



---

# **Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL.

DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN MUSICAL,  
PLÁSTICA Y CORPORAL.

**TRABAJO FIN DE GRADO:**

## **“EL MASAJE INFANTIL: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN UN AULA DE 3 AÑOS”.**

Presentado por Claudia Puerta Casado para optar al Grado de Educación Infantil por la Universidad de Valladolid.

Tutelado por Azucena Hernández Martín.

## **SÍNTESIS**

Este trabajo de fin de grado se centra en introducir el masaje en un aula de 3 años de Educación Infantil como propuesta de intervención educativa, generando así una rutina de relajación con el fin de alcanzar una serie de objetivos como el conocimiento de su propio cuerpo, el contacto corporal y la comunicación no verbal. Para ello, se trabajarán cuatro movimientos sobre un objeto (peluche) y, finalmente se aplicarán sobre el propio cuerpo de los niños.

## **PALABRAS CLAVES**

Masaje infantil, cuerpo, tacto, rutina, jornada escolar.

## **ABSTRACT**

*This final project focuses on introducing the theme of 'the massage' in a 3 years old classroom of Childhood Education as an educational proposal, creating a relaxation routine in order to achieve several objectives such as the knowledge of our own body, the body contact, and the non-verbal communication. In this way, four movements will be worked on an object (stuffed animal) and finally, they will be applied to the children own body.*

## **KEYWORDS**

Infantile massage, body, touch, routine, school day.

# ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	6
<b>3. JUSTIFICACIÓN</b> .....	6
<b>4. MARCO TEÓRICO</b> .....	10
<b>4.1 ETIMOLOGÍA Y CONCEPTO DEL TÉRMINO MASAJE.</b> .....	10
Concepto del término masaje. ....	11
<b>4.2 HISTORIA DEL MASAJE.</b> .....	11
Origen del masaje infantil. ....	12
<b>4.3 BENEFICIOS DEL MASAJE INFANTIL.</b> .....	13
4.3.1 Beneficios a nivel fisiológico. ....	13
4.3.2 Beneficios a nivel psicoemocional. ....	14
4.3.3 Beneficios a nivel social. ....	16
<b>4.4 ASPECTOS RELEVANTES DEL MASAJE INFANTIL.</b> .....	17
4.4.1 La importancia del tacto. ....	17
4.4.2 El cuerpo en el aula: la conciencia corporal. ....	19
<b>4.5 EL MASAJE EN EL CURRÍCULO DEL SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL.</b> .....	20
<b>4.6 EL MASAJE EN EL AULA.</b> .....	22
<b>5. METODOLOGÍA</b> .....	25
Recogida de datos .....	26
Análisis de los datos obtenidos. ....	27
<b>6. PROPUESTA DIDÁCTICA</b> .....	29
Introducción .....	29
Contexto y entorno .....	29
Características del alumnado. ....	30
<b>6.1 DISEÑO DE LA PROPUESTA EDUCATIVA</b> .....	31
Temporalización .....	32
Objetivos, contenidos y metodología de las diferentes prácticas trabajadas en el aula. ....	33
<b>7. ANÁLISIS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b> .....	37
Sobre el alumnado: .....	37

Sobre la práctica docente: .....	40
Sobre el contenido: .....	42
<b>8. CONCLUSIONES</b> .....	<b>46</b>
<b>9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>49</b>
<b>10. ANEXOS</b> .....	<b>53</b>
ANEXO I: Diseño de la propuesta de intervención.....	53
ANEXO II: Desarrollo y relatos de cada sesión: propuesta de intervención.....	60
ANEXO III: Imágenes durante la propuesta de intervención.....	91

# 1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo tiene por nombre “El masaje infantil: propuesta de intervención educativa en un aula de 3 años” en el cual tiene como finalidad hacer un estudio más profundo acerca de los masajes, incluyendo a su vez una propuesta de intervención llevando este tema a un ámbito más práctico.

Ahora destacaré cada uno de los apartados a desarrollar en el trabajo:

- Al principio del documento se hace referencia a los objetivos que se deben alcanzar a lo largo del presente trabajo. Siendo estos objetivos claros y concisos.
- A continuación, se desarrolla la justificación razonando cada una de las cuestiones por las que se ha elegido este tema.

Después, se muestra el marco teórico haciendo mención a citas, argumentos, artículos de diferentes autores. En él se pueden exponer conceptos básicos, modelos teóricos, estudios, métodos en relación con el tema objeto de estudio.

- Seguido de esto, se explica la metodología a seguir para la elaboración del trabajo, así como el proceso para el estudio o desarrollo del tema propuesto, indicando cuales han sido los instrumentos utilizados para la recogida de datos y su análisis.
- Por otra parte, se expone la propuesta de intervención detallando su diseño. También se explicará de forma breve el contexto y el entorno del centro y las características del alumnado. Además, se refleja las diferentes sesiones que se han llevado a cabo en la intervención.
- Para concluir, se muestra el análisis de dicha propuesta con los datos que se han ido obteniendo. Unas conclusiones muy breves pondrán fin a este trabajo junto con las fuentes bibliográficas que han sido utilizadas como proceso de investigación en la realización de este trabajo y los anexos donde se expone el diseño de la propuesta de intervención “carpeta” y el desarrollo de las diferentes sesiones durante la práctica del masaje.

## 2. OBJETIVOS

- Conocer y profundizar en el conocimiento del masaje infantil.
- Diseñar una propuesta de intervención sobre el masaje infantil para llevarla a cabo en un aula de 3 años.
- Analizar y valorar la puesta en práctica del masaje para comprobar si se han alcanzado los objetivos establecidos y mejorar mis competencias docentes.

## 3. JUSTIFICACIÓN

Una de las razones por las que escogí este tema para mi trabajo de fin de grado, ha sido la importancia de inculcar una rutina de relajación a edades tempranas a través de los masajes, ya que, es imprescindible que desde pequeños vayan adquiriendo ese hábito. A partir de esto, podrán llevar a cabo tareas que requieran mayor concentración.

Considero que la estimulación táctil es primordial a la hora de llevar a cabo el masaje. Teniendo en cuenta las diferentes investigaciones, el tacto es un sentido que está infravalorado, siendo uno de los más importantes para poder sobrevivir sobre todo a edades tempranas.

*El contacto físico activa una serie de mecanismos fisiológicos que contribuyen a nuestro bienestar emocional. En concreto, disminuye la producción de cortisol (hormona relacionada con el estrés), aumenta la producción de oxitocina (hormona relacionada con el afecto), aumenta los niveles de serotonina (produciendo un efecto relajante), además de disminuir la presión sanguínea y el ritmo cardíaco, y fortalece el sistema inmune (Sánchez, 2013, párr.3).*

Otro de los motivos que me llevaron a esta elección, fue la necesidad de que los niños conozcan su propio cuerpo desde edades muy tempranas. El cuerpo adquiere dentro del aula un protagonismo altamente relevante a lo largo de la jornada escolar, realizando diferentes funciones según la tarea que se está desarrollando. Es algo tan importante que autores como Vaca Escribano y Varela Ferreras (2008, p.39 a 48) han estudiado las diferentes presencias corporales que se van dando a lo largo de la jornada escolar. De igual manera, este recurso nos permite que adquieran conciencia de las partes que lo

constituye y sus dimensiones, atendiendo al espacio que ocupan sus cuerpos respecto al espacio exterior (Prat, 2010).

