

LA PRESÈNCIA DEL COS A L'ESCOLA INFANTIL. LA IMPORTÀNCIA DEL MOVIMENT DURANT L'HORARI ESCOLAR A L'AULA DE P4 B DE L'ESCOLA PIA DE CALELLA

Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna.

Grau en Educació Infantil. Treball de Fi de Grau.

Marina Illa Ibáñez / Tutora: Dra. Dolors Ribalta Alcalde

Resum

Actualment al nostre voltant tot succeeix molt de pressa, la societat es mou d'una forma vertiginosa. D'aquesta manera, dediquem poc temps al propi cos, tant a l'escola com fora d'aquesta, ja que només parem atenció del cos, quan aquest s'espatlla. Tot i que cada vegada hi ha més escoles que opten per metodologies més lliures i no tan guiades, on el cos i el seu treball guanya protagonisme, és un fet que encara hi ha moltes escoles que no donen la importància que es mereix al moviment dels infants. Així doncs, per assegurar als infants i futurs ciutadans de la nostra societat, un cos sa, cal potenciar i fomentar el moviment i l'activitat física des de ben petits i que millor que fer-ho des de l'escola, la primera comunitat a la qual pertanyen.

El següent article presenta la relació entre la teoria existent sobre el moviment i la realitat sobre com es desenvolupa el moviment a una aula d'infantil de l'Escola Pia de Calella. Així doncs, es mostra l'impacte i desenvolupament d'aquest moviment dins la jornada escolar.

Paraules clau: moviment, cos, estats del cos, activitat física, jornada escolar

Abstract

Nowadays, everything happens very quickly around us; our society is full of stress and lack of time. Thus, in general we do not pay much attention to our body, either within or without school because we just listen to our body when it gets sick. Although schools increasingly choose freer and less monitoring methodologies where the body and its functions play a prominent role, there is still a significant number of schools which do not regard movement in children as important. Therefore, if we want to ensure that

children, the future citizens of our society, enjoy healthy bodies, we should strengthen and encourage movement and physical activities from the very early stages of life, and the best way of doing it is from school, the first community children belong to.

The following work presents the relationship between the existing theories about movement and how movement is actually encouraged and developed in a Pre-school classroom from L'Escola Pia in Calella. Thus, this research shows the impact and development of movement throughout the school day.

Key words: movement, body, body condition, physical activity, school day

I. Introducció

La recerca que es presenta a continuació tracta de la importància que es dóna al treball del moviment dins les aules d'infantil, més concretament, a l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella. L'elecció d'aquest tema va partir de l'interès pel moviment, per una banda, a partir de la primera estada de pràctiques a les escoles de Pistoia, on el treball pròpiament del moviment era gairebé inexistent. Per altra banda, perquè l'autora està desenvolupant una menció amb especialitat d'educació física i mostra una gran preocupació per la manera com es treballa/tracta el moviment a les aules d'infantil, atès que molts estudis indiquen que cada vegada hi ha més sedentarisme i obesitat en la vida quotidiana dels més petits, i una manera de fomentar l'activitat física i el moviment és a partir de l'escola. Llavors, es va plantejar la hipòtesi si a les escoles catalanes es treballa suficient el moviment dels nens i nenes. El fet que Marcelino Vaca hagués realitzat recerques sobre aquest àmbit, va fer que la hipòtesi de la investigació cada cop tingués més pes. Aquest tipus d'estudi s'ha realitzat anteriorment en diverses escoles de l'Estat Espanyol, però mai a Catalunya. És per això que el fet que l'autora hagi realitzat el segon període de pràctiques a l'Escola Pia de Calella, va ser el detonant per observar la quantitat i qualitat d'aquest moviment al llarg de la jornada escolar. D'aquesta manera, s'ha dut a terme una observació exhaustiva de la quantitat i qualitat del moviment dels infants de P4 B de l'Escola Pia de Calella, és a dir, en quins estats del cos definits per Vaca (2005) es troba el cos dels infants durant la jornada escolar. Així doncs, a continuació es trobarà els següents apartats: el marc teòric, els objectius plantejats, el mètode utilitzat en la recerca, els resultats, l'anàlisi i la discussió d'aquests i les conclusions de l'estudi i les referències bibliogràfiques.

II. Marc Teòric

Parlant del moviment dels infants en la jornada escolar, un dels conceptes més importants és el concepte del **cos**. És per això que cal considerar el cos com una unitat corporal-dramàtica, perquè tot treball corporal comporta una escena (Mateoso, 1992, citat per Blanco, 2009, p. 8). El cos és el nostre gran company de vida, és l'únic que ens acompanyarà fins al final, i el nostre vehicle més apreciat. Tot i així, només li fem cas quan avisa que quelcom no funciona. Per tant, sovint el cos és oblidat. El fet que sigui quelcom oblidat pels humans, fa que a l'escola també ho sigui. A l'escola el reparem quan es fa mal, l'asseiem perquè respecti l'ordre i el mirem. A més a més, l'emmarquem durant algunes estones d'educació física per tal que es desfogui una mica i a la vegada adquireixi noves habilitats. Però els nens quan veuen que algun nen/a està estirat a terra, diuen que està mort, ja que per ells el fet que hi hagi moviment és significat de vida, per tant un cos en moviment és un cos sa (La Moneda, 2014). És per això que és tan important que es treballi l'educació física a través del cos i el moviment en l'etapa d'educació infantil, atès que contribuirà en el desenvolupament integral de l'infant i serà una educació que educarà a través del cos, pel cos i per al cos, tot partint dels aspectes perceptius, cognitius, emocionals i socials (Carmona, 2009).

Després de cercar molt, la definició de **moviment** que més s'adequa a la meva recerca és la de Wallon (1987), citat per Blanco (2009, p. 7), el qual afirma:

Que el movimiento, es una emoción exteriorizada porque esta existe de forma inseparable de la motricidad. Determina dos componentes básicos en el movimiento: relación en cuanto al contacto con el mundo exterior, y tonicidad en cuanto a la expresión y relación con el otro, a nivel de relaciones afectivas y cognitivas.

