración. Se pueden llevar a cabo diversos tipos y técnicas de relajación para conseguir dicho estado, además la práctica de la relajación proporciona grandes beneficios.

A continuación, se aborda el tema de la relajación, la importancia y los beneficios que esta tiene, y los tipos y técnicas que se pueden llevar a cabo para conseguir un estado de relajación.

3.5.1. ¿Qué es la relajación?

La relajación es entendida como una técnica. Esta tiene como objetivo principal conseguir unos niveles de calma y reposo que otorguen la liberación y el autocontrol cuando se produzcan estados de nervios, tensión y agitación que surgen a nivel mental y corpóreo (Cava, Gomáriz y Cascales, 2021).

Cuando se habla de relajación, hay que tener en cuenta que se trata del medio a través del cual se puede llegar a sentir la libertad de vivir en el estado de conciencia que se quiere. La relajación influye en la manera que el niño construye la imagen que tiene sobre sí mismo (Escalera, 2009).

Para Alberto Gómez (2013), la relajación en la sociedad poco a poco ha adquirido una gran importancia, pero todavía no ha recibido el estatus que le corresponde.

3.5.2. Importancia y beneficios de la relajación

Escalera (2009), menciona que el alumnado está adquiriendo conocimientos de forma constante, para que su mente descance y adquiera de manera adecuada lo que han aprendido, es necesario proporcionar un tiempo específico para que asimilen lo que han trabajado antes de pasar a la introducción de una actividad nueva. En el caso de no llevar a cabo lo anterior, se puede producir una confusión en sus cabezas y lo visto recientemente puede desaparecer con bastante facilidad, además, esto producirá que no

adquieran el nuevo aprendizaje. Todo esto genera que los alumnos y alumnas no presten la atención necesaria en lo que están haciendo.

Los niños y niñas se distraen de forma fácil, y para que esto no suceda, es importante hacer descansos o tener momentos de relajación entre las diferentes actividades implementadas en el aula. Los niños y niñas consiguen un estado de relajación como resultado de una actividad que les resulta relajante, no entienden esta como una finalidad en sí misma (Escalera, 2009).

Chóliz (2000), dice que dentro de la relajación una de las cosas que tiene una gran relevancia son los ejercicios destinados a la respiración, dado que proporcionan beneficios en la rehabilitación de patologías relacionadas con el aparato respiratorio y, además, ayudan también en el entrenamiento de la logopedia.

El resultado de una buena práctica de la relajación es que esta produce mejoras en el bienestar, el descanso y también produce una recuperación más rápida después de llevar a cabo una actividad que requiere un gran esfuerzo, además de mejorar la capacidad de concentración (Gómez, 2013). A continuación, se hace referencia a otros beneficios que proporciona la relajación. Dichos beneficios son los siguientes (Escalera, 2009):

- Produce un aumento de la confianza y en la autoimagen de ellos y ellas mismos/as.
- Mejora la circulación sanguínea, además de producir una disminución en la tensión arterial y una normalización de la respiración.
- Mejora la memoria y la calidad del aprendizaje.
- Produce la capacidad para relajarnos de manera más sencilla cada vez que lo necesitemos.

Cierto es que la puesta en práctica de la relajación proporciona grandes beneficios, pero el principal beneficio es que produce la reducción del estrés. Cabe señalar que hay una conexión entre los beneficios derivados de la relajación y la salud mental, ya que estos producen mejoras en la educación emocional y en el rendimiento escolar de los niños y niñas (Parra, 2018).

3.5.3. Tipos y técnicas de relajación

Escalera (2009), en su artículo *La relajación en educación infantil*, señala que la relajación tiende a ser individual, en vista de que no todas las personas se relajan de la misma manera, hay que tener en cuenta que lo que ayuda a unas personas a relajarse

puede ser que no ayude a relajarse a otras. Para que se produzca una relajación en el alumnado de educación infantil, una de las cosas que hay que tener en cuenta es la importancia de la creación de un ambiente adecuado. Para ello, se puede hacer uso de diferentes recursos como es el caso de música, la lectura de un cuento, diferentes juegos, etc., hay que tener en cuenta y no olvidar que para conseguir un estado de relajación además del ambiente adecuado también es necesario captar su atención y su interés. Se pueden encontrar dos tipos de relajación diferentes, que son:

- *La relajación estática:* relacionada con todo lo que tiene que ver con lo auditivo, la escucha de melodías, canciones, instrumentos, etc.
- *La relajación en movimiento:* relacionada con el movimiento, como son pequeñas danzas y ejercicios de movimientos y de imaginación.

Las técnicas de relajación deben estar basadas en actividades que sean de carácter lúdico, ya que las técnicas que se suelen usar normalmente son bastante aburridas. Las actividades lúdicas propuestas tienen un carácter juguetón y, además, implican movimiento, pero estas no son ajenas a los beneficios de la tranquilidad. Además, para hacer uso de alguna técnica hay que tener en cuenta que no todos los niños y las niñas reaccionan igual ante las actividades de relajación y para evitar esto es importante tener en cuenta las diferencias entre el alumnado (Escalera, 2009).

3.6. Marco normativo

Las cuñas motrices son transversales, por lo que no forman parte del currículo, pero a través de estas sí que se trabajan elementos curriculares. Para la propuesta de intervención se hace uso de la normativa a nivel autonómico que corresponde a la Orden ECD/853/2022, de 13 de junio, a continuación, se desarrollaran los diferentes artículos que se trabajan en la puesta en práctica de la propuesta.

3.6.1. Líneas pedagógicas

El *Artículo 2* especifica el *fin*, es decir, explica cuál es la finalidad de la Educación Infantil. Este dice que *la finalidad de la Educación Infantil es la de contribuir al desarrollo integral y armónico del alumnado en todas sus dimensiones: física, afectiva, sexual, social, cognitiva y artística, así como a la educación en valores cívicos para la convivencia.*

Los *principios pedagógicos* están reflejados en el *Artículo 4*. En dicho artículo se hace referencia a que:

- *La práctica educativa en esta etapa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten el máximo desarrollo de cada niño y de cada niña.*
- *Dicha práctica se basará en experiencias de aprendizaje significativas y emocionalmente positivas y en la experimentación y el juego.*
- *Se atenderá progresivamente al desarrollo afectivo, de las conductas motrices y los hábitos de control corporal, a las manifestaciones de la comunicación y del lenguaje, a las pautas elementales de convivencia y relación social, y la educación en valores.*
- *Favorecerá que niños y niñas adquieran autonomía personal y elaboren una imagen de sí mismos positiva, equilibrada e igualitaria, libre de estereotipos discriminatorios.*

En el *Artículo 8* se desarrollan los *Objetivos generales de la etapa*. A través de la puesta en práctica de la propuesta de intervención se pretende que los alumnos y alumnas alcancen unos objetivos, estos objetivos son los siguientes:

- *Conocer su propio cuerpo y el de las otras personas, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.*
- *Relacionarse con los demás en igualdad y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos, evitando cualquier tipo de violencia.*
- *Iniciarse en las habilidades lógico-matemáticas, en la lectura y la escritura.*
- *Desarrollar las conductas motrices a través de las actividades físicas y artístico expresivas.*

Por último, a través de la propuesta de intervención se trabaja el *Artículo 9*, que trata los *principios metodológicos generales*. A través de las cuñas motrices se permite que los *procesos de enseñanza y aprendizaje deben tender a un enfoque globalizador e integrador de las áreas de conocimiento del currículo como principio didáctico de esta etapa, de modo que permitan incorporar las distintas experiencias y aprendizajes*. Por otro lado, a través de dicha propuesta, el juego es la *actividad común de todos los niños y las niñas, tendrá gran relevancia en este proceso al constituirse en el principal*

recurso metodológico de la etapa. Además, mientras juegan, haciendo uso de la observación, se podrán extraer importantes datos sobre las conductas de los niños y las niñas, las relaciones que establecen con los demás, su lenguaje, preferencias y estados de ánimo.