A nivel emocional, el acto del masaje desempeña un papel fundamental. La evolución emocional, es el proceso por el cual el niño desarrolla su identidad, autoestima, seguridad y la confianza en él y el entorno que lo acoge, a partir de las interacciones que se dan con sus pares significativos, dando lugar al conocimiento de sí mismo como persona única y distinta (Ibarrola, 2014). A este nivel, el masaje, nos permite perfeccionar la comunicación afectiva entre el niño y las personas de su entorno, favoreciendo la comunicación no verbal, al mismo tiempo que mejoran los vínculos de amor, afecto y seguridad (Prat, 2014). Los mejores momentos para definir lazos de afecto en los primeros años de vida, son los hábitos más usuales y cotidianos en los que el niño nos necesita para complacer las necesidades más básicas.

Gracias a ese acercamiento corporal que se produce durante la realización del masaje, se establece una relación muy cercana que permite la construcción de vínculos. Estos se dan cuando necesitamos ser atendidos y cuidados, y mediante ese contacto, transmitimos sensación de protección.

*Cuando la gente se siente querida como resultado de la abundancia de contacto y de afecto en sus vidas, se abocan de forma natural a tocar a otros. Tocan para expresarse y para saber a los demás que son queridos (Caplan, 2008, p.20).*

Desde otro punto de vista, este recurso nos permite potenciar el desarrollo social en los niños. Durante los primeros años en la escuela, varios de los objetivos que se persiguen, están relacionados con la interacción con los demás y el aprendizaje de las habilidades sociales. Esta técnica facilita la comunicación, mejorando la relación con los demás y el entendimiento entre quien lo realiza y quien lo recibe. Recientes investigaciones, nos muestran la relación que se da entre la calidad de las experiencias táctiles en beneficio de las relaciones interpersonales. De hecho, la confianza en los demás y el grado de sensibilidad está ligado directamente con el tacto (Mead, 1999). Según Montagu y Matson (1989), la sociedad occidental se ha apoyado con mayor frecuencia en los “sentidos de distancia” (vista y oído) frente a aquellos que favorecen la proximidad y permiten establecer el contacto humano, los llamados “sentidos de proximidad” (tacto, gusto, olfato). Estos afirman que el tacto en muchos aspectos es el sentido más esencial.

Destacar que, en el presente, las personas vivimos en una sociedad agitada, intentando realizar la mayor cantidad de tareas posibles, con el tiempo justo y siempre a la carrera. Esto hace que a menudo pongamos un mayor énfasis en aquellas tareas mayormente secundarias y no dediquemos el tiempo necesario en las de mayor importancia. Centrándonos en los niños, hay varios factores que les causan estrés, pero principalmente destacamos los cambios, el ambiente familiar y la presión social. Para un niño al que casi todo le resulta novedoso, los diferentes cambios producen en él a veces cierta ansiedad e incluso cierto temor. Además, la sociedad les sobrecarga de información a través de una cantidad ingente de diferentes medios de comunicación, como: televisores, ordenadores, móviles, etc. La escuela en sí misma, puede generar una gran tensión en el niño, principalmente para aquellos que a nivel académico refieren ciertas necesidades educativas (Hannaford, 2008). “*En esta línea, el masaje mejora el sueño, relaja el tono muscular y ayuda a eliminar las tensiones tanto físicas como emocionales*” (De la Peña, s.f., párr.10).

No menos importante es la labor del masaje a nivel intelectual. Según Mora (2007), cuando se produce el denominado “*apagón emocional*” en el niño, este sufre una sensación de cansancio mental viéndose afectada la memoria y el aprendizaje. Los niños, se agotan psicológicamente cuando deben hacer frente a varias tareas durante un largo periodo de tiempo. Esto se conoce como fatiga escolar. Para remediarlo, autores como Escalera (2009), explica que, para que los niños descansen y graben lo aprendido en su mente, es necesario darles tiempo para que asimilen lo anterior antes de realizar otra actividad. Esta técnica de relajación permite focalizar la atención y hacer una pausa de mayor o menor duración en la rutina del aula. En esta línea, Bloom (2013) considera que los ejercicios de relajación (masajes) favorecen el aumento del rendimiento escolar, ya que permiten centrar la atención en la tarea, dejando a un lado los estímulos que interfieren en ella.

El objetivo que yo persigo con este trabajo, es incorporar el masaje en un aula de tres años como un hábito necesario dentro de una jornada escolar para que ellos vayan tomando conocimiento de su propio cuerpo, tanto a nivel físico como emocional, y el de los demás poniendo en práctica la comunicación no verbal a través del contacto con otras personas. La puesta en práctica del masaje dentro del aula se desarrollará mediante una rutina dentro de la jornada escolar. El momento idóneo para llevarlo a cabo será tras el

recreo y el almuerzo ya que los niños se encuentran en su momento de mayor inquietud “cuerpo suelto” y es la oportunidad para que se relajen. Es importante que esta rutina se intente establecer a la misma hora y en el mismo espacio para que los niños vayan habituándose a la misma. *“La rutina diaria es para los niños lo que las paredes son para una casa, les da fronteras y dimensión a la vida. La rutina establecida da un sentido de orden del cual nace la libertad”* (R. Driekurs, 2003, párr.6).

En conclusión, la escuela debería constituir un pilar fundamental en la vida del niño, en el que se tendría que priorizar su correcta evolución, así como mejorar su seguridad afectiva y emocional (Escribá, 1999). La escuela, ha de valorarse, ya que el niño pasa un gran periodo de su vida allí, durante el cual se debe trabajar por parte del profesorado para que el niño adquiera un correcto desarrollo. Por este motivo, la escuela debería garantizar la atención en las necesidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales de los niños.

A la hora de llevar a cabo el masaje en la escuela, lo primero que hay que tener en cuenta es el ambiente que se genera en el aula. Este deberá ser tranquilo y silencioso, para encontrar el placer y el bienestar del niño. También, hay que tener presente la postura corporal de quien va a recibir el masaje, para que este sea lo más relajado posible.

Es conveniente, que las escuelas desde edades tempranas, establezcan las primeras rutinas proporcionándoles seguridad y control sobre su entorno, y al mismo tiempo, poder afrontar los obstáculos que se les presente de una manera más segura y autónoma.

*Las criaturas deben sentir en las maestras y en los maestros a la persona que hay en ellos para poder establecer relaciones positivas, claras, auténticas. [...]Personas que creen que a partir de las relaciones positivas próximas se puede influir en ámbitos más generales porque se tiene esperanza optimista en la vida y, en definitiva, se tiene el convencimiento de que la educación emocional de nuestros pequeños contribuye a la madurez emocional de jóvenes y de adultos* (Adam, Cela y Codina et al., 2003, p.36).