El fet que m'hagi costat trobar definicions de moviment com a tal, m'ha fet decidir ampliar la cerca i fer-me adonar que el concepte d'activitat física és un dels més destacats pel que fa a nivell de recerca educativa, salut i esport, és per això que tot i que sóc conscient que el moviment i l'activitat física són conceptes diferents, penso que els dos tenen gran importància en l'etapa d'educació infantil i més concretament en l'àmbit d'educació física. Com bé defineix l'Organització Mundial de la Salut (2016) **l'activitat física** és qualsevol moviment corporal produït pels músculs esquelètics, amb el consegüent consum d'energia; com per exemple tasques com treballar, jugar, viatjar, les feines domèstiques i les activitats recreatives. D'aquesta manera, l'activitat

física es refereix a l'energia utilitzada per moure's. Es tracta, per tant, d'una despesa d'energia addicional, la qual necessita l'organisme per mantenir les funcions vitals, com ara la respiració, la digestió, la circulació de la sang, etc. La contribució fonamental a l'activitat física diària és deguda a activitats quotidianes (Márquez, Rodríguez i De Abajo, 2006). Així doncs, el **moviment i l'activitat física** afavoreixen als infants en molts sentits, començant pel gran nombre de beneficis **físics** com per exemple millora l'estat muscular i cardiorespiratori, millora la salut òssia i funcional, disminueix el risc de caigudes i fractures vertebrals o de maluc i és fonamental per a l'equilibri energètic i el control de pes, entre altres aspectes. És per això que és molt important la prevenció i, encara més, la conscienciació que en fem als infants, ja que en un futur no massa llunyà ho notarem (Generalitat de Catalunya, 2016). A la vegada, el moviment i l'activitat física tenen beneficis **psicològics** com generar un estat de benestar psicològic que faciliti el manteniment de nous hàbits i millora la capacitat d'atenció i el rendiment acadèmic. I fins i tot, beneficis **psicosocials** com la millora del benestar psicològic, la confiança en un mateix i l'autoestima; així, l'ansietat i la depressió minven i a la vegada s'afavoreix la sociabilitat i l'autonomia. Cal ressaltar també el benefici **global i indirecte**, ja que un nen actiu té moltes més possibilitats de ser un adult actiu, atès que els hàbits físics adquirits durant la infància i adolescència tendeixen a mantenir-se en les etapes posteriors (Diputació de Barcelona, 2015). Per tant, en el marc escolar treballar i incloure el moviment i l'activitat física a l'aula afavoreix al desenvolupament integral de l'infant. Així doncs, com bé diu Wallon (1987), citat per Blanco (2009), "desarrollar la motricidad en el niño propicia el desarrollo, intelectual, físico y emocional" (p. 7).

Paral·lelament, considero que **no es té prou en compte el moviment**, l'activitat física i tots els beneficis que aquests aporten als infants en l'etapa d'educació infantil. Que el moviment no tingui la importància que es mereix és un fet que es troba latent a la nostra societat, on experts de la salut, de l'esport i l'Organització Mundial de la Salut es mostren preocupats per aquesta qüestió. La insuficient activitat física és un dels deu factors de risc de mortalitat més importants a escala mundial i és quelcom que va en augment en molts països, la qual cosa fa que s'agreugi la quantitat de malalties no transmissibles i afecta l'estat general de la salut de la població mundial (OMS, 2016). D'aquesta manera, "las personas que no hacen suficiente ejercicio físico presentan un riesgo de mortalidad entre un 20% y un 30% superior al de aquellas que son lo suficientemente activas" (OMS, 2016).

Pel que fa a les orientacions del **currículum** sobre el treball del cos i el moviment, s'exposa que el cos dels infants és el motor de la seva acció i a la vegada acumula tota la seva experiència. L'acció motriu i la percepció sensorial es coordinen per aportar coneixement sobre el propi cos, el dels altres i de l'entorn en general. És per això que es recomana que les propostes d'activitats facilitin les observacions de diferents sensacions corporals, és a dir, provinents d'un mateix o de l'exterior. Pel que fa a les situacions de la vida quotidiana, són situacions molt riques per percebre varietat de sensacions corporals, així com per identificar-ne les diferents parts i les seves funcions. És per això que, per tal que els infants avancin en la descoberta del cos, cal proposar activitats on puguin explorar amb les seves possibilitats motrius. Amb el moviment, els nens i nenes, posen en relació els espais i els objectes, mesures, desnivells, construccions, formant el coneixement de les primeres nocions espacials i temporals. Cal tenir present que els infants gaudeixen de les situacions que els impliquen exercitar les seves habilitats, espais per córrer, per enfilarse, per arrossegar-se; espais i materials per construir-se amagatalls..., per això s'ha d'aprofitar aquesta motivació per fer un treball més acurat, oferint materials transformables i polivalents com caixes de cartró, robes, etc., que permetin desenvolupar la creativitat i la imaginació dels infants enriquint el seu procés simbòlic (Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació).

Quant a **autors** que defensen el **moviment** a l'aula, Vaca (2005) exposa que:

La educación, por tanto, no se corresponde con el azar, sino con el pensamiento estratégico de un docente que lucha contra la fatalidad, inventando medios para que cada niño y cada niña se interesen y luchen por aprender, por crecer, por construirse como personas. La cultura motriz proporciona extraordinarios ejemplos en los que podemos observar a los pequeños intentando hacer lo que ven hacer a los mayores. (p. 214)

Perquè el moviment es trobi latent a l'aula cal que els **mestres** estiguin **formats** en l'àmbit i motivats per portar-lo a terme, Vaca (2005) exposa que:

Nuestro deseo de incorporar esta perspectiva (el ámbito corporal) en el pensamiento del profesorado se debe a que puede generar una concepción diferente del alumnado, y, en consecuencia, una acción educativa distinta. Somos maestros, nuestro objetivo es orientar el proceso educativo de los estudiantes, y uno de los ámbitos que nos puede ayudar a conseguirlo es la

capacidad de movimiento que tienen, de manipulación, de expresión y de comunicación, de reproducir y de transformar la cultura motriz. (p. 220)

Respecte als factors que influeixen en aquesta manca de moviment i inactivitat trobem les **tecnologies**, atès que els nens espanyols són dels que més temps dediquen a veure la televisió a Europa, ja que entre els quatre i dotze anys consumeixen una mitja de dues hores i mitja diària; aquesta és una quantitat que gairebé duplica el temps que dediquen els menors alemanys (Sáez, 2016).