3.6.2. Competencias clave

Mediante la puesta en práctica de las cuñas motrices, también se trabajan diferentes competencias claves pertenecientes a la Orden ECD/853/2022, de 17 de junio. A continuación, se explica en qué consiste cada una de estas.

- *Competencia en comunicación lingüística (CCL):* en esta competencia se trabajan varios aspectos como son los intercambios comunicativos respetuosos con el resto de las personas, la oralidad ya que es el principal instrumento de la comunicación, la expresión y la regulación, y permite que los niños y niñas mejoren su bagaje sociocultural y lingüístico. Otra de las cosas que se trabajan en esta competencia es el fomento en el respeto hacia el resto de las personas, también se trabaja el desarrollo de la escucha, el respeto del turno de la palabra, y a saber comprender los diversos mensajes procedentes del resto de las personas.

Todo lo nombrado anteriormente se trabaja mediante la puesta en práctica de las cuñas motrices. En la mayoría de estas se trabaja en equipo y de forma colaborativa, por lo que el alumnado está en continua comunicación con el resto de los compañeros y compañeras y no solo con estos, sino también con los docentes presentes en el aula en ese momento.

- *Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM):* en esta se produce la introducción de los niños y niñas en las destrezas lógico-matemáticas y en el pensamiento científico, y esto se hace a través de la manipulación y el juego. En lo que se refiere al proceso de enseñanza aprendizaje, se pretende un contexto divertido en el que se produzca una estimulación, y en el que se estimule la curiosidad del alumnado para entender todo lo que forma su realidad, teniendo en cuenta y respetando que cada niño y niña tiene unos ritmos de aprendizaje diferentes. En esta competencia, se pretende que el alumnado lleve a cabo procesos de observación, clasificación,

construcción, etc., y, además, se necesita atención en las habilidades numéricas, la manipulación de los diferentes objetos y en la comprobación de los fenómenos. Las cuñas motrices, favorecen la puesta en práctica de dicha competencia puesto que se llevan a cabo cuñas activas que requieren la práctica de la lógico-matemáticas, además, también, realizan actividades que requieren la manipulación de diferentes objetos, y que necesitan de la observación, clasificación, etc., por último, otra de las cosas que se trabaja a través de las cuñas, es el respeto de los turnos de aprendizaje, ya que es muy importante dejar a los niños y niñas el tiempo que necesiten.

- *Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):* en esta competencia se pretende que el alumnado comience a reconocer, expresar y a gestionar sus sentimientos y emociones, además de comenzar también a reconocer los sentimientos de los y las demás. Comienzan a mostrar empatía hacia el resto de las personas. Los niños y niñas aprenden en sociedad, es decir, de manera conjunta, para ello los estos y estas ponen en práctica estrategias que les permiten desenvolverse en el entorno social con autonomía y aprenden a solucionar los conflictos mediante el diálogo.

Esta se trabaja a través de cuñas motrices en las que se requiere que el alumnado aprenda a gestionar sus sentimientos, en vista de que pueden surgir situaciones en las que muestren alguna dificultad, y deben tratar de no enfadarse, además, se trabaja también la empatía puesto que en las actividades pueden surgir situaciones en las que deben posicionarse en la piel del resto de compañeros y compañeras.

- *Competencia ciudadana (CC):* tiene como objetivo una ciudadanía democrática, con esta se pretende un favorecimiento en el aprendizaje de actitudes basadas en el respeto, no solo hacia uno mismo, sino también hacia los y las demás y hacia el medio. En esta competencia también se trabajan otros valores como por ejemplo la igualdad, la convivencia y la resolución de conflictos. En esta se pretende que los niños y niñas adquieran habilidades y actitudes de respeto que permitan que actúe de forma correcta en la sociedad.

Dicha competencia se trabaja a través de las cuñas activas, porque como se ha mencionado antes, aprenden de forma cooperativa, y deben trabajar juntos y juntas en muchas ocasiones, por lo que deben tener actitudes de respeto hacia el

resto de los compañeros y compañeras y además con la puesta en práctica de estas se trabajan diferentes valores.

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

4.1. Contexto

La propuesta de intervención que se va a presentar a continuación se lleva a cabo en el Colegio Juan XXIII, dicho centro está situado en la ciudad de Huesca. La propuesta de intervención se lleva cabo en este centro debido a que he realizado allí los dos períodos de prácticas, que son los correspondientes a las prácticas III y las prácticas de atención a la diversidad. Debido a esto ya conocía la estructura del centro y las posibilidades que este me proporcionaba. El centro está situado en un lugar céntrico, ya que próximos a este encontramos el parque Padre Querbes, tiendas de comestibles, farmacias, viviendas, la escuela de arte...

Las actividades se ponen en práctica en el aula de primero de Educación Infantil. La edad correspondiente del alumnado es entre los 3 y los 4 años. En el aula en el que se llevan a cabo las cuñas motrices, se cuenta con el espacio suficiente para el desarrollo de estas, puesto que las mesas y sillas no están colocadas de manera que cada uno de los alumnos y alumnas del aula cuenta con un sitio propio, sino más bien, la organización del aula está pensada de forma que proporciona el espacio suficiente para que los alumnos y alumnas puedan jugar libremente y llevar a cabo diversas actividades que requieren de la utilización de bastante espacio. Además, en el aula se cuenta con la mayoría de los recursos necesarios para poder llevar a cabo las actividades sin ningún inconveniente, como aros, ordenador, pantalla digital, pelotas, etc.

4.2. Objetivos didácticos

Estos objetivos didácticos son lo que se pretenden trabajar mediante la puesta en práctica de la propuesta de intervención, dichos objetivos son:

- Mejorar las habilidades motoras mediante juegos que requieren la imitación, la coordinación oculo-manual y del propio cuerpo, el reconocimiento de su cuerpo y el de los demás, el movimiento libre y el equilibrio.

- Desarrollar las habilidades cognitivas, a través de juegos lógico-matemáticos, de lecto-escritura, de pensamiento, de reconocimiento, de lógica y de atención.
- Desarrollar el lenguaje, las habilidades comunicativas y de respeto e igualdad hacia los demás a través de actividades que requieren la comunicación entre el alumnado y el uso de la oralidad y la expresión.
- Desarrollar los sentidos a través de actividades que requieren el reconocimiento mediante el tacto, la visión y la escucha de diferentes elementos.
- Trabajar el fortalecimiento de la atención y la concentración por medio de actividades de relajación, de movimiento, de audición, visión y del tacto.