## 4. MARCO TEÓRICO

El principal objetivo es fijar una serie de pautas esenciales para poder llegar a realizar un trabajo de investigación sobre este apartado y a su vez, analizar cada uno de los objetivos propuestos con el fin de llevarlos a la práctica. Por un lado, empezaré explicando diferentes aspectos evolutivos del masaje y sus beneficios. Por otro lado, detallaremos algunos de los aspectos más relevantes sobre este tema junto con su adaptación en el segundo ciclo de E.I. Por último, trataremos de explicar los puntos clave para que se pueda llevar a cabo el masaje de una manera correcta.

### 4.1 ETIMOLOGÍA Y CONCEPTO DEL TÉRMINO MASAJE.

En este apartado, analizaré el origen de la palabra “masaje” y su correspondiente etimología.

El término masaje procede de una palabra de origen francés “masser”, la cual significa “amasar”; y esta a su vez viene de una palabra griega “massein” o del árabe “presionar con seguridad”.

En cuanto a la etimología de la palabra masaje, es importante tener presente que se trata de un término algo confuso ya que es muy antiguo y se asocia a varios tipos de prácticas en distintas culturas y civilizaciones.

Algunos autores le han dado determinadas raíces como:

- “Masser”: raíz de origen francés (amasar, masar, dar masaje).
- “Mass”: prefijo de origen árabe (tocar con suavidad, frotar suavemente, tocar dulcemente).
- “Masshech”: término de origen hebreo (palpar, tantear).
- “Massien”: de origen griego (amasar, frotar).
- “An mo”: Vocablo de origen chino (masajear).

(Rivas, 2010)

### **Concepto del término masaje.**

A lo largo de la historia, diferentes autores han dado un concepto al término masaje. Entre otros, podemos destacar en primer lugar, algunas acepciones referidas al ámbito físico, de la salud como: *“Conjunto de acciones mecánicas aplicadas sobre los tegumentos con un objetivo higiénico o terapéutico”* (Nordin, 1999, p.7); *“Transmisión a los tejidos orgánicos de movimientos manuales oscilantes, de frecuencia determinada con fines terapéuticos”* (Rivero, 2007, p.18). Centrándonos en este tema, donde uno de los conceptos del masaje que más nos interesa es la relación de contacto que se establece entre ambos individuos, autores como Femenías (2008), define al masaje como: *“un arte que se basa en la importancia del contacto piel a piel como herramienta de comunicación, relación y afecto entre el niño y las figuras de apego”* (p.13). Atendiendo a los beneficios que puede generar el masaje, destacamos el concepto de Walker (1988), *“el arte original de “frotar bien”, de crear soltura y relajación a través de todas las partes del cuerpo”* (p.12).

Con todo lo dicho anteriormente, podemos definir el masaje, como un conjunto de maniobras o manipulaciones organizadas y metódicas practicadas normalmente con las manos, sobre una parte o totalidad del cuerpo, provocando en él, de forma directa o indirecta, unos efectos terapéuticos a nivel físico, psíquico, emocionales, etc.

## **4.2 HISTORIA DEL MASAJE.**

A continuación, vamos a desarrollar la historia del masaje desde sus orígenes hasta la actualidad; y como ha ido evolucionando tanto su concepto como su práctica.

Se puede afirmar, sin ninguna duda, que el masaje es una de las técnicas terapéuticas más antiguas que se conocen. Este ha sido redescubierto numerosas veces a lo largo de la historia, y tanto su desarrollo como su aplicación, ha estado ligado a la evolución de la medicina (Rodríguez, 1999).

Una de las primeras apariciones de la palabra masaje y de la descripción de su uso, se ha encontrado recientemente en unos textos originarios de la Antigua Mesopotamia. En el antiguo Egipto, los médicos- sacerdotes ya practicaban numerosas técnicas de masaje terapéutico en soldados heridos, así como las mujeres para uso estético. En el año 2700 a.C., en China, se escribió el primer tratado conocido del masaje, el Cong-fou. En la India,

las primeras referencias datan del 1800 a.C. Durante la época griega y romana, el uso del masaje se hallaba muy extendido, tanto entre los soldados con fines terapéuticos, como entre las clases pudientes como elemento de salud y relax. Durante esta época destacó Hipócrates (Rodríguez, 1999).

En la Edad Media, la evolución del masaje se estancó, ya que primaba lo espiritual sobre lo corporal. No es hasta el Renacimiento, cuando este término empieza a relacionarse de nuevo como un medio curativo, gracias a Ambroise Pare. A partir del siglo XVII, hasta la actualidad, son ya numerosos los médicos y profesionales que recomiendan y aplican el masaje como remedio terapéutico, progresando en la búsqueda de nuevas técnicas y beneficios que se puedan atribuir al masaje (Ying, 2013).

### **Origen del masaje infantil.**

El masaje infantil, es un arte milenario aplicado a los bebés para estimular sus sentidos y nutrirles afectivamente a través de la piel. Este fue relegado por las sociedades modernas, siendo utilizado solamente en las culturas que conservaron la idea del contacto con la naturaleza humana. Esto se ha mantenido latente hasta que se ha podido recuperar para ayudarnos a satisfacer unas necesidades básicas que se cubren a través del contacto con la piel (González, 2007).

Si nos centramos en Occidente, nos podemos encontrar con dos referentes asociados al masaje infantil:

- Frédérick Leboyer es un médico francés que introdujo un nuevo concepto acerca del nacimiento de los niños. En 1976, escribe el libro *“Shantala, un arte tradicional, el masaje de los niños”*. El masaje infantil fue introduciéndose en la sociedad occidental gracias a este doctor, quien definió al Shantala como *“El arte de dar amor”* (González, 2007).
- Vimala Schneider es el nombre al que asociamos el masaje infantil en Occidente (1998, p. 2000). Mujer norteamericana fundadora de la Asociación Internacional de Masaje Infantil ((IAIM). También es la precursora de las técnicas del masaje infantil usando influencias del antiguo masaje de la India, del masaje moderno sueco y del yoga. Estas técnicas provienen de cuatro fuentes principales: la tradición hindú, la metodología sueca, la reflexología podal y, por último, la

adaptación de algunas posturas de yoga para los bebés, aunque puede ser figurada como una aportación menor. El objetivo principal de esta autora es “*ayudar a los padres y cuidadores a introducir la cura y la alegría del arte del masaje en la vida de los bebés*”. Posteriormente, nace en 1994, gracias a la ilusión y el esfuerzo de Mercè Simón, la Asociación Española de Masaje Infantil (AEMI) (Femenias, 2008).

En resumen, en esta línea, Femenias (2008), define el masaje infantil como:

*Un arte que se basa en la importancia del contacto piel a piel como herramienta de comunicación, relación y afecto entre el niño y las figuras de apego permitiendo así conectar con el mundo corporal y emocional del bebé y contribuir a su desarrollo físico, psíquico, emocional y social (p.13).*

Por todo ello, es importante que el masaje infantil se siga practicando tanto en Occidente como en el resto de las culturas, siendo fuente de numerosos beneficios.