De manera paral·lela trobem el **sedentarisme** i l'**obesitat**, els quals són termes que van molt lligats.

Segons l'Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) el 22,2% de la població de 3 a 14 anys de casa nostra té un estil de vida sedentari, i dedica de mitjana un mínim de 2 hores cada dia a mirar la televisió o a jugar amb videojocs, entrar a l'ordinador o consultar l'internet. Això fa que el 30,4% de la població de 6 a 12 anys tingui excés de pes (el 28,6% de les nenes i el 32,2% dels nens). El 18,7% tenen sobrepès, mentre que l'11,7% tenen obesitat. (Generalitat de Catalunya, 2016, p. 4)

Així mateix, el sedentarisme és el segon factor de risc de mort als països occidentals, a Catalunya cada any hi ha més de tres mil morts. Segons l'OMS, la despesa sanitària anual d'una persona sedentària és 150-300 euros superior a la d'una persona activa (Guix, 2016). Com veiem a continuació, el sedentarisme i l'obesitat, no només afecten les persones adultes, sinó que també als **infants**, ja que no només el sedentarisme té un efecte nociu en la salut dels adults, sinó també en la dels nens, com va mostrar un estudi publicat a *Experimental Physiology* (2016), el qual conclouia que estar assegut més de tres hores seguides és perjudicial per als vasos sanguinis dels petits i això es relaciona amb un risc incrementat que aquests infants, d'adults desenvolupessin obesitat, malalties cardiovasculars o patissin una mort prematura. El fet de portar una vida **sedentària** no només és perjudicial per al cos, sinó que també ho és per la **ment i la salut**. Hi ha estudis que assenyalen que més televisió i sedentarisme es relacionen a una velocitat de processament de la informació més lenta i pitjor memòria i concentració. Continuant en la mateixa línia, fins i tot hi ha estudis que conclouen exposant que passar-nos el dia asseguts causa efectes tan negatius com fumar. Per tant, és observable que el **moviment i l'activitat física** són necessaris i **beneficiosos** en molts àmbits i per a totes les edats. Així doncs, s'ha pogut veure que els nens/es

que són físicament més actius, tenen més facilitat per concentrar-se i aprendre. I estudis que han analitzat la relació entre esport i rendiment escolar, han constatat que els infants que practiquen més exercici i estudien, són també els que obtenen les millors notes (Sáez, 2016). En última instància, practicar exercici físic regularment millora la salut i la qualitat de vida, a la vegada que millora la salut mental (Guix, 2016).

Per concloure, Macelino Vaca (2002) va classificar i definir sis tipus d'estat del cos dels infants a través d'observacions de sessions d'educació infantil, tant d'un dia a l'aula com d'educació física. Pel que fa al **cos silenciàt**, succeeix quan el cos realitza tasques on passa desapercebut i tota l'atenció està centrada en el desenvolupament d'aquella tasca. Referent al **cos lliure**, es manifesta quan el cos es desenvolupa lliurement sense estar reprimat, com per exemple en les estones de pati; sovint compensa les estones de control del cos i quan el cos està reprimat. Quant al **cos instrumentat**, es desenvolupa quan s'està utilitzant el cos i la seva motricitat per desenvolupar capacitats cognitives, com per exemple mesurar-se, formar conjunts, entre d'altres. Un altre punt és el **cos implicat**, el qual es porta a terme quan l'activitat escolar permet la participació de l'àmbit corporal. Respecte al **cos tractat**, succeeix quan el cos esdevé objecte del tractament educatiu, quan el mestre porta a terme una proposta on es desenvoluparà l'activitat motriu de manera intencionada. Per últim, el **cos exposat**, el qual esdevé quan el cos està en el punt de mira dels altres, és a dir, exposicions orals, càstigs davant la resta d'alumnes, entre d'altres.

III. Objectius i hipòtesi

Entenent l'aula com un espai d'aprenentatge i enriquiment de l'infant, on els nens i nenes es desenvolupen integralment i adquireixen coneixements i aspectes significatius pel seu futur, en la recerca s'han plantejat dos objectius:

- Analitzar els estats del cos dels infants a l'aula de P4 B durant dues setmanes de la jornada escolar a l'Escola Pia de Calella.
- Observar, quantificar i analitzar el temps dedicat al moviment a l'Escola Pia de Calella.

Pel que fa a la hipòtesi, es qüestiona la importància que se li dóna al treball del moviment al llarg de la jornada escolar a l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella, i per

tant, es pregunta si hi ha suficient moviment en l'escolarització d'aquests infants.

IV. Mètode

El disseny d'aquest estudi és de recerca, atès que tracta d'una investigació sobre una realitat d'actualitat educativa, en aquest cas el moviment a l'aula, en el qual s'ha portat a terme una anàlisi i descripció de les qüestions analitzades.

Pel que fa a les dades, l'anàlisi que s'ha portat a terme ha estat qualitativa i quantitativa. Qualitativa perquè aquesta recerca està orientada a l'estudi i comprensió dels significats de les accions humanes i de la vida social i, on s'ha realitzat una interpretació dels fets observats a l'aula. I a la vegada, quantitativa per la naturalesa de les dades que s'han recollit al llarg de la recerca. D'aquesta manera, s'ha pretès comprendre un fet particular i individual, en aquest cas el treball del moviment al llarg de la jornada escolar de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella. Així doncs, s'ha realitzat una anàlisi descriptiva/explicativa en l'àmbit qualitatiu. Seguidament, referent a l'abast temporal de la recerca se centra a realitzar un estudi transversal, atès que s'ha estudiat el desenvolupament dels subjectes i s'ha portat a terme un recull de dades en un moment puntual al llarg del curs. Referent al marc on ha tingut lloc la recerca, s'hi ha realitzat una recerca de camp, atès que es troba en un context d'aula.

Participants

La mostra està formada per 12 nens i 7 nenes de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella (Barcelona), la mestra tutora de l'aula de P4 B i el mestre especialista d'educació física a educació infantil.

Instrument

En primer lloc, s'ha utilitzat una taula d'observació basada en les taules d'observació de Vaca (2002), el qual ha estat realitzat a mesura per la mateixa autora de la recerca i validat per la Dra. Dolors Ribalta Alcalde.