4.3. Metodología

Las metodologías que se utilizan para llevar a cabo las cuñas motrices son diversas, se usan metodologías activas con la finalidad de que los alumnos y alumnas participen en las diferentes actividades, se sientan motivados en todo momento y que, además, sean los protagonistas de su aprendizaje. Se hace uso de la metodología de aprendizaje cooperativo. La cooperación tiene la finalidad de trabajar de manera conjunta para alcanzar una finalidad común. El aprendizaje cooperativo se trata del uso didáctico de pequeños grupos en el que el alumnado trabaja de forma conjunta para conseguir aumentar tanto el aprendizaje del resto como su propio aprendizaje (Johnson, Johnson y Holubec, 1999).

Otra de las metodologías que se usan es el aprendizaje colaborativo. Como señalan Johnson y Johnson (1999), el aprendizaje colaborativo se trata de un trabajo llevado a cabo por grupos que son pequeños y heterogéneos en los que se desarrolla el compañerismo, motivando así a que el desarrollo cognitivo sea de forma compartida y efectiva (citado en Pascual y García, 2022).

Por último, se hace uso de un aprendizaje por juegos. Palmero y Rodríguez (2022), afirman que esta metodología tiene como objetivo hacer uso de los juegos para obtener diferentes aprendizajes. Mediante los juegos, el alumnado trabaja un concepto específico o adquiere un aprendizaje.

4.4. Recursos

Los recursos empleados para llevar a cabo las actividades son los recursos humanos y materiales. Los recursos materiales son diversos puesto que se llevan a

cabo varias actividades, y en la mayoría de estas se hace uso de diferentes recursos. Por otro lado, los recursos humanos son menos. A continuación, se nombran los recursos humanos que se utilizan:

- El tutor del aula.
- Auxiliar de educación infantil.
- Yo, como alumna de prácticas.

Los recursos materiales de las diferentes cuñas se exponen en las mismas fichas de las actividades.

4.5. Temporalización

Esta propuesta de intervención se puede llevar a cabo en cualquiera de los tres trimestres, pero en este caso esta se pone en práctica durante el tercer trimestre del curso, coincidiendo con el periodo de prácticas. La puesta en práctica de las cuñas motrices comenzó el día 22 de marzo y la última cuña se llevó a cabo el día 8 de mayo, las actividades se realizaron tres días a la semana, tras la asamblea. La asamblea se realizaba de 9.00h a 9.45h, por lo que la sesión tiene una duración total de 45 minutos, la cuña motriz se ponía en práctica los 5-10 minutos siguientes, de manera que esta finalizaba unos 5 minutos antes de la siguiente sesión. Tabla 1.

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9.00h-10.00h	Asamblea+ Cuña motriz	Asamblea	Asamblea + AL	Asamblea en inglés + Cuña motriz	Asamblea+ Cuña motriz
10.00h-10.45h	Actividades	Valores/ religión	Inglés	Actividades	Inglés
10.45h-11.30h	Almuerzo + inglés	Almuerzo+ actividades	Almuerzo + inglés	Almuerzo+ actividades	Almuerzo + inglés
11.30h-12.15h	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
12.15h-13.15h	Proyecto	Inglés	Proyecto	Música en inglés	Proyecto
13.15h-14.00h	Psicomotricidad en inglés	Proyecto	Actividades	Proyecto	Actividades

4.6. Evaluación

La evaluación se lleva a cabo mediante la observación directa, hay que tener en cuenta que a través de la observación no se puede recoger toda la información, por lo que se hace uso de un instrumento de evaluación. En cada actividad se va a alternar el instrumento utilizado para evaluar al alumnado, los tres instrumentos de evaluación son la lista de control, la escala de estimación y la escala de estimación numérica (siendo el 1 el de menos valor y el 5 el de más valor). La evaluación además es de manera grupal, ya que como se ha mencionado antes la metodología empleada es el aprendizaje cooperativo y colaborativo, también es una evaluación continua, de esta manera se observa si hay mejoras a lo largo de la propuesta. Cada uno de los instrumentos tiene un apartado de observaciones, en el que se anota la información relevante que se observa de un alumno o alumna en concreto.

5. ACTIVIDADES

A continuación, se desarrollan las 15 cuñas motrices planteadas para la propuesta de intervención.

Cuña motora 1: El círculo de las repeticiones

Objetivos:

- Desarrollar las habilidades motoras a través del movimiento mediante un juego de generar sonidos utilizando diferentes partes del cuerpo mejorando la coordinación de movimientos.
- Participar favorablemente en actividades colectivas a través de una actividad de memorización y repetición en la que hay que recordar, repetir y añadir nuevos movimientos.
- Participar con iniciativa en juegos colectivos, y ofreciendo ayuda en situaciones de dificultad.
- Favorecer la focalización de la atención en el cuerpo y a través del movimiento, jugando a crear sonidos con el cuerpo.

Recursos: esta actividad no requiere de materiales.

Temporalización: duración de 10 minutos.

Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, lo primero que se hace es dividir al

alumnado en cuatro grupos formados por cuatro alumnos y alumnas. Tras esto, se indica a cada grupo en qué parte del aula deben sentarse. La actividad consiste en que uno de los alumnos o alumnas de cada grupo tiene que hacer un sonido utilizando el cuerpo, puede hacerlo aplaudiendo, golpeándose el pecho con la palma de la mano, etc., y el compañero o compañera que está sentado a su derecha tiene que estar atento, recordar y repetir lo que ha hecho su compañero o compañera y, además, tiene que añadir un movimiento con sonido. Esta dinámica continua hasta que todos los miembros del grupo han repetido los movimientos y han añadido uno nuevo dos veces. En el caso de que uno de los alumnos o alumnas no recuerde el movimiento, sus compañeros y compañeras pueden ayudarlo recordándoselo.

Evaluación: en este caso, el instrumento de evaluación utilizado es la lista de control.

ÍTEM	SI	NO	OBSERVACIONES
¿Han sido capaces de recordar todos los movimientos?			
¿Han respetado los turnos?			
¿Han ayudado si algún compañero o compañera ha necesitado ayuda?			
¿Han creado un ambiente de concentración y atención?			

Elementos transversales: ayuda a los demás y escucha.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2.

Cuña motora 2: Mándalas

Objetivos:

- Desarrollar la creatividad a través de la decoración de una mándala.
- Usar diferentes colores de madera a través de la decoración de una mándala mostrando un control en la coordinación de movimientos de carácter fino.
- Favorecer la focalización de la atención en la decoración de la mándala.