### **4.3 BENEFICIOS DEL MASAJE INFANTIL.**

A día de hoy, son varios los estudios que demuestran los beneficios del masaje infantil, así como, la estimulación táctil en diferentes aspectos del desarrollo (Field, 1995). Autores como Walker (2008), afirman que el masaje infantil otorga numerosos beneficios tanto a nivel fisiológico como emocional y social. Con todo ello, queremos destacar la cita de Hampshire (2009), “*el mero hecho de sentarse junto a alguien y cogerlo de la mano puede resultar muy beneficioso para su salud y bienestar, tanto si se trata de un niño como de un adulto*” (p.6).

#### **4.3.1 Beneficios a nivel fisiológico.**

Desde el ámbito fisiológico, el masaje ayuda a la regulación de las funciones respiratoria, circulatoria y gastrointestinal, por lo que alivia, mediante la estimulación, ciertas incomodidades (Prat, 2010).

Respecto al sistema nervioso, la piel es el mayor sistema de comunicación del que dispone el bebé. Se pueden transmitir multitud de mensajes del medio externo al interno (cerebro) a través del tacto. Durante los primeros años de vida, el niño recibe los estímulos

externos principalmente vía táctil, siendo el sentido predominante para integrar información del mundo exterior. Este, favorece el proceso de mielinización y mejora la comunicación entre el cerebro y el cuerpo (Montagu, 1989).

Continuando con el sistema endocrino, se produce una reducción del ACTH (productora del cortisol) y las catecolaminas (endorfinas, oxitocina, prolactina); ambas se elevan en situaciones de estrés (Femenias, 2008). También, se produce una liberación de las hormonas de la felicidad, bienestar y placer. La estimulación táctil, favorece la liberación de endorfinas (hormona de la felicidad) responsables de las sensaciones satisfactorias, ya que combaten el malestar y disminuyen las sensaciones dolorosas.

En cuanto al sistema inmunológico, una situación de tranquilidad le mantiene en equilibrio y mejora su funcionamiento. Por el contrario, el estrés lo debilita. La seguridad emocional que podemos ofrecer al niño a través del contacto corporal, así como el hecho de favorecer un estado de relajación y tranquilidad, fortalecerá su sistema. El masaje refuerza las defensas y el sistema inmunitario del niño (Field, 1995).

Centrándonos en los sistemas respiratorio, circulatorio y gastrointestinal, diversos estudios han demostrado que el masaje estimula estos sistemas. El masaje infantil resulta beneficioso, pudiendo llegar a ampliar la capacidad pulmonar del niño, enriqueciendo en la oxigenación de la sangre (Simón, 2003). El masaje, durante los primeros meses del niño, ayuda a la maduración y posterior regulación de su sistema gastrointestinal. Este ayuda en situaciones de cólicos y gases a disminuir el dolor y las incomodidades que estas provocan (Schneider, 2000).

En el sistema circulatorio, ciertas técnicas del masaje ayudan al retorno de la sangre al corazón y producen un efecto tonificante. Otros ayudan a la sangre a llegar hasta los extremos (manos y pies). El masaje también ayuda a drenar el sistema linfático.

Para finalizar, respecto al sistema muscular, el masaje infantil tiene un efecto relajante y tonificante de la musculatura ayudando a disolver nudos de tensión física y emocional que el niño acumula a lo largo del día (Femenias, 2008).

#### **4.3.2 Beneficios a nivel psicoemocional.**

Los beneficios fisiológicos del masaje repercuten positivamente en el bienestar personal y emocional del niño. Varios autores, han constatado la relación directa que

existe entre el contacto físico y el bienestar emocional. Según Femenias (2008), a través del contacto se aporta una sensación de calma y seguridad ayudando al incremento de la autoestima y la confianza del niño. El masaje, es una forma de refuerzo positivo, de comunicación no verbal íntima y especial que facilita la expresión emocional ayudando a reducir el estrés. De esta manera, se desarrollan las diferentes capacidades y habilidades de la inteligencia emocional (Aguirre, Femenias, Pascual, 2015).

El masaje infantil, también tiene una función liberadora con la que se produce un equilibrio tensión-relajación. Durante el momento de “*tensión*”, el estímulo pone al niño en estado de alerta y lo abre a procesos de memorización y aprendizaje. A continuación, gracias al masaje, se da el momento de relajación donde se reduce la tensión excesiva canalizándose. Esto, ayuda a procesar las experiencias vividas y permite al niño liberar las tensiones acumuladas durante el día con la persona en la que confían (Vicente, 2014).

Todo ello, está directamente relacionado con el aprendizaje, ya que cuando se da un ambiente tranquilo y agradable en el aula, mayor éxito en el aprendizaje de conocimientos tendremos. Por el contrario, según Mora (2017), si el ambiente es estresante, puede afectar al niño de forma negativa en el aprendizaje (apagón emocional). Además, si junto a esto, la actitud de las personas que interviene en el proceso de enseñanza-aprendizaje es positiva, mejores resultados se obtendrán.

Por último, y no menos importante, destacar el vínculo afectivo que se da entre ambos individuos. Spitz (1958), habla de la necesidad de establecer en los primeros años de vida una relación estable con la madre y así poder evitar la aparición de alteraciones emocionales, sociales, cognitivas o motoras. El masaje infantil, facilita estos vínculos porque incluye los elementos principales para establecerlos, como el contacto de la mirada, el contacto piel a piel, la sonrisa, las caricias, etc. Todo ello, propicia diferentes respuestas a los estímulos, lo que garantiza la calidad de la intimidad entre ambos individuos. Cuantos más vínculos haya, mejor será la relación comunicativa, siendo la base sobre la que se irá construyendo el desarrollo positivo del niño (Prat, 2010).

*El masaje regular proporciona al progenitor un tiempo para sentirse familiarizado con el lenguaje corporal de su hijo, con sus ritmos de comunicación, sus umbrales de estimulación y también con el aspecto de su cuerpo en momentos de tensión, así como de relajación (Schneider, 2000, p.41).*

En conclusión, podemos afirmar, como dice Simón (2003), que los beneficios del masaje infantil, están relacionados directamente con la estimulación de los diferentes sistemas corporales, la relajación, la interacción, la liberación y el vínculo afectivo.

#### **4.3.3 Beneficios a nivel social.**

A nivel social, los beneficios que nos aporta el masaje son numerosos, ya que, en el niño de 0 a 6 años, el contacto corporal es una herramienta básica. Podemos decir, que el sentido del tacto es el que tiene mayor capacidad para transmitir información, ya sea placentera o desagradable (Palou, 2008). El tacto, es la base de la percepción de uno mismo y del otro, de la interrelación en el trato con los demás, dando pie a la confianza y seguridad que se genera hacia los demás (Chubarovsky, 2014).