En segon i últim lloc, s'han emprat dues entrevistes dissenyades expressament per la recerca i elaborades per la mateixa autora i ambdós instruments han estat validats per la tutora del TFG.

Procediment

Referent al procés que s'ha dut a terme, en primer lloc es va realitzar una observació exhaustiva de la jornada escolar de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella al llarg de dues setmanes escolars. Un cop realitzada l'observació es van dur a terme les dues entrevistes a la tutora de l'aula i al mestre especialista d'educació física a infantil, les quals es van realitzar per correu electrònic; es pot trobar a l'annex 1. Seguidament, es va dur a terme un buidatge de les taules d'observacions utilitzades, presentat a l'annex 2. A continuació, es va realitzar un buidatge de cada dia observat, on les situacions educatives i el temps estaven agrupats pels diferents estats del cos definits per Vaca (2005); es pot trobar a l'annex 3. El següent pas va ser crear una taula agrupant cada dia de la setmana amb el temps dedicat cada dia a cada estat del cos, presentada a l'annex 4. Finalment, es va crear una taula, mostrada a l'annex 5, on apareixia el total d'hores setmanals dedicades a cada estat del cos i la mitjana aritmètica de temps dedicat al llarg de l'observació.

V. Resultats

Pel que fa als resultats obtinguts en aquest estudi, es troben a l'annex a causa de la seva magnitud. En l'Annex 1, s'hi troben les entrevistes realitzades a la mestra tutora de l'aula de P4 B i al mestre especialista d'educació física a educació infantil, les quals han estat un bon recull per observar la mirada i la perspectiva que tenen aquests professionals vers el treball de moviment dins l'aula. D'aquesta manera, aquests instruments han afavorit a la comparativa entre la seva perspectiva i les observacions realitzades per l'autora.

Seguidament, en l'Annex 2, s'hi troben deu taules d'observació, una per cada dia d'observació (dues setmanes escolars), les quals són el reflex de l'observació i quantificació que va dur a terme l'autora al llarg de la jornada escolar dels infants de P4 B de l'Escola Pia de Calella. On es mostra la situació educativa, el temps dedicat aquesta i l'estat del cos, citats per Vaca (2005), que es manifesta.

En l'Annex 3, apareixen deu taules més on l'autora ha agrupat els resultats de l'Annex 2 i els ha classificat a partir dels estats del cos definits per Vaca (2005), tot i que continua apareixent la situació educativa i el temps dedicat aquesta. En aquest apartat els resultats van encaminats a conèixer el temps global (hores, minuts i segons) al dia dins la jornada escolar, dedicat a cada estat del cos anomenats per Vaca (2005).

Quant a l'Annex 4, s'hi troben dues taules, on l'autora ha tingut la intenció d'agrupar els resultats d'una setmana en una mateixa taula. Tanmateix, s'ha anotat el màxim i el mínim temps dedicat a cada estat del cos i d'aquesta manera s'ha calculat la mitjana

aritmètica de cada estat del cos al llarg de la setmana, atès que d'aquesta manera ajuda a veure més clarament la mitjana d'hores a la setmana dedicada a cada estat del cos. Aquest procés s'ha realitzat amb les dues setmanes per separat.

En relació a l'Annex 5, s'hi troba una taula comparativa entre les dues setmanes observades i les hores dedicades a cada estat del cos i el càlcul de la seva mitjana aritmètica corresponent. Tanmateix, es mostra la mitjana aritmètica del temps dedicat a cada estat del cos. D'aquesta manera, l'autora ha pogut codificar i categoritzar tots els resultats recollits en una mateixa taula. A continuació es presenten exposats a la taula 1, on es desenvolupen les dimensions, categories i indicadors plantejats en un inici, per tal d'encaminar la recerca de la mà dels objectius, ja plantejats i esmentats anteriorment.

| DIMENSIÓ | CATEGORIA | INDICADOR | TOTAL D'HORES A LA PRIMERA SETMANA | TOTAL D'HORES A LA SEGONA SETMANA | MITJANA ARITMÈTICA D'HORES DEDICADES A CADA ESTAT DEL COS DURANT LES DUES SETMANES OBSERVADES |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cos silenciàt | Succeeix quan el cos realitza tasques on passa desapercbut i tota l'atenció està centrada en el desenvolupament d'aquella tasca. | Quan de temps es manifesta el cos silenciàt? | 16 hores i 28 minuts i 55 segons | 16 hores i 52 minuts i 43 segons | 16 hores i 40 minuts |
| Cos lliure | Succeeix quan el cos es desenvolupa lliurement sense estar reprimat, com en les estones de pati. | Quan de temps es manifesta el cos lliure? | 9 hores i 50 minuts | 8 hores i 53 minuts | 9 hores i 20 minuts |
| Cos instrumentat | Es desenvolupa quan s'està utilitzant el cos i la seva motricitat per desenvolupar capacitats cognitives. | Quan de temps es manifesta el cos instrumentat? | - | - | - |
| Cos implicat | Es porta a terme quan l'activitat escolar permet la participació de l'àmbit corporal. | Quan de temps es manifesta el cos implicat? | 1 hora i 12 minuts i 31 segons | 2 hores i 28 minuts i 8 segons | 1 hora i 50 minuts |
| Cos tractat | Succeeix quan el cos esdevé objecte del tractament educatiu, quan el mestre porta a terme una proposta on es desenvoluparà. | Quan de temps es manifesta el cos tractat? | 1 hora i 45 minuts | 53 minuts i 49 segons | 1 hora i 19 minuts |
| Cos exposat | Esdevé quan el cos està en el punt de mira dels altres, és a dir, exposicions orals, càstigs davant la resta d'alumnes... | Quan de temps es manifesta el cos exposat? | - | - | - |

Taula 1. Descripció dels àmbits d'estudi

VI. Anàlisi i discussió

Per tal que el moviment es trobi latent a l'aula cal que els **mestres** estiguin **formats** en l'àmbit i motivats per portar-lo a terme. És necessari que els mestres tinguin present la importància de treballar l'àmbit corporal a l'escola, ja que d'aquesta manera s'aconseguirà generar una concepció diferent dels alumnes i a la vegada es podrà realitzar una acció educativa diferent. Els mestres tenen o haurien de tenir l'objectiu d'orientar el procés educatiu dels alumnes, i un dels aspectes que pot ajudar a aconseguir-ho és la capacitat de moviment dels infants, de manipulació, d'expressió i de comunicació, de reproducció i de transformar la cultura motriu (Vaca, 2005). Els resultats en relació amb la formació sobre el moviment que han rebut la tutora de l'aula de P4 B i el mestre especialista d'educació física a educació infantil indica que els dos han realitzat formació sobre el moviment. Pel que fa a la tutora, esmenta que s'ha format en jocs i danses tradicionals, i ha cursat una formació de música dins l'escola. Aquest aspecte s'ha vist reflectit al llarg de les observacions, en el desenvolupament de les sessions, sobretot en les estones de música i en la trobada del matí on realitzen el bon dia. En el cas del mestre d'educació física ha cursat un post grau d'educació física i ha realitzat cursos formatius referents al moviment, tot i que en les sessions observades costa de veure el potencial d'aquestes formacions, atès que els infants tenen poques oportunitats de moviment.