Recursos:																												
<ul style="list-style-type: none"> - Fotocopias con mándalas. - Colores de madera. 																												
Temporalización: duración de 10 minutos.																												
Desarrollo: la actividad consiste en que el alumnado de manera individual debe decorar una pequeña mándala como a ellos y ellas más les guste.																												
Evaluación: el instrumento de evaluación utilizado es una escala de estimación numérica.																												
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">ÍTEMS</th> <th style="text-align: center;">1</th> <th style="text-align: center;">2</th> <th style="text-align: center;">3</th> <th style="text-align: center;">4</th> <th style="text-align: center;">5</th> <th style="text-align: center;">OBSERVACIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han practicado la atención?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han conseguido crear un ambiente de relajación?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han fomentado la imaginación y la creatividad?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ÍTEMS	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES	¿Han practicado la atención?							¿Han conseguido crear un ambiente de relajación?							¿Han fomentado la imaginación y la creatividad?						
ÍTEMS	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES																						
¿Han practicado la atención?																												
¿Han conseguido crear un ambiente de relajación?																												
¿Han fomentado la imaginación y la creatividad?																												
Elementos transversales: cuidado del material, silencio y respeto hacia los y las demás.																												
Fuente: elaboración propia.																												

Tabla 3.

Cuña motora 3: Espejito, Espejito

Objetivos:
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades motoras a través del movimiento en espejo, fomentando la coordinación en el movimiento y la lateralidad. - Favorecer la focalización de la atención en el cuerpo y a través del movimiento, jugando al espejo.
Recursos:
<ul style="list-style-type: none"> - Ordenador. - Música.
Temporalización: duración de 10 minutos.

Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, el alumnado debe colocarse por parejas, uno en frente del otro/a. Esta actividad se lleva a cabo en dos rondas diferentes, un día es uno de los alumnos/as el imitado y al día siguiente es el otro/a. La actividad consiste en que tienen que imitar los diferentes movimientos que hace su pareja, para ello, se empieza poco a poco, en la primera parte de la actividad, solo pueden mover los músculos de la cara, la cabeza debe permanecer quieta, después, van bajando y ya pueden mover la cabeza, las extremidades superiores y el tronco. Por último, pasan al movimiento de las extremidades inferiores junto con el resto del cuerpo. A medida que introducen partes del cuerpo, los movimientos pueden ser más rápidos, para ir dificultando la actividad. En todo momento el que/la que imita debe imitar los mismos movimientos que su compañero/compañera.

Evaluación: el instrumento de evaluación es una lista de control con tres posibles respuestas.

ÍTEMS	SI	NO	A VECES
¿Han sido conscientes de las partes de su propio cuerpo?			
¿Han aprendido movimientos nuevos?			
¿Se han movido como su compañero/a?			
¿Han estado atentos a los diferentes movimientos?			
OBSERVACIONES:			

Elementos transversales: silencio y pausas.

Fuente: elaboración propia, basada en el libro “*La conquista de la atención. 100 cuñas activas para reforzar la atención, la motivación y tu mensaje*”.

Tabla 4.

Cuña motora 4: Nos convertimos en animales musicales

Objetivos:

- Desarrollar las habilidades motoras a través de la imitación de animales y la relación de estos desplazamientos con un instrumento musical.
- Favorecer el reconocimiento auditivo de diferentes instrumentos a través

<p>de un juego sonoro, en el que se ha de relacionar con animales.</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajar la atención centrándola en un estímulo auditivo.
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Triángulo.- Pandero.- Maracas.- Cascabeles- Claves.
<p>Desarrollo: la actividad consiste en que el alumnado debe escuchar cinco instrumentos diferentes. Dichos instrumentos se hacen sonar de uno en uno, y los sonidos de cada uno de estos tienen que relacionarse con un animal. Los animales deben escogerse de forma grupal, por lo que el alumnado que tiene estar de acuerdo para asignar un animal al instrumento. Cuando ya han relacionado cada uno de los instrumentos con un animal, se pasa al desplazamiento por el aula, cada vez que escuchen un instrumento deben caminar como el animal que han relacionado previamente con ese instrumento.</p>
<p>Duración: duración de 10 minutos.</p>

Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa es una escala de estimación.					
ITEMS	NADA	POCO	A VECES	BASTANTE	MUCHO
¿Han trabajado juntos para la elección del animal?					
¿Han relacionado de forma coherente un animal con el instrumento?					
¿Han identificado correctamente los sonidos?					
¿Han hecho uso de todo su cuerpo para la imitación?					
OBSERVACIONES:					
Elementos transversales: escucha, silencio y pausas.					
Fuente: elaboración propia, basada en una actividad del Centro Educativo.					

Tabla 4.

Cuña motora 5: Encuentra el intruso

Objetivos:
<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer el reconocimiento ocular de diferentes dibujos, a través de un juego visual, en el que se ha de encontrar los dibujos distintos. - Fomentar la colaboración del alumnado a través de la actividad de encontrar el intruso, ayudando a quienes necesiten ayuda. - Trabajar la atención y la concentración enfocándolas en un estímulo visual.
Recursos:
<ul style="list-style-type: none"> - Ficha con imágenes.

<ul style="list-style-type: none"> - Un rotulador 			
Temporalización: duración 5-10 minutos.			
<p>Desarrollo: cuando los niños y niñas se han sentado, se reparten las hojas, hay una hoja para cada uno de los alumnos y alumnas. La actividad consiste en que el alumnado debe buscar el alimento intruso procedente del huerto. En este caso, tienen una tabla de 5x5 en la que todos los dibujos son tomates Cherry excepto tres de ellos, que son una fresa. Cuando encuentren las fresas deben rodearlas. En el caso de que acaben rápido la actividad, pueden ayudar al resto de compañeros y compañeras del aula.</p>			
Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa es una lista de control.			
ÍTEM	SI	NO	OBSERVACIONES
¿Han sido capaces de crear un ambiente de concentración y atención?			
¿Han mostrado dificultades para identificar los dibujos?			
¿Han mostrado dificultades para rodear las fresas?			
¿Han ayudado a los demás compañeros y compañeras?			
Elementos transversales: silencio, respeto y ayuda al resto de compañeros y compañeras.			
Fuente: elaboración propia, basada en el libro “ <i>La conquista de la atención. 100 cuñas activas para reforzar la atención, la motivación y tu mensaje</i> ”.			

Tabla 6.

Cuña motora 6: Carreteras alfabéticas

Objetivos:

- Usar diferentes objetos y herramientas a través de un juego de repaso de letras mostrando un control en la coordinación de movimientos de carácter fino.
- Favorecer el reconocimiento visual de las diferentes letras, a través de un

<p>juego en el que se ha de escoger la letra correspondiente y repasarla.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la atención y la concentración enfocándolas en un estímulo visual. 																												
Recursos:																												
<ul style="list-style-type: none"> - Letras en forma de carretera. - Coche de juguete. - Rotuladores. 																												
Temporalización: duración 10 minutos.																												
Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, los alumnos y alumnas tienen que sentarse en el suelo haciendo un círculo. En el suelo están colocadas diferentes carreteras en forma de letras. La actividad consiste en que el alumnado, debe coger la primera letra de su nombre y repasarla. Esta actividad está formada por tres partes, en la primera parte deben repasar la letra con un dedo, cuando hayan acabado, tienen que volver a hacer lo mismo pero esta vez con la ayuda de un coche pequeño de juguete y, en la última parte, tienen que volver a repasar la letra, pero esta vez no por encima de la carretera, sino justo debajo, en un folio y lo hacen con un rotulador.																												
Evaluación: el instrumento de evaluación que se utiliza es una escala de estimación numérica.																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>ÍTEMS</th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>OBSERVACIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han identificado la letra que corresponde con su inicial?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han mostrado dificultad para seguir el orden correcto de la letra?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han mostrado dificultad para sujetar el rotulador?</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ÍTEMS	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES	¿Han identificado la letra que corresponde con su inicial?							¿Han mostrado dificultad para seguir el orden correcto de la letra?							¿Han mostrado dificultad para sujetar el rotulador?						
ÍTEMS	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES																						
¿Han identificado la letra que corresponde con su inicial?																												
¿Han mostrado dificultad para seguir el orden correcto de la letra?																												
¿Han mostrado dificultad para sujetar el rotulador?																												
Elementos transversales: silencio y cuidado del material.																												
Fuente: elaboración propia.																												