Esta técnica, permite que se produzca una interacción social entre dos personas, donde se genera un contacto táctil, ocular de transmisión de sentimientos y de la presencia de la otra persona. Esto es algo muy beneficioso para que se dé a edades tempranas, ya que como dice Cazes (2013), cuanto antes reciban los niños contacto físico-afectivo entre iguales, antes se producirá un sentimiento de confianza y cariño, dando lugar a la sociabilidad, aprendiendo a querer y a respetar, dejando a un lado las conductas agresivas. De esta manera, el masaje infantil es toda una experiencia para las dos personas que intervienen en él, es un contacto especial que permite que aumente la comunicación afectiva, siendo un método necesario para transmitir ciertos valores como el amor, la tolerancia, etc. (Coto, 2015).

El masaje infantil es fundamental para el desarrollo y el crecimiento social de los niños, puesto que *“en las concesiones mutuas entre compañeros, los niños prueban y aprenden muchas de las modulaciones de la conducta interpersonal”* (Montagu, 2014, p.142).

Para concluir, podemos decir que el masaje infantil aplicado en la escuela es fundamental dado que, según Femenias (2010), *“ofrece numerosas garantías para convertirse en un vehículo de vinculación maestro-alumno, siendo una herramienta de comunicación prioritaria y de estimulación táctil”* (p.55).

## **4.4 ASPECTOS RELEVANTES DEL MASAJE INFANTIL.**

Antes de comenzar explicando los puntos más importantes de este tema respecto a su ámbito curricular y didáctico, me gustaría hablar sobre dos importantes puntos que son necesarios para la práctica del masaje, como son: la importancia del tacto, así como la conciencia corporal.

### **4.4.1 La importancia del tacto.**

El sentido del tacto es aquel que permite a los seres vivos percibir cualidades de los objetos y medios; como la temperatura, la presión, la dureza, etc. El órgano implicado en este sentido es la piel, siendo el órgano más grande del cuerpo. Está cubierta de receptores sensoriales que reciben estímulos. Estas señales, viajan a través del sistema nervioso hasta llegar a la espina dorsal del cerebro, donde se reciben e interpretan las sensaciones táctiles. Este proceso no se detiene nunca, el tacto se encuentra continuamente en alerta (Smith, 1999).

Los seres humanos necesitamos tocar y ser tocados, al igual que podemos tener la necesidad de beber, comer, o cualquier otro aspecto básico. Es tal su importancia, que puede influirnos a nivel psicológico y emocional en nuestra conducta futura, siendo necesario a lo largo de todas las etapas de nuestra vida (Bufill, 2001).

El sentido del tacto es probablemente el primero que se desarrolla durante la vida intrauterina, ya que el feto cuando se desplaza y se roza, reacciona. Mientras el resto de los sentidos aún se están desarrollando, el sentido que se encuentra más evolucionado es el del tacto y es el que activa varios reflejos del bebé (Knapp, 2009). Por ello, la estimulación táctil debe comenzarse desde el primer momento. El recién nacido necesita el contacto con el cuerpo materno para desarrollarse física y emocionalmente. Este contacto inicial, será entre otras cosas, el que le transmitirá información sobre el mismo, sobre los demás y sobre la vida en general. Es una forma muy efectiva de transmitirles felicidad y bienestar (González, 2007). Según dice Davis (1998), toda persona cuando llega al mundo, tiene diferentes necesidades, siendo una de ellas la necesidad de contacto (tocar), no solo es un estímulo placentero, sino una necesidad biológica.

Muchas veces, nos olvidamos de que la primera comunicación del ser humano con el exterior es a través de la piel, es decir, del tacto; por lo que este sentido debería estar muy presente en nuestra vida (Montagu, 1977).

El masaje infantil, permite de una forma agradable y sencilla, facilitar ese primer contacto, favoreciendo la comunicación y escucha mutua. Esta forma de comunicación a través del tacto ejerce una influencia positiva sobre el vínculo afectivo. Simón (2003), expone que *“de todas las sensaciones, las más importantes en los primeros años de vida son las que se reciben por el sentido del tacto”* (p.38).

El sentido del tacto no solo es importante para el bebé. Durante nuestra infancia y adolescencia, también juega un papel fundamental. Crecer en un ambiente distante, con poco roce, nos puede marcar tanto física como psicológicamente. La cantidad de contacto positivo que percibimos durante nuestra vida influirá sobre nuestro carácter, en nuestras futuras relaciones con otras personas, en el desarrollo mental, en nuestra capacidad para soportar el estrés y el dolor e incluso en nuestra forma de hacer frente a una enfermedad (Field, 1999).

Como explica Chubarovsky (2014), el sentido del tacto es la base de la percepción de uno mismo y del otro. Es el primer canal de autopercepción. Es también la base de la seguridad y la confianza que dará pie a creer en los demás.

Se están produciendo desajustes en la percepción de este sentido debido al estilo de vida actual, que a su vez repercuten negativamente en el comportamiento y bienestar de los niños. La distorsión en la percepción, hace que ciertos niños que sufren una hipersensibilidad táctil, los lleve a reaccionar, no siempre de manera positiva ante cualquier estímulo táctil, buscando constantemente ese contacto. Este desajuste puede llevarlos a conductas inadecuadas y agresivas como pegar y empujar. Muchas veces las conductas relacionadas con lo anterior, devienen no por falta de experiencias sensoriales, sino por los comportamientos y emociones del entorno (Chubarovsky, 2014).

Por todo ello, citando a Leboyer (2017):

*El tacto es el primer lenguaje. Una piel habla con la otra piel y de la piel se derivan todos los demás órganos sensitivos. Y éstos a su vez son como ventanas en la pared de la piel, que nos encierra y separa del mundo. La piel del recién nacido tiene una inteligencia y una sensibilidad inimaginables* (p.1).

#### **4.4.2 El cuerpo en el aula: la conciencia corporal.**

Es innegable que nuestra cultura ha evolucionado hacia lo mental haciéndonos alejar de nuestro cuerpo, ignorando la información que nos da continuamente de nuestro estado y necesidades. Esto nos conduce a un desequilibrio. Si esta desconexión del cuerpo llega a ser muy prolongada, pueden aparecer síntomas de estrés, ansiedad, tensión muscular, etc. Con todo esto, el desarrollo de la propia conciencia corporal nos ayudará a volver a un equilibrio. Es fundamental para el desarrollo físico y psicológico del ser humano y para su adaptación al medio. Sin ella, el niño, no podría comprender que es un ser diferente del mundo que lo rodea, como tampoco podría vivir la relación dinámica de su mundo interior con el exterior (Ferrer, 2016).

Centrándonos en la actualidad del desarrollo corporal en las aulas, es reseñable la evolución de la importancia del trabajo del cuerpo en el aula con respecto a años anteriores, dándole un mayor protagonismo al uso y cuidado del cuerpo. Vaca y Varela (2008), destacan que el cuerpo a lo largo de la historia fue secundario, para así controlarlo y evitar que obstaculizara los aprendizajes intelectuales.