Tant el moviment com l'activitat física afavoreixen als infants en molts sentits, atès que tenen un munt de **beneficis**. Com bé esmenta el mestre especialista d'educació física alguns dels beneficis rauen en el desenvolupament físic i psíquic. Pel que fa als beneficis físics trobem la millora de l'estat muscular i cardiorespiratori, la millora la salut òssia i funcional, disminució del risc de caigudes i fractures vertebrals o de maluc i és fonamental per a l'equilibri energètic i el control de pes (Generalitat de Catalunya, 2016). Quant als beneficis psicològics, es genera un estat de benestar psicològic que facilita el manteniment de nous hàbits i millora la capacitat d'atenció i el rendiment acadèmic. D'aquesta manera, la tutora afirma que el moviment afavoreix al desenvolupament físic dels nens i nenes i, a la vegada, els ajuda a relacionar-se amb l'entorn i amb els altres infants. Tanmateix considera que és necessari preparar als infants amb cinestèsia o relaxació per tal que es concentrin i puguin realitzar l'activitat tranquil·lament. Com bé ha esmentat la tutora, els beneficis psicosocials també són molts com la millora del benestar psicològic, la confiança en un mateix i l'autoestima, l'ansietat i la depressió minven i a la vegada afavoreix a la sociabilitat i a l'autonomia. Així doncs, es pot dir que el moviment i l'activitat física tenen un benefici global i indirecte atès que un nen/a actiu té moltes més possibilitats de ser un adult actiu, ja

que els hàbits físics adquirits durant la infància i adolescència tendeixen a mantenir-se en les etapes posteriors (Diputació de Barcelona, 2015). Per tant, cal en el marc escolar treballar i incloure el moviment i l'activitat física a l'aula perquè afavoreix al desenvolupament integral de l'infant. Així que, com diu Wallon (1987), citat per Blanco (2009), "desarrollar la motricidad en el niño propicia el desarrollo, intelectual, físico y emocional" (p. 7).

Quan diem que els mestres han de fer de guia dels infants, ens referim al fet que han d'acompanyar i oferir possibilitats a aquests. En definitiva, el mestre dóna oportunitats físiques, afectives, psicològiques, cognitives, socials, entre d'altres. Concretament en aquest cas, parlem de si els infants reben suficients **oportunitats de moviment dins l'aula o al gimnàs**; tant la mestra com el mestre d'educació física contesten que creuen que sí. Pel que fa a la tutora, podem afirmar que al llarg de les observacions realitzades, s'ha pogut apreciar com creu que n'és d'important que els infants es moguin amb llibertat, atès que poques vegades demana que els nens i nenes romanguin asseguts un llarg període de temps. Referent a les oportunitats de moviment que tenen els alumnes en les sessions d'educació física, tot i que el mestre especialista contesta afirmativament, al llarg de les observacions realitzades s'ha pogut apreciar que realment no és així, atès que en la gran majoria de les sessions observades, els infants realitzen activitat física/moviment molt pocs minuts, ja que la resta del temps romanen asseguts als bancs. Encara que els dos professionals afirmen que ofereixen suficients oportunitats de moviment als infants, en la taula d'observació amb els resultats sintetitzats, trobada a l'annex 5, observem que aquests infants dediquen setze hores i quaranta minuts de mitjana a la setmana al cos silenciats, és a dir, quan el cos realitza tasques on passa desapercebut i tota l'atenció està centrada en el desenvolupament d'aquella tasca. Al mateix temps, una dada que compensa una mica, és que aquests mateixos nens i nenes dediquen a la setmana una mitjana de nou hores i vint minuts al cos lliure, és a dir, es manifesta quan el cos es desenvolupa lliurement sense estar reprimat, com per exemple en les estones de pati. Sovint aquest estat del cos compensa les estones de control del cos i quan el cos està reprimat (Vaca, 2002).

Amb relació a si els mestres **fomenten el moviment dins l'aula o al gimnàs** i de quina manera ho fan, la tutora de l'aula afirma que intenta fomentar-lo, tot dient "quan programo les seqüències d'activitats tinc present que han de ser variades (...) quan porto a terme les sessions tinc molt en compte que l'estona que han d'estar asseguts (si cal), ha de ser molt curta perquè tenen la necessitat de moure's i a través del

moviment es poden adquirir molts aprenentatges de manera significativa". Per acabar afegeix que "els estudis actuals demostren que hi ha nens i nenes que aprenen amb més facilitat si poden moure's amb certa llibertat per la classe". Un altre punt és la resposta del mestre especialista d'educació física a educació infantil, el qual respon que sí que fomenta el moviment dels infants a partir de les activitats programades. Un cop realitzades les observacions de les seves sessions és cert que fomenta el moviment, però en petita mesura, atès que si la sessió dura quaranta minuts, els nens i nenes individualment es mouen una mitjana de dotze minuts cadascun. Així doncs, podem dir que tot i que els professionals intenten fomentar el moviment en els seus respectius espais, trobem que aquest grup d'infants, al llarg de la seva jornada escolar, el seu cos es troba en l'estat del cos tractat¹ una mitjana de vuit minuts i vint-i-cinc segons al llarg de la sessió de psicomotricitat, és a dir, una mitjana de setze minuts i cinquanta segons a la setmana. D'aquesta manera, trobem que es treballa més el moviment a partir del cos tractat, explicat anteriorment, a l'aula que al gimnàs, ja que aquests nens i nenes estan una mitjana d'una hora i tres minuts amb el cos tractat dins l'aula amb la tutora (Vaca, 2002).