Tabla 7.

Cuña motora 7: ¿Me reconoces?

Objetivos:	<ul style="list-style-type: none"> - Usar el dedo a través de un juego de escribir letras mostrando un control en la coordinación de movimientos de carácter fino. - Trabajar el reconocimiento de las diferentes letras, a través de un juego en el que se han de escribir diferentes letras correspondientes al nombre propio. - Mejorar la atención y la concentración en el cuerpo mediante los movimientos de la mano, jugando a reconocer letras. 																						
Recursos: esta actividad no requiere ningún recurso.																							
Temporalización: duración total de 10 minutos (5 minutos para cada alumno/a).																							
Desarrollo: antes de la puesta en marcha de la actividad, el tutor pide al alumnado que cierre los ojos y los coloca por parejas, dándose la espalda. El tutor toca a un de los alumnos/as y este es quien se girará y tiene los ojos abiertos. La actividad consiste en que el alumno/a que tiene los ojos abiertos, debe escribir en la espalda de su compañero/a compañera la primera letra de su nombre, si la acierta pasa a escribir la siguiente. Cada uno de los alumnos y alumnas dispone de 4 minutos para conseguir que su compañero/a adivine quien es o al menos el máximo de letras posibles. Cuando haya acabado el tiempo deben decir quien cree que es. Tras esto, se vuelve a comenzar, se hacen cambios en las parejas y se repite la misma actividad, pero esta vez los que han adivinado pasan a escribir.																							
Evaluación: el instrumento de evaluación de esta actividad es una lista de control con tres posibles respuestas.																							
<table border="1"> <thead> <tr> <th>ÍTEMS</th> <th>SI</th> <th>NO</th> <th>A VECES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han aprovechado al máximo el espacio de la espalda?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Se han concentrado para seguir los desplazamientos del dedo correctamente?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han identificado sin problema a las diferentes letras?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han identificado al compañero/a?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ÍTEMS	SI	NO	A VECES	¿Han aprovechado al máximo el espacio de la espalda?				¿Se han concentrado para seguir los desplazamientos del dedo correctamente?				¿Han identificado sin problema a las diferentes letras?				¿Han identificado al compañero/a?						
ÍTEMS	SI	NO	A VECES																				
¿Han aprovechado al máximo el espacio de la espalda?																							
¿Se han concentrado para seguir los desplazamientos del dedo correctamente?																							
¿Han identificado sin problema a las diferentes letras?																							
¿Han identificado al compañero/a?																							

OBSERVACIONES:
Elementos transversales: silencio y respeto.
Fuente: elaboración propia, basadas en un Trabajo Fin de Grado.

Tabla 8.

Cuña motora 8: ¿Qué es?

Objetivos:
<ul style="list-style-type: none">- Desarrollar las habilidades del tacto a través de un juego en el que se deben reconocer las características del elemento.- Trabajar las habilidades lingüísticas a mediante un juego en el que tienen que ponerse de acuerdo para decir que elemento es.- Mostrar una actitud respetuosa, a través de una actividad de acuerdo mutuo para la elección de un objeto/elemento.- Trabajar la atención y la concentración mediante el tacto del elemento.
Recursos:
<ul style="list-style-type: none">- Varios objetos o elementos.
Temporalización: duración de 5-10 minutos.
Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, se hacen cuatro grupos de cuatro alumnos/as cada uno. Cada equipo está sentado en fila, uno/a al lado de otro/a y deben tener los ojos cerrados. La actividad consiste en que el tutor reparte al primer alumno/a de cada una de las filas un objeto o elemento diferente, pero todos estos están relacionados entre sí. Cuando el tutor diga, el alumno/a tiene 15 segundos para tocar ese objeto o elemento, cuando pase el tiempo tiene que dárselo a su compañero/a de al lado y este o esta debe repetir la acción, esto continua hasta llegar al último/a alumno o alumna del grupo. Después de que todos y todas hayan tocado el objeto o elemento, tienen que debatir de que se trataba, y llegar a un acuerdo común para decir qué es al resto de grupos. Cuando los cuatro grupos hayan tocado los objetos o elementos, deben decir, que es lo que tienen en común todos ellos. Por ejemplo: una piña, una castaña, un trozo de hoja y un palo son elementos propios del bosque.

Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa es la escala de estimación.					
ITEMS	NADA	POCO	A VECES	BASTANTE	MUCHO
¿Han adivinado el objeto o elemento con tan solo tocarlo?					
¿Han sido capaces de captar con el tacto todas las características del objeto?					
¿Se han puesto de acuerdo para decir el objeto o elemento?					
¿Han sabido de que eran propios esos objetos o elementos?					
OBSERVACIONES:					
Elementos transversales: escucha, silencio, respeto de otras ideas y cuidado del material.					
Fuente: elaboración propia.					

Tabla 9.

Cuña motora 9: ¿Cuánta memoria tienes?

Objetivos:
<ul style="list-style-type: none"> - Participar favorablemente en actividades colectivas con actitudes de respeto hacia los demás, a través de una actividad de memorización en la

<p>que hay que recordar lo máximo posible.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mostrar una actitud positiva hacia las comunicaciones del resto, a través de la escucha. - Trabajar la atención y la concentración enfocándose en un estímulo visual. 																							
<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pantalla digital. - Diferentes plantillas con imágenes. 																							
<p>Temporalización: duración de 10 minutos.</p>																							
<p>Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, el alumnado debe sentarse en la zona de la asamblea mirando hacia la pantalla digital. La actividad consiste en que el alumnado debe observar una imagen con diferentes dibujos, en dicha imagen aparecen 20 elementos diferentes como animales, formas geométricas, letras, etc., y deben memorizar entre todos y todas al menos 10. Para ello, tienen un minuto y medio para recordar el máximo de elementos posibles. Tras esto, el alumnado debe levantar la mano para decir uno de los elementos, no puede decir más de uno. A medida que el alumnado vaya nombrando los diferentes elementos que recuerden, el tutor los anota. Cuando ya no recuerden más, se pasará a revisar la imagen para ver qué elementos han dicho y cuales no se han mencionado.</p>																							
<p>Evaluación: el instrumento que se utiliza para llevar a cabo esta evaluación es una escala de estimación numérica.</p>																							
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">ÍTEM</th><th style="text-align: center;">SI</th><th style="text-align: center;">NO</th><th style="text-align: center;">OBSERVACIONES</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han creado un ambiente de atención y concentración?</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>¿Han observado la pantalla con atención?</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>¿Han memorizado más elementos de los necesarios?</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>¿Han participado todos y todas?</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>				ÍTEM	SI	NO	OBSERVACIONES	¿Han creado un ambiente de atención y concentración?				¿Han observado la pantalla con atención?				¿Han memorizado más elementos de los necesarios?				¿Han participado todos y todas?			
ÍTEM	SI	NO	OBSERVACIONES																				
¿Han creado un ambiente de atención y concentración?																							
¿Han observado la pantalla con atención?																							
¿Han memorizado más elementos de los necesarios?																							
¿Han participado todos y todas?																							
<p>Elementos transversales: respeto, escucha y silencio.</p>																							
<p>Fuente: elaboración propia, basada en el libro “<i>La conquista de la atención. 100</i></p>																							

cuñas activas para reforzar la atención, la motivación y tu mensaje”.