Con todo ello, hay que tener en cuenta que la atención de los niños en estas edades es algo dispersa, por ello, los maestros deben ser capaces de organizar las actividades y las tareas estableciendo una organización espacial y temporal donde prime el equilibrio de las presencias corporales, con el fin de compensar la carga que suponen ciertas tareas para los niños. *“El ajuste y la organización de las diferentes presencias corporales da como resultados ambientes más, o menos, propicios para la convivencia y el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje que tienen lugar en las aulas”* (Vaca, 2013, p.16).

Teniendo en cuenta el cuerpo como elemento de aprendizaje, podemos decir que su estudio estaría compuesto por “tres” elementos. Es difícil encontrar una definición de conciencia corporal, pero según Maslow, Frostig (1970) podemos dividirla en:

- Concepto corporal “lo que es el cuerpo”: conocimiento intelectual y vivencial, de que el cuerpo humano está compuesto de huesos, músculos, órganos, etc.
- Esquema corporal “el uso del cuerpo”: este se desarrolla a medida que el ser humano aprende a desenvolverse con su cuerpo para mantener la postura y realizar diferentes movimientos.

- Imagen corporal “el cuerpo como lo sentimos”: esta se forma por las experiencias vitales, procesos mentales, sentimientos, por los cuales el ser humano se relaciona con el mundo que le rodea.

Con todo lo dicho anteriormente, podemos decir, que el masaje infantil constituye un instrumento adecuado para ayudar al niño a ser consciente de su cuerpo, de las partes que lo forman y de sus dimensiones. Esta toma de conciencia de uno mismo se conforma a través de la inclusión de datos sensoriales y de acciones del propio cuerpo. Citando a Chubarovsky (2014), “*a través del tacto, el niño recibe información sobre su esquema y mapa corporal, lo que le dará un eje, un centro, el primer canal de autopercepción*” (párr.6).

Prat (2004), siguiendo estas líneas, considera que la práctica del masaje infantil ayuda en la construcción del esquema corporal de los niños. El contacto, las caricias, etc., en general, los estímulos táctiles, son esenciales para la formación de su esquema corporal.

Tal como dice Femenías (2008), el masaje infantil favorece el conocimiento global y segmentario del cuerpo, contribuyendo a la construcción de su propia identidad. Permite aportar experiencias corporales al niño facilitándole la formación de una imagen de sí mismo.

El masaje como experiencia sensorial les favorecerá en la búsqueda de su conocimiento personal, la representación de su cuerpo, y a ser capaz de identificar sus elementos.

#### **4.5 EL MASAJE EN EL CURRÍCULO DEL SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL.**

Como ya comenté anteriormente en el apartado de la justificación, me he basado en el currículo oficial DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. La finalidad de la Educación Infantil es “*contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños*” (p.7).

En el currículo, se puede observar cómo se valoran aspectos esenciales para el desarrollo del niño, tanto motrices, como emocionales, sociales o afectivos. Todos ellos se pueden observar desarrollados con la práctica del masaje infantil.

Dentro de los objetivos que se persiguen en la etapa de Educación Infantil, algunos de ellos se encuentran vinculados con las finalidades que se pretenden conseguir durante la puesta en práctica del masaje infantil:

*“a) Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias”.*

*“b) Construir una imagen positiva y ajustada de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas”.*

*“f) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión”.* (p.7).

Dentro de las áreas del currículo, con el masaje el que más se trabaja es el *“Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”* la cual *“hace referencia a la construcción gradual de la propia identidad, al establecimiento de relaciones sociales y afectivas, a la autonomía y cuidado personal, y a la mejora en el dominio y control de movimientos y ejecuciones corporales”* (p.10).

Uno de los objetivos que se encuentra recogido dentro de este área, es la *“identificación, expresión, reconocimiento y control de los propios sentimientos y emociones”* (p.10) que se ve reflejado durante la puesta en práctica del masaje.

Dentro de los objetivos del primer área *“Conocimiento de sí mismo y autonomía personal”* los que se trabajan dentro de la rutina del masaje son:

1. *“Conocer y respetar su cuerpo, diferenciando sus elementos y algunas de sus funciones más significativas, descubrir las posibilidades de acción y expresión y coordinar y controlar con progresiva precisión los gestos y movimientos”.*
2. *“Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros”.*

9. *“Descubrir la importancia de los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones”* (p.10).

Respecto a los principios metodológicos generales del currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil, cabe destacar que el juego y las actividades lúdicas deben ser esenciales, no quedando relegadas solo para cuando el niño haya terminado la “tarea”. Por ello, mi objetivo es trabajar el masaje de una manera lúdica tratándolo como una técnica de relajación.

Otro principio metodológico a destacar es *“que las actividades en grupo propician la interacción social”* (p.9). Gracias a ellas, se dan diversas formas de comunicación y expresión desde diferentes puntos de vista, y se crean vínculos de apego.

Por último, hace referencia a la importancia de establecer normas que propicien seguridad. El respeto es fundamental para la adquisición de hábitos, control de impulsos, emociones, etc., favoreciendo la autonomía en actividades y juegos.

#### **4.6 EL MASAJE EN EL AULA.**

En un primer lugar, antes de dar comienzo a la práctica del masaje, hay que tener en cuenta varios factores. El primero a destacar será decidir en qué momento de la jornada escolar se va a llevar a cabo. Es fundamental que en la etapa de infantil se adquieran una serie de rutinas que permitirán un aprendizaje más positivo. *“Con niños pequeños las rutinas ejercen el importante papel de darles seguridad, hacerles sentirse cómodos: les liberan de la necesidad de estar aprendiendo siempre cómo se hace cada cosa”* (Zabalza, 1987, p.161). Estas rutinas pueden favorecer al control y la organización externa de la conducta del niño (Ros, 2003).

Otro factor fundamental para el desarrollo de esta práctica será el espacio donde se llevará a cabo. Debe escogerse un lugar adecuado que se ha de convertir en el lugar habitual para realizar el masaje para que de esta manera el niño asocie dicho lugar con la actividad que se va a realizar. Este deberá reunir una serie de condiciones que permitan realizar esta actividad de forma satisfactoria. El espacio ha de ser cómodo y seguro evitando que se encuentren objetos que puedan distraer la atención de los niños sobre la actividad que se va a llevar a cabo. Deberá ser lo suficientemente amplio para que puedan realizar los diferentes movimientos sin incomodar al resto de compañeros. También hay

que tener en cuenta la temperatura, siendo fundamental que esta sea la adecuada en el lugar elegido (Femenias, 2008).

Por último, y no menos importante, hay que tener en cuenta el factor tiempo. Según Prat (2004), la duración del masaje debe ir aumentando conforme pasan los años. Es una experiencia nueva y es conveniente ir integrándola poco a poco, sin prisa. La capacidad de atención en los niños de corta edad es limitada, por ello hay que controlar el tiempo de duración de la práctica.