El cos és el nostre gran company de vida, és l'únic que ens acompanyarà fins al final, i el nostre vehicle més apreciat. Sovint el cos és oblidat i això provoca que també ho sigui a l'escola. A l'escola, el cos, la gran part del temps està silenciada, tot i que algunes estones es realitza educació física, per tal que es desfogui una mica i a la vegada adquireixi noves habilitats. Per això és molt important tenir sempre en compte que el fet que hi hagi moviment és significatiu de vida i per tant un cos en moviment és un cos viu (La Moneda, 2014). Respecte si les **propostes i materials de l'aula afavoreixen el moviment**, la tutora afirma que l'aula afavoreix que esdevingui moviment per part dels infants dins d'aquesta, atès que és espaiosa i compta amb una tarima on els infants es poden relaxar, fer conversa i fins i tot pujar i baixar d'ella quan vulguin, sempre que no s'estigui realitzant una activitat en aquesta. De la mateixa manera, el mestre especialista també assegura que el gimnàs és un espai que afavoreix el moviment a causa de les seves dimensions. Així doncs, és molt important que l'espai afavoreixi el moviment i que els mestres hi estiguin conscienciats, atès que és molt important que es treballi l'educació física a través del cos i el moviment en l'etapa d'educació infantil perquè contribuirà al desenvolupament integral de l'infant i serà un ensenyament que educarà a través del cos, pel cos i per al cos, tot partint dels aspectes perceptius, cognitius, emocionals i socials (Carmona, 2009). Paral·lelament,

¹ Succeeix quan el cos esdevé objecte del tractament educatiu, quan el mestre porta a terme una proposta on es desenvoluparà l'activitat motriu de manera intencionada. (Vaca, 2002)

podem afirmar que les propostes, materials i, sobretot, l'espai afavoreixen el moviment, atès que el cos dels nens i nenes es troba en un estat de cos implicat, és a dir, quan l'activitat escolar permet la participació de l'àmbit corporal, una mitjana d'una hora i cinquanta minuts a la setmana, la qual cosa significa que els infants al llarg de la jornada escolar es troben més temps en un estat de cos implicat que no pas tractat (Vaca, 2002).

L'educació forma part del pensament estratègic d'un docent que lluita contra la fatalitat, inventant mitjans perquè cada infant s'interessi i lluiti per aprendre, per créixer i per construir-se com a persona (Vaca, 2005). A propòsit de si el **moviment s'adapta als ritmes dels infants** durant la jornada escolar, la tutora manifesta en el seu cas sí que l'adapta, tot i que explica que depèn de cada mestra i cada curs. Ella al llarg de la jornada escolar permet que els nens i nenes s'aixequin quan ho necessiten, tant per cobrir les seves necessitats com per cercar materials o recursos que requereixen, ja que considera que afavoreix l'autonomia dels infants. Afegeix que a educació infantil es potencia molt que hi hagi estones de moviment i es respecten molt, però en canvi a primària, pensa que encara cal fer canvis. Certament, el mestre especialista exposa que adapta el moviment als ritmes dels infants adaptant les intensitats de les sessions.

El següent punt a considerar és si la manera de **treballar el moviment dels infants canvia al llarg del curs** o si es treballa tot el curs de la mateixa manera. Referent a les paraules de la tutora, presenta que al llarg del curs es treballa el moviment de la mateixa manera, excepte en el tercer trimestre on s'aprofita per realitzar més activitats que afavoreixin el moviment, sobretot en espais oberts. Tot i així ella és més partidària de canviar la manera de treballar el moviment en funció de les hores que fa que els nens i nenes estan a l'escola, és a dir, augmentant el moviment a mesura que avança el dia, atès que la capacitat de concentració dels infants minva. El mestre d'educació física indica que el treball del moviment s'adapta als canvis que marquen les sessions programades. Així doncs, el moviment és una emoció exterioritzada perquè està existent de forma inseparable de la motricitat. Es poden determinar dos components bàsics: la relació sobre el contacte amb el món exterior, i la tonicitat sobre l'expressió i la relació amb l'altre, en l'àmbit de relacions afectives i cognitives (Wallon 1987, citat per Blanco 2009).

Quant a les orientacions del currículum sobre el treball del cos i el moviment, s'exposa que el cos dels infants és el motor de la seva acció i a la vegada acumula tota la seva experiència. L'acció motriu i la percepció sensorial es coordinen per aportar

coneixement sobre el propi cos, el dels altres i de l'entorn en general. És per això que es recomana que les propostes d'activitats facilitin les observacions de diferents sensacions corporals, és a dir, provinents d'un mateix o de l'exterior. En l'àmbit de si desenvolupen quelcom **projecte per afavorir el moviment** dels infants, la tutora exposa que a l'aula desenvolupen un projecte a partir de l'àrea de descoberta d'un mateix, aquest projecte està inclòs dins l'assignatura de música on treballen el moviment a partir de danses i cançons populars. Tanmateix dins la dinàmica d'aula també realitza activitats de consciència corporal i el cos en general. Pel que fa al mestre especialista afirma que moltes de les sessions que porta a terme l'objectiu és afavorir el moviment. Així doncs, que els infants visquin situacions quotidianes els pot ajudar a identificar les diferents parts i les seves funcions i així avançar en la descoberta del cos, tot desenvolupant activitats on puguin explorar les seves possibilitats motrius. Amb el moviment, els nens i nenes, posen en relació els espais i els objectes, mesures, desnivells, construccions, formant el coneixement de les primeres nocions espacials i temporals (Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació).

Pel que fa als estats del cos instrumentat² i exposat³, es pot observar en totes les taules de l'annex, que no es manifesten en cap moment al llarg de deu dies d'observació. D'aquesta manera, es pot dir que trobem una mancança en l'àmbit que els infants tinguin l'oportunitat de desenvolupar suficient moviment i de qualitat.