Tabla 10.

Cuña motora 10: Encuentra la pareja

Objetivos:

- Favorecer el reconocimiento visual de diferentes formas geométricas mediante un juego de reconocimiento, en el que se ha de buscar la pareja.
- Participar con iniciativa en actividades colectivas que requieren actitudes de respeto hacia los demás mediante un juego reconocimiento y de relación de diferentes formas geométricas.
- Establecer relaciones a través del reconocimiento visual de las diversas cualidades y atributos, para el reconocimiento de la forma geométrica.
- Trabajar la concentración y la atención centrándolas en un estímulo visual.

Recursos:

- 16 imágenes con diferentes formas geométricas de diferentes colores.

Temporalización: duración de 10 minutos.

Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, el tutor hace cuatro grupos de cuatro alumnos y alumnas. La cuña consiste en que el alumnado debe buscar las parejas. Lo primero que tienen que hacer los miembros de cada grupo, es escoger una ficha, tras esto, en la ficha se puede observar que aparece la mitad de una forma geométrica y el color de esta. Cuando se han identificado la forma y el color, debe ir en busca de la otra mitad. Cuando hayan encontrado ambas partes correctamente, deben ir a formar otra ficha con otra forma y color diferente. Cada grupo debe tener un total 4 figuras diferentes (circulo, cuadrado, triángulo, rectángulo).

Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa en esta actividad es una escala de estimación numérica.

ÍTEMS	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES
¿Han trabajado en equipo?						
¿Han estado atentos a las diferentes características de las formas geométricas?						
¿Se han concentrado para poder llevar a cabo la actividad?						
¿Han sabido reconocer las diferentes formas geométricas?						
¿Han mostrado dificultades para diferenciar el cuadrado del círculo?						
Elementos transversales: escucha, respeto, cuidado del material y respeto de las diferentes opiniones.						
Fuente: elaboración propia.						

Tabla 11.

Cuña motora 11: ¡Todos quietos!

Objetivos:

- Desarrollar las habilidades motoras mediante el movimiento libre, mejorando la coordinación en el movimiento y el equilibrio.
- Ajustar su movimiento al de los demás y al espacio que le rodea, a través de un juego de movimiento libre.
- Mejorar la atención y la concentración en el cuerpo, mediante un juego

de movimientos y figuras.																				
Recursos:																				
- Radio.																				
Temporalización: duración de 10 minutos.																				
Desarrollo: la cuña consiste en que el alumnado debe desplazarse bailando de forma libre e individual por el aula. Mientras el alumnado se desplaza, de fondo suena una canción relajante. Cuando el tutor para la canción, el alumnado debe posicionarse junto a su compañero o compañera más cercano y formar una figura o forma con sus cuerpos. Estos tienen que permanecer haciendo la figura o forma hasta que la música vuelve a sonar, entonces, deben volver a desplazarse por el aula hasta que la música se vuelva a parar y tiene que hacer otra forma y figura diferente con otro compañero o compañera.																				
Evaluación: el instrumento que se usa para la evaluación es una lista de control con tres posibles respuestas.																				
<table border="1"> <thead> <tr> <th>ÍTEM</th> <th>SI</th> <th>NO</th> <th>A VECES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han creado un ambiente de relajación, atención y concentración?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han mostrado seguridad en sí mismos?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han movido diferentes partes de su cuerpo?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han llevado a cabo figuras o formas creativas?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ÍTEM	SI	NO	A VECES	¿Han creado un ambiente de relajación, atención y concentración?				¿Han mostrado seguridad en sí mismos?				¿Han movido diferentes partes de su cuerpo?				¿Han llevado a cabo figuras o formas creativas?			
ÍTEM	SI	NO	A VECES																	
¿Han creado un ambiente de relajación, atención y concentración?																				
¿Han mostrado seguridad en sí mismos?																				
¿Han movido diferentes partes de su cuerpo?																				
¿Han llevado a cabo figuras o formas creativas?																				
OBSERVACIONES:																				
Elementos transversales: escucha, silencio y pausas.																				
Fuente: elaboración propia.																				

Tabla 12.

Cuña motora 12: ¡Qué relajante!

Objetivos:

- Mejorar el conocimiento del propio cuerpo a través de una actividad de relajación fomentando la percepción sensorial.
- Trabajar la atención y la concentración enfocándose en los movimientos

de la pelota y en la escucha de la música relajante.					
Recursos:	<ul style="list-style-type: none"> - Una pelota. - Música relajante. - Radio. 				
Temporalización: duración de 5-10 minutos.					
Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, el alumnado debe ponerse por parejas. Tras esto, cuando todos/todas estén con su pareja, deben sentarse en el suelo y uno de ellos tiene que tumbarse en el suelo hacia abajo, de manera que la mejilla y el pecho estén tocando el suelo. Su compañero o compañera debe situarse al lado de este o esta. La actividad consiste en que el niño o niña que está sentado debe hacerle un masaje al otro, primero utiliza las manos y debe centrarse en la cabeza, cuando el tutor lo indique, este debe ir bajando por el cuello y para ello se va a ayudar de una pelota, primero tiene que pasar la pelota por los hombros haciendo círculos, después por la espalda siguiendo los mismos movimientos, y debe continuar bajando por el culo y, por último, una pierna y luego la otra. Esta actividad tiene la duración de una canción entera. Cuando la canción ha finalizado se hace cambio y el alumno o alumna que está en el suelo, pasa a ser el que hace el masaje relajante.					
Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa para esta actividad es una escala de estimación.					
ITEMS	NADA	POCO	A VECES	BASTANTE	MUCHO
¿Han creado un ambiente de relajación?					
¿Han trabajado correctamente con sus compañeros y compañeras?					
¿Han mostrado dificultades para controlar					

la pelota?					
¿Han conseguido centrar su atención en la música y en los movimientos de la pelota?					
OBSERVACIONES:					
Elementos transversales: escucha, silencio y respeto.					
Fuente: elaboración propia, basada en una actividad del Centro Educativo.					

Tabla 13.