Antes del inicio de la práctica del masaje, hay que tener en consideración al niño. Para ello, debemos pedirle permiso. No iniciar el contacto sin el consentimiento del otro y viceversa. *“Siempre hay que preguntarle si le apetece que le des un masaje ese día y respetar su derecho a decir que no”* (Atkinson, 2009, p.18). De esta manera, estaremos enseñando al niño que es digno de respeto, dueño de su cuerpo, acostumbrando al niño a ser consciente de que es él quien da el beneplácito, asociará el tacto a un momento de placer y de relajación (Femenias, 2008).

Una vez concedido ese permiso, se comenzará con la iniciación de la práctica. La utilización de la voz en un tono suave, agradable, por parte de la profesora, generará un ambiente sereno e ideal para el desarrollo de la actividad. Walker (2001) sugiere, que antes de empezar el masaje, es conveniente frotarse las manos entre sí para que entren en calor y adquieran una temperatura agradable para quien va a recibir el masaje. La persona que realice el masaje, debe adoptar una postura cómoda que le permita moverse sin dificultad. También debe estar concentrada, intentando no estar nerviosa, acelerada sino transmitirá dicho estado a su compañero y éste no conseguirá relajarse ni disfrutar ya que también la energía se transmite de un cuerpo a otro (González, 2007).

Existen numerosas técnicas que se pueden llevar a cabo en la práctica del masaje, para Walker (2008), algunas de ellas son: acariciar, amasar, friccionar, manos en alternancia o percusión. Por otra parte, para Atkinson (2009), son: la sujeción, caricias, frotamiento, amasado o golpecitos. Son técnicas muy sencillas, pero beneficiosas corporalmente, que se pueden llevar a cabo por todo el cuerpo o centrarse en una parte del mismo.

En estas edades, generalmente los movimientos han de ser sencillos y fáciles tanto de ejecutar como de aprender, eso sí, teniendo en cuenta la presión, la dirección y rapidez de estos. Es preferible para que la técnica del masaje sea la correcta, que las manos estén abiertas y que el movimiento se realice con toda la mano. El contacto debe mantenerse

con todos los dedos y con la palma. Según Walker (2001), los movimientos deben ser: extensos, pausados y rítmicos.

Schneider (2000), afirma que los masajes ligeros que producen cosquilleo pueden irritar a los niños. Por ello, hay que procurar que la presión que se ejerza durante la realización del masaje sea firme y agradable. Esta debe ser justa y necesaria para que no resulte molesto o incómodo (Prat, 2004). Con una presión firme, conseguiremos activar y estimular al compañero.

Tras el desarrollo de la práctica y para finalizarla, no olvidaremos un acto de agradecimiento. Se trata de establecer una forma personal de dar por finalizado el masaje, como por ejemplo un gesto compartido (Femenias, 2008).

Tal y como dice Sugrañes (2007), *“la interiorización es el resultado del asentamiento de las emociones y percepciones experimentadas previamente. Es el recuerdo, simbolismo y reflexión”* (p.36). Con la práctica del masaje se pretende que los niños interioricen las vivencias con las que se encuentran en cada sesión.

## 5. METODOLOGÍA

Antes de empezar con el desarrollo de la propuesta de intervención, veo necesario explicar cómo han sido las diferentes fases para llegar a elaborar el tema del masaje infantil.

La metodología a emplear en este trabajo, de final de grado, ha sido organizada en diferentes fases. El objetivo previo, era tratar de acercarnos a todos los contenidos relacionado con el masaje infantil. Por lo tanto, opté por la búsqueda de información que se encontraba en fuentes documentales procedentes de internet y estas estaban relacionadas con la conciencia corporal y los masajes. Toda esta búsqueda fue hallada en otros trabajos de fin de grado, referencias bibliográficas de algunos artículos científicos, en libros, estudios de investigación, etc. Al tener toda la información suficiente para comenzar con este trabajo era imprescindible seleccionar lo que para mí consideraba lo más esencial siempre en base a los objetivos que me propuse con este trabajo. Una vez seleccionada la información más relevante, gracias al manejo de diferentes fuentes bibliográficas, realicé una especie de esquema para saber qué puntos eran esenciales desarrollar en el apartado del marco teórico. Al poner fin a la fase más teórica del trabajo ya pude conocer y reflexionar sobre lo trabajado de una manera más eficaz. Con todo lo trabajado anteriormente, pude poner en práctica la realización de la propuesta de intervención llevando a cabo el masaje en un aula de 3 años con el fin de alcanzar los objetivos planteados previamente.

El instrumento elegido para organizar mi propuesta de intervención ha sido la “Carpeta”. He querido elegir este soporte no solo por su estructura flexible y dinámica sino también porque a mi parecer ayuda a sintetizar y planificar de forma más global el trabajo sobre la práctica docente. Pienso que es muy apropiado para la reflexión de los procesos de enseñanza-aprendizaje de los alumnos. También este dispositivo nos permite establecer un diálogo permanente entre la reflexión y la acción.

Está formado por cuatro páginas, cuyo referente a seguir es Marcelino Vaca Escribano. Cuando hablamos de “Carpeta”, estamos refiriéndonos a un dispositivo de planificación que se estructura en cuatro hojas. En la primera hoja hay que destacar el título de la propuesta, la localización del tema elegido, una breve justificación y contextualización que ayudará al lector a introducirse en la intervención. En la siguiente hoja, se desarrolla

brevemente las propuestas, situaciones y actuaciones del alumnado que pueden llevarse a cabo en cada instante. En la tercera hoja, se exponen las previsiones para la regulación de la práctica, así como los objetivos, contenidos y la evaluación que se tienen presente. En la última hoja, hace mención a una serie de preguntas relacionadas con el proceso de enseñanza- aprendizaje con el objetivo de reflexionar sobre todo lo trabajado anteriormente. Esta reflexión engloba los siguientes apartados: sobre el tema motivo de enseñanza aprendizaje, el alumnado y su aprendizaje, profesión y competencias profesionales de la maestra y las demandas de formación como maestra que identificas.

Dentro de mi intervención, he querido modificar la segunda página de la carpeta y adaptarlo en base al tema trabajado en la propuesta. Toda gira en relación con lo mismo que expone la carpeta, pero lo he adaptado según los diferentes momentos del masaje.

Además, la cuarta hoja de la carpeta está sin rellenar ya que en el siguiente apartado “Análisis de la propuesta de intervención” voy a detallar toda la información relacionada con ese contenido.

## **Recogida de datos**

El instrumento principal que he empleado para recabar toda la información necesaria ha sido llevado a cabo por una observación sistemática y directa ya que estas actividades se han realizado durante mis prácticas en el centro. Debido a esto, hay una mayor cercanía con mis alumnos y también me ayuda a estar directamente involucrada con esta fase de observación.

He querido centrarme de lleno, tanto en mi actuación con los alumnos como en las conductas, actitudes y logros que he ido observando en ellos mismos. Además, es conveniente prestar atención a todo lo que percibimos durante la puesta en práctica del masaje, aunque se establezcan unas categorías de observación. El registro de todos los datos que hemos ido anotando durante la realización de las sesiones se han detallado de manera descriptiva en un diario. Un diario es un instrumento de formación, que registra las observaciones y autoobservaciones recabando observaciones de diferente índole (Latorre, 1996). Gracias a este soporte, he ido desarrollando las distintas situaciones, conductas, acontecimientos que me han resultado importantes durante las distintas sesiones programadas para esta propuesta. También, he anotado ideas personales según

me iban surgiendo en base a todo lo que quería observar. Todo lo que iba registrando en el diario lo pasaba al ordenador el mismo día de haberlo escrito para que así lo tuviera más reciente y en el caso de que no hubiera anotado en el diario algún aspecto que para mí era imprescindible haberlo hecho, me resultaba más fácil que de esta manera me pudiera acordar al llevarlo a cabo día a día. El fin de este diario es recabar toda la información, mejorando la práctica educativa mediante el cambio de ciertos elementos que dificultan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Otra de las herramientas que me ayudaron en la puesta en práctica del masaje son los comentarios, ayudas y recomendaciones que la profesora me transmitía con el objetivo de ayudarme a mejorar determinados aspectos de mi actuación. También, la utilización de diferentes materiales, espacios, etc., me han facilitado en cierta medida el poder realizar esta propuesta en el aula.

### **Análisis de los datos obtenidos**

El siguiente paso es la creación de un documento final sobre este apartado “el análisis de los datos obtenidos”. El análisis de los datos se entiende como “*un proceso mediante el cual se organiza y se maneja la información recabada por los investigadores para poder interpretarla y llevar a conclusiones*” (Spradley, 1980, p.70). En este paso en el que nos encontramos se pretende dar respuesta a los datos recopilados durante la fase anterior. A la hora de trabajar con la información, se siguen una serie de pasos. Para comenzar, empecé leyéndome lo que había escrito en cada sesión que anoté en mi diario con el objetivo de analizar lo que había escrito en cada sesión a fin de ir recogiendo ideas que den sentido a esa información. Por eso, los datos obtenidos deben estar dispuestos para ser manejados y manipulados.

La siguiente fase, se centra en disminuir la recogida de información, llevando a cabo una codificación y más tarde una categorización de los datos. Debido a esto, nos quedaremos con la información más relevante para la realización del trabajo. Todos los datos obtenidos por la observación sistemática y directa van a estar estructurados por 3 categorías. Según Ibáñez (2007), la perspectiva constructivista es la construcción del conocimiento que se da a través de un triángulo interactivo, determinando el intercambio y las interacciones que se producen entre los tres ejes principales: el alumno, el profesor y los contenidos. Por lo tanto, traté de interpretar cada idea expuesta en el diario teniendo

en cuenta los tres ejes anteriormente citados. Por consiguiente, dividí la información de cada sesión en diferentes categorías, atribuyendo un color a cada una.

La utilización de este procedimiento me facilitó la labor de recabar las ideas fundamentales de cada categoría. Como ya he dicho anteriormente, la información obtenida se fue catalogando y juntando esa información en base a las tres categorías previamente citadas. Debido a esto se han obtenido además de las ideas principales, otras más secundarias. Con esto se consigue adquirir información más globalizada frente a lo más concreto.

Al concluir con este apartado “Análisis de los datos obtenidos”, se da pie a la obtención de pequeñas reflexiones sobre las informaciones previamente trabajadas y analizadas a modo de conclusión en relación con el tema tratado con el objetivo de que en ellas surjan nuevas hipótesis, estrategias, etc.

## **6. PROPUESTA DIDÁCTICA**

### **Introducción**

La propuesta de intervención que he planteado para mi trabajo de fin de grado pone en práctica el masaje en un aula de 3 años de Infantil.

En primer lugar, comentaremos tanto el contexto como el entorno donde se ha llevado a cabo la puesta en práctica. A continuación, haremos alusión a las características del alumnado con el que hemos trabajado en dicha propuesta.

Finalmente, dentro del diseño de la propuesta destacaremos objetivos, contenidos, así como la metodología que he seguido en cada tipo de práctica empleada para el masaje.

Como hemos dicho en el anterior apartado, mediante la observación sistemática y directa de logros, conductas y actitudes han sido la base para la realización de este trabajo. Para recoger todos los datos, como ya hemos comentado, he utilizado un diario donde he ido registrando todo lo ocurrido en su puesta en práctica. Todos los datos obtenidos en relación con las informaciones recabadas deben ser motivo de reflexión.

### **Contexto y entorno**

El colegio público Ponce de León se encuentra situado en la Calle Padre Francisco Suárez, 14-16 Valladolid.

Este colegio se localiza en una zona céntrica de la capital paralela a una arteria principal de Valladolid como es el Paseo Zorrilla a la altura de la Plaza del Lourdes. Además, presenta un escaso porcentaje de habitantes extranjeros o de minorías étnicas. Debido a esto el centro tiene un bajo índice de alumnos procedentes de otros países o etnia gitana.

En cuanto al contexto familiar hay que destacar que su nivel económico es medio- alto. Esto puede ser debido por la ubicación del centro, aunque también pueda deberse por otras causas las cuales desconozco. La mayoría de las familias tienen entre 1 a 2 hijos. En general, son familias asentadas, pero, sin embargo, va apareciendo un índice de separaciones significativo.

En relación con el aula, es muy acogedora. En el centro se dispone de una larga mesa formada por pequeñas mesas rectangulares, alrededor se encuentran los diferentes rincones que se usan en el juego libre. También, dispone de todos los recursos necesarios. Es un espacio muy iluminado y las paredes están decoradas conforme al proyecto con el que estén trabajando en ese tiempo.

### **Características del alumnado**

Mi aula está formada por 18 alumnos en total, de los cuales 9 son niños y 9 niñas. Aunque es el primer año que están escolarizados, se encuentran todos igual de integrados sabiendo cada uno cuáles son las rutinas y la metodología a seguir en el aula.

En el grupo de clase hay un niño de etnia gitana y otro marroquí, ambos se encuentran plenamente integrados con sus compañeros.

En general, no hay alumnos/as con necesidades educativas especiales, aunque en clase se puede apreciar que hay dos niños que presentan dificultades a la hora de hablar llegando muchas veces a no poderles entender. También nos encontramos con otro niño que debido a su timidez no suele contestar en los momentos en que la profesora le pregunta por algo en concreto o cuando tiene que intervenir, sin embargo, suele pedir ayuda al ver que no sabe poner el nombre en la ficha, a la hora de abrir el tupper para poder coger su bocadillo, para disfrazarse durante el juego libre, etc.

Otro de los niños, se puede considerar como el líder ya que suele manejar al resto e influye a ciertos niños a realizar conductas negativas, como solución, se ha procedido a separar a estos niños para así evitar que afecte al ambiente del aula.

En general me llama mucho la atención que son niños que no suelen prestar la atención debida a las indicaciones (órdenes) que la profesora