En el marc de quina manera **avaluen el moviment** dels nens i nenes, la tutora indica que avaluen a partir de l'observació directa dels infants quan aquests realitzen les activitats. Així mateix, el mestre d'educació física manifesta que realitza l'avaluació del moviment dels nens i nenes a partir de l'observació individual de cada infant i mitjançant les activitats pròpies d'avaluació que realitza en les sessions. Tot i que, en moltes de les estones de joc lliure o pati dels infants, els mestres aprofiten per realitzar altres tasques o descansos. Així doncs, cal tenir present que els infants gaudeixen de les situacions que els impliquen exercitar les seves habilitats, espais per córrer, per enfilar-se, per arrossegar-se, espais i materials per construir-se amagatalls, entre d'altres, per això s'ha d'aprofitar aquesta motivació per fer un treball més acurat, oferint materials transformables i polivalents com caixes de cartró, robes, entre

² Es desenvolupa quan s'està utilitzant el cos i la seva motricitat per desenvolupar capacitats cognitives, com per exemple mesurar-se, formar conjunts, entre d'altres (Vaca, 2005).

³ Esdevé quan el cos està en el punt de mira dels altres, és a dir, exposicions orals, càstigs davant la resta d'alumnes, entre d'altres (Vaca, 2005).

d'altres, que permetin desenvolupar la creativitat i la imaginació dels infants enriquint el seu procés simbòlic (Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació).

Per tant, cal prestar més atenció al moviment i a l'activitat física, ja que el fet que el moviment no tingui la importància que es mereix és quelcom que es troba latent a la nostra societat, on experts de la salut, de l'esport i l'Organització Mundial de la Salut es mostren preocupats per aquesta qüestió. D'aquesta manera aconseguirem reduir un dels deu factors de risc de mortalitat i a la vegada beneficiarem als futurs ciutadans d'aquesta la nostra societat (OMS, 2016).

Així doncs, aquesta recerca podem dir que contesta a la hipòtesi presentada a l'inici del treball, on es qüestionava la importància que se li dóna al treball del moviment a l'Escola Pia de Calella i com bé mostren els resultats, el treball del moviment al llarg de la jornada escolar és poc, tot i que el poc que realitzen és intens i de qualitat.

Referent als resultats inesperats, trobem que esperàvem trobar poc moviment al llarg de la jornada escolar, tot i que esperàvem trobar molt moviment dins les sessions d'educació física, però el fet sorprenent ha estat que hem observat més moviment fora de les sessions d'educació física que dins d'aquestes. Per tant, el fet que s'hagi trobat moviment dins l'aula, ha estat un factor que ha sorprès gratament, on s'aprecia la importància que la tutora dóna al moviment i al treball d'aquest, en el qual es veu reflectida la seva motivació i formació continuada.

En últim lloc, comentar els punts forts i febles dels resultats obtinguts. Pel que fa als punts forts dir que el poc temps que aquests nens i nenes tenen l'oportunitat de desenvolupar moviment, s'ha pogut observar que és un moviment de qualitat, atès que es dedica una mitja de nou hores i vint minuts a la setmana al cos lliure, és a dir, patis i joc lliure, i una hora i dinou minuts al cos tractat, on els mestres treballen el moviment del cos amb una intenció concreta. Fent referència als punts febles, comentar que en deu dies de jornada escolar, no s'ha observat ni una sola vegada el cos instrumentat ni exposat, això significa que se li dóna poca importància a treballar la motricitat amb les capacitats cognitives i a la vegada, no es presta atenció a afavorir presentacions orals o presències en públic.

VI. Conclusions

En aquest apartat es presenta les conclusions i reflexions fetes a partir dels resultats

obtinguts. En un primer moment el plantejament era realitzar una observació al llarg de dues setmanes de la jornada escolar de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella, però un cop es va començar a crear els instruments, és a dir, les graelles d'observacions, es va veure que l'estudi tindria algunes mancances. Va ser llavors quan es va plantejar realitzar una entrevista a la tutora de l'aula i al mestre especialista d'educació física a educació infantil, cosa que ha complementat les graelles d'observació i ha permès un estudi més a fons.

Pel que fa als resultats més rellevants podem destacar que el factor més sorprenent és que els nens i nenes de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella, de trenta hores que estan a l'escola, més de la meitat d'aquestes hores (una mitjana de setze hores i quaranta minuts) se les passen asseguts a la cadira o a terra. És per això que quan els mestres entrevistats afirmen que fomenten i afavoreixen el moviment dels infants a l'aula, per mitjà de propostes i materials, trobem que hi ha alguna incongruència. Un cop es va finalitzar l'observació de les dues setmanes de la jornada escolar d'aquests alumnes, podem dir que es va poder observar com la tutora de l'aula mostrava iniciativa i motivació per treballar el moviment dels nens i nenes, però el fet que es treballi amb un mètode on hi ha bastant treball de fitxes, fa que es dediquin moltes hores a l'estat del cos silencià. Referent a les hores dedicades a l'educació física, podem dir que són bastants, comparat amb molts centres, atès que realitzen una hora i vint minuts a la setmana. De fet abans de començar l'observació, es pensava que les úniques estones de moviment al llarg de la jornada escolar serien les d'educació física, però un cop es va finalitzar l'observació, es va veure, i els resultats ho demostren, que els nens i nenes tenen menys moviment en les sessions d'educació física que en una sessió de música.

Altrament, el mestre especialista d'educació física a l'entrevista afirma que afavoreix i fomenta el moviment a les seves sessions, però els resultats demostren que fomenta el moviment, però en petita mesura, atès que els infants es mouen una mitja de dotze minuts i mig al llarg d'una sessió que dura quaranta minuts, en aquests minuts s'inclou l'estat del cos implicat (trajecte de l'aula al gimnàs) i l'estat del cos tractat (el mestre té la finalitat de treballar continguts amb el cos).

Un altre aspecte rellevant dels resultats són les hores que aquest grup d'infants dediquen a l'estat del cos lliure, és a dir, les estones de joc lliure i pati. On dediquen una mitjana de nou hores i vint minuts a la setmana. Aquest fet és molt positiu, ja que en certa manera compensa la quantitat d'hores que aquests nens i nenes romanen asseguts amb un estat de cos silencià.

L'últim fet rellevant sobre els resultats és que, els nens i nenes de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella, dediquen més hores a la setmana de cos implicat que no pas de cos tractat, és a dir, els infants dediquen una mitjana d'una hora i cinquanta minuts a realitzar activitats que permeten la participació del cos. En canvi, dediquen una mitjana d'una hora i dinou minuts a la setmana de cos tractat, és a dir, es treballa el cos dels nens i nenes amb una finalitat educativa.