Cuña motora 13: Colores primarios

Objetivos:
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades motoras a través de un juego de movimiento del cuerpo, mejorando la coordinación en el movimiento. - Favorecer el reconocimiento auditivo mediante un juego de nombrar diferentes colores, en el que hay que relacionar el color con el aro. - Trabajar la concentración y la atención enfocándolas en un estímulo auditivo y visual.
Recursos:
<ul style="list-style-type: none"> - Aros (rojo, amarillo y azul). - Cuerdas.
Temporalización: duración de 10 minutos.
Desarrollo: para llevar a cabo la actividad, el alumnado debe estar colocado en fila en la zona de la asamblea. En el suelo hay tres aros de tres colores diferentes, estos colores coinciden con los colores primarios y también están colocados en fila, de forma vertical. Para marcar la diferencia entre las zonas de los diferentes aros, hay tres cuerdas, de esta manera el alumnado ve cual es lugar que corresponde a cada uno. El primer aro es el de color rojo, en el centro está el aro de color amarillo y el último de la fila y más próximo a donde está colocado

el alumnado es el aro azul. La actividad consiste, en que el tutor dice uno de los tres colores y el alumnado tiene que saltar hacia ese color, en un principio se va a hacer despacio pero después, se aumentará la velocidad, dificultando así el juego. En el caso de que uno de los alumnos o alumnas se confunda quedará eliminado y deberá sentarse al lado del tutor.

Evaluación: en este caso, el instrumento de evaluación que se usa es una lista de control.

ÍTEM	Si	NO	OBSERVACIONES
¿Han conseguido un ambiente de concentración y atención?			
¿Han reconocido correctamente los colores?			
¿Han practicado la escucha activa?			
¿Han participado de forma activa y con actitud positiva?			

Elementos transversales: escucha y silencio.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 14.

Cuña motora 14: ¡Palmas!

Objetivos:

- Desarrollar las habilidades motoras a través del movimiento del cuerpo, mejorando la coordinación en el movimiento.
- Favorecer el reconocimiento auditivo de las diferentes palmadas, a través de un juego sonoro, en el que se ha de relacionar el número de palmadas con el movimiento.
- Mejorar la concentración y la atención centrándolas en las palmas.

Recursos: la actividad no requiere de materiales.

Temporalización: duración de 10 minutos.

Desarrollo: para esta la puesta en práctica de esta actividad el alumnado tiene que estar colocado de forma repartida por el aula. La cuña consiste en que el tutor da X palmas, y dependiendo de las palmas el alumnado debe hacer una

cosa u otra. Cuando el tutor da una palmada, el alumnado tiene dar una vuelta sobre sí mismos/as, cuando el tutor da dos palmadas deben saltar hacia los lados (un salto a la derecha y otro a la izquierda) y cuando el tutor da tres palmadas, el alumnado debe tocar el suelo con las manos, ponerse en pie y saltar dando una palmada. Poco a poco el tutor va aumentando la dificultad dejando menos tiempo entre palmada y palmada.

Evaluación: el instrumento de evaluación que se usa es una escala de estimación numérica.

ÍTEM	1	2	3	4	5	OBSERVACIONES
¿Han sabido relacionar los diferentes movimientos con el número de palmadas?						
¿Han mostrado dificultades para llevar a cabo los movimientos?						
¿Han mostrado dificultades para recordar los movimientos?						

Elementos transversales: escuchar, pausas y silencio.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 15.

Cuña motora 15: ¿Quién soy?

Objetivos:

- Participar en juegos colectivos relacionándose con otros/as compañeros y compañeras mediante un juego de reconocimiento a través del tacto.
- Desarrollar las habilidades del tacto mediante un juego en que deben reconocer a uno de sus compañeros/as usando las manos y relacionar las características físicas con la persona.
- Mejorar la concentración y la atención centrándolas en las características físicas de la otra persona.

Recursos: esta actividad no requiere material.																								
Temporalización: duración de 10 minutos (5 minutos para cada alumno/a).																								
Desarrollo: para llevar a cabo la actividad se necesita una fila en la zona de la asamblea con ocho alumnos y alumnas, y a cada uno de estos/as se le pone una venda en los ojos. Tras esto, el resto del alumnado se colocan delante de cada uno de los niños y niñas que tienen los ojos tapados. La actividad consiste en que el alumnado que tiene los ojos vendados a través del uso de las manos debe tocar la cara del compañero o compañera que tiene sentado enfrente y tiene que decir que compañero o compañera cree que es. En el caso de reconocer correctamente el compañero o compañera que es, pueden quitarse la venda de los ojos. Luego se repite la actividad, pero en este caso, el alumnado que tiene los ojos vendados es el alumno/a al que tienen que reconocer. En el caso de que alguno de ellos alumnos o alumnas muestre dificultades, el resto de los compañeros y compañeras que hayan acabado la actividad, pueden ayudar dando alguna pista.																								
Evaluación: el instrumento empleado para llevar a cabo la evaluación es una lista de control con tres posibles respuestas.																								
<table border="1"> <thead> <tr> <th>ÍTEMS</th> <th>SI</th> <th>NO</th> <th>A VECES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Han participado de forma activa en la actividad?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han creado un ambiente de atención y concentración?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han reconocido las diferentes características físicas de su compañero/a?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Han necesitado ayuda?</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>OBSERVACIONES:</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ÍTEMS	SI	NO	A VECES	¿Han participado de forma activa en la actividad?				¿Han creado un ambiente de atención y concentración?				¿Han reconocido las diferentes características físicas de su compañero/a?				¿Han necesitado ayuda?				OBSERVACIONES:			
ÍTEMS	SI	NO	A VECES																					
¿Han participado de forma activa en la actividad?																								
¿Han creado un ambiente de atención y concentración?																								
¿Han reconocido las diferentes características físicas de su compañero/a?																								
¿Han necesitado ayuda?																								
OBSERVACIONES:																								
Elementos transversales: silencio, respeto del resto de compañeros/as y ayudar a los demás																								
Fuente: elaboración propia, basada en una actividad realizada en la Universidad.																								

Tabla 16.

6. CONCLUSIÓN

En este apartado como se ha mencionado anteriormente, se abordan las fortalezas y las debilidades de dicha propuesta de intervención.

Haciendo referencia a las debilidades, mencionar que finalmente la propuesta de intervención basada en un contexto real no se ha podido poner en práctica, y por dicho motivo no se ha podido contrastar los beneficios que la puesta en práctica de esta puede atraer a los alumnos y las alumnas.

A continuación, se exponen las fortalezas. La puesta en práctica de esta propuesta de intervención puede ser muy eficaz ya que como se ha mencionado anteriormente, estas no están presentes de forma habitual en los centros educativos y a través de la aplicación de las cuñas motrices se puede conseguir un desarrollo integral del alumnado, por ello es importante la introducción de estas en los diferentes centros. Otra de las fortalezas, es que requieren de pocos recursos materiales o estos pueden ser los propios del aula, por lo que no es necesaria una gran inversión, además, pueden llevarse a cabo en la aula. Otra de las fortalezas que proporcionan las cuñas motrices es la importancia que tienen el movimiento y la relajación, ya que estos son clave para que se produzca el aprendizaje. Los niños y niñas necesitan moverse de forma constante, y las cuñas motrices son actividades físicas, a través de las cuales no solo se trabaja la motricidad, sino que mediante el movimiento se trabajan contenidos que pertenecen a otros ámbitos como es el caso de la estimulación cognitiva, el desarrollo lingüístico, la atención, etc., y como se ha mencionado otro de los aspectos importantes de las cuñas motrices es la relajación debido a que si el alumnado está relajado, el aprendizaje que se ha trabajado previamente y el que se va a trabajar posteriormente se adquiere de forma correcta, favoreciendo con esta además la atención y la concentración.

Como se ha mencionado, la propuesta de intervención no ha podido aplicarse al aula, por lo que no se incluyen datos objetivos que demuestren lo mencionado. Haciendo referencia a autores como Cuesta (2018), que señala que tras la puesta en práctica de las diversas cuñas motrices ha observado que estas proporcionan un ambiente más tranquilo, esto se observa cuando se llevan a cabo actividades en las que se requiere que los alumnos y alumnas permanezcan sentados, como por ejemplo es en el caso de la realización de fichas, además, también se puede observar como el alumnado es capaz de prestar más atención para la realización de estas y están más calmados. Otra de las cosas

que señala es que los alumnos y alumnas adquieren los conocimientos mejor, puesto que los vivenciaban.

Faya (2015), hace referencia a que la puesta en práctica de las cuñas motrices en el aula ha permitido que se recobrara el silencio y la tranquilidad que se hacen necesarios para la puesta en práctica de actividades que requieren de estos.

La puesta en práctica de las cuñas motrices mejoran la disposición por parte del alumnado, a nivel corporal también se pueden observar mejoras y, además, estas, han producido un mejor ambiente en el aula (Sánchez, 2014).

Lo mencionado, son algunas de las mejoras que se han observado tras la puesta en práctica de las cuñas motrices, por todo esto es relevante señalar la importancia de que los centros educativos lleven a cabo este tipo de propuestas de intervención en sus aulas.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Albornoz Zamora, E. J. y Guzmán, M. C. (2016). Desarrollo cognitivo mediante estimulación en niños de 3 años. Centro desarrollo infantil Nuevos Horizontes. Quito, Ecuador. *Universidad y Sociedad*, 8(4), 186-192.

Arconada Martínez, C. (2012). *La adquisición del lenguaje en la etapa de 0 a 3 años*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/1813/TFG-L49.pdf?sequence=1>

Cava Guirao, C. A., Gomariz Vicente, M. A. y Cascales Martínez, A. (2021). La relajación y las funciones ejecutivas en un programa de intervención. *Revista de Educación Inclusiva*, 14(2), 9-26.

Cebrián, B., Martín, M. I. y Miguel Arroyo, A. (Coord.). (2013). *Cómo trabajar la motricidad en el aula*. Miño y Dávila.

Chóliz Montañés, M. (2000). *Técnicas para el control de la activación: Relajación y respiración*. Valencia: Universidad de Valencia, Facultad de Psicología.

Cuesta Antona, J. J. (2017-2018). *La importancia de las cuñas motrices en el aula de 3 años*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/30487/TFG-B%201112.pdf?sequence=1>

David Lara, P. y García Vidales, A. (2011). *Desarrollo cognitivo y motor*. Editorialcep.

De la Faya García, L. (2015). *Programa de motricidad para trabajar de manera globalizada los centros de interés*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/13039>

Durán Chiappe, S. M. (2003). La importancia de la observación y el juego en educación infantil. *Lúdica Pedagógica*, 1(8), 74-78.

Escalera Gámiz, A. M. (2009). La relajación en educación infantil. *Innovación y experiencias educativas*, 16, 1-9.

García Gómez, A. M. (2009). La importancia del juego y su desarrollo en educación infantil. *Revista Atlante. Cuadernos de educación y desarrollo*, 1(10).

Gil Madrona, P., Contreras Jodan, O.R. y Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista iberoamericana de educación*, 47, 71-96

Gómez Mármol, A. (2013). La relajación en niños: principales métodos de aplicación. *Revista digital de Educación Física*, 24, 35-43.

Johnson, W. D., Johnson, T. R., y Holubec, J. E. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Paidós.

Juárez Minguez, I. (2016-2017). *Las cuñas motrices en educación primaria*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/22375/TFG-G2309.pdf?sequence=6>

Medina Alva, M. D., Caro Kahn, I., Muñoz Huerta, P., Leyva Sánchez, J., Moreno Calixto, J., y Vega Sánchez, S. M. (2015). Neurodesarrollo infantil: características normales y signos de alarma en el niño menor de cinco años. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32(3), 565-573.

Ordóñez Legarda, M.C. y Tinajero Miketta, A. (2014). *Estimulación temprana: inteligencia emocional y cognitiva*. Cultural, S.A.

Palmero Díaz, Z. y Rodríguez Hernández, A. (2021-2022). *El juego como hilo conductor de las situaciones de aprendizaje en la etapa de Educación Infantil*. (Trabajo fin de grado). Universidad de La Laguna. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/29185/El%20juego%20como%20hilo%20conductor%20de%20las%20situaciones%20de%20aprendizaje%20en%20la%20etapa%20de%20Educacion%20Infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Parra Valverde, M. (2017-2018). *La relajación como herramienta didáctica en la etapa de educación infantil. Propuesta de intervención desde el sentido del tacto, el mindfulness y la música*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://www.fundacionanadepaz.org/wp-content/uploads/2019/10/TRABAJO-FIN-DE-GRADO-MARTA-PARRA-VALVERDE.pdf>

Pascual Arias, C. y García Sanz, E. (2022). Aprendizaje colaborativo y autorregulación: resultados de su desarrollo en las aulas internivelares de Educación Infantil y Educación Primaria. *TRIM. Tordesillas, revista de investigación multidisciplinar*, 22-23, 29-45.

Pinos Quílez, M. (2017, 22 y 23 de septiembre). *Educación neuroemocional* (Sesión de congreso). I Congreso internacional. Innovación educación, Zaragoza, España.

Pinos Quílez, M. (2023). *La conquista de la atención. 100 cuñas activas para reforzar la atención, la motivación y tu mensaje*. Editorial creando.

Pons Segalés, E. y Roquet-Jalmar Palau, D. (2017). *El desarrollo cognitivo y motor*. Altamar.

Quintero Fernández, M. P. (2005). El desarrollo del lenguaje. *Revista digital investigación y educación*, 3(20), 1-9.

Rodríguez Fernández, J. E. y Trasancos Blanco, M. (2016). Propuesta didáctica de aplicación del juego popular y tradicional en el aula de educación infantil. *Trances: Revista de transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 8(4), 275-294.

Romero Rosales, V. y Gómez Vidal, M. (2016). *El juego infantil y su metodología*. Altamar.

Sánchez Labrador, C. (2014). *El interés educativo de las cuñas motrices en 3 años. Relato y reflexiones sobre mi experiencia en el prácticum II*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/6666?locale-attribute=de>

Santamaría Balbás, N. (2019). Las cuñas motrices en educación infantil permiten un cuerpo presente en el aula. *Infancia, educación y aprendizaje*, 5(1), 138-159.

8. ANEXOS

Anexo 1. Normativa consultada.

ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. BOA 17/06/2022.