Així doncs, es pot dir que s'ha aconseguit assolir els objectius plantejats inicialment, en els quals es tenia la finalitat d'analitzar els estats del cos dels infants, presentat en l'annex 3, 4 i 5, i observar i quantificar i analitzar el temps dedicat al moviment, observable en l'annex 2. Per tant, la hipòtesi de si hi ha suficient moviment en la jornada escolar dels nens i nenes de l'aula de P4 B de l'Escola Pia de Calella queda afirmada, és a dir, no hi ha suficient moviment, atès que aquests infants es mouen una mitja de dotze hores i vint-i-nou minuts, de trenta hores que romanen a l'escola.

D'aquesta manera, per augmentar el moviment d'aquests infants dins la jornada escolar, proposo les falques motrius proposades per Harriero (s. f.) com una eina educativa, és a dir, tracta de combatre l'immobilisme a les aules i la fatiga escolar a través d'exercicis, jocs i tasques de curta durada incloses dins la jornada escolar. Aquesta proposta educativa té l'objectiu d'atendre el cos i la motricitat en tot moment, atorgant-li així una importància destacada dins dels processos d'ensenyament-aprenentatge. Les falques motrius són una activitat dins del treball de l'aula, d'entre cinc i deu minuts, en el qual la dinàmica de la classe canvia perquè el cos i el moviment agafin el protagonisme amb objectius de diferent caràcter i així equilibrar el cos silenciats dels altres tipus d'estats del cos. A la vegada, ens permeten repassar certs continguts d'una manera divertida a través del seu caràcter competitiu (sempre des del respecte i el joc net entre equips). Les falques poden ser des d'una cançó motriu a un joc de preguntes per repassar quelcom contingut treballat anteriorment i sempre ha de contenir moviment (Harriero, s. f.). Com diu Vaca (2007), citat per Harriero (s. f.) afirma que les falques motrius "suponen una excelente contribución en la lucha contra la desintegración y el fracaso escolar". Així doncs, penso que les falques motrius poden ser una molt bona eina per treballar el moviment dins l'aula de manera equilibrada, on hi hagi protagonisme per tots els estats del cos.

Quan a les limitacions d'aquest estudi, es considera que seria molt interessant ampliar la recerca a més aules d'educació infantil i fins i tot aules d'educació primària de l'Escola Pia de Calella, però les limitacions d'aquest disseny són que no es pot abordar una recerca d'aquesta magnitud pel poc temps que hi ha; és per això que se

cenyeix a l'aula de P4 B de l'escola Pia de Calella; és l'escola on l'autora ha realitzat el segon període de pràctiques i on s'estarà un mes i mig. D'aquesta manera, a l'aula de P4 B, s'ha pogut fer una recerca més profunda i real d'aquest context. Tot i que cal ser conscients que aquest és un estudi a petita escala i que no és representatiu a gran escala, perquè només s'ha observat una aula d'una escola i al llarg de deu dies, fet que suposa que no es pugui comparar amb altres ni generalitzar.

Pel que fa a noves vies de recerca o treball, una opció, mencionada anteriorment, seria ampliar la recerca a totes les escoles Pia de Catalunya, atès que així es podria apreciar les dades de manera més general i representativa, i fins i tot es podria ampliar la recerca a més escoles de Catalunya, per tal de realitzar una comparativa més significativa i a gran escala.

VII. Referències bibliogràfiques

Blanco Vega, M. De Jesús. (Setembre 2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horizontes Pedagógicos*, 11, 15-28.

Diputació de Barcelona. (2015). *Obesitat infantil i programes esportius*. Recuperat a: <http://www.diba.cat/documents/41289/44784124/Sessio+2.pdf/ded2e0dd-8109-451d-907a-3661fe06e74f>

Generalitat de Catalunya. (2016). El senderisme, una epidèmia global. Diari Ara. Recuperat a: http://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/ativitat_fisica_salut/pnp_af_PlaNacPromActFis/DMAF_DiaMundialActFis/diari-ARA-6-abril-2016_DMAF.pdf

Harriero, J. P. (s. f.). *Potencial educativo de lo corporal más allá de la educación física escolar. Cuñas motrices*. (Tesis de grado). Ceip Santa Cecilia, Burgos. Recuperat a: http://ceipsantacecilia.centros.educa.jcyl.es/sitio/upload/Cu%F1as_motrices.pdf

La Moneda, A. (2014). El cuerpo. *Cuadernos de Pedagogía*, 443.

Llei 12/2009. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya, Barcelona, 10 de juliol de 2009. Recuperat a:

<http://ensenyament.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/curriculum/curriculum-infantil-2n-cicle.pdf>

Márquez, S., Rodríguez, J. i De Abajo, S. (2006). Senderisme i salut: efectes beneficiosos de l'activitat física. *Apunts*, vol. (83). Recuperat a:

http://www.efisalut.com/recursos/documentos/Sedentarisme_i_salut.pdf

OMS. (Juny 2016). Actividad Física. 20/12/2016, Organització Mundial de la Salut.

Recuperat a: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>

OMS. (2016). Actividad Física. 20/12/2016, Organització Mundial de la Salut.

Recuperat a: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>

Sáez, C. (2016). Menys hores de tele i més esport. *Inspira*. Recuperat a:

<http://fundrogertorne.org/salut-infancia-medi-ambient/2016/02/10/menys-hores-de-tele-i-mes-esport/>

Vaca Escribano, M. J. (2005). El cuerpo y la motricidad en educación infantil. El análisis de la práctica como base de la elaboración de un proyecto para el tratamiento del ámbito corporal en educación infantil. *Revista iberoamericana de educación*, 39, 207-224.

Vaca Escribano, M. J. (2002). El tratamiento pedagógico de lo corporal en educación infantil. *Tándem*, 7.

Vaca Escribano, M. J. (2000). Reflexiones en torno a las posibilidades educativas del tratamiento pedagógico de lo corporal en el segundo ciclo de educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 37, 103-120.

Vaca Escribano, M. J. (2007). Un proyecto para una escuela con cuerpo y en movimiento. *Universidad de Valladolid: Ágora para la EF y el Deporte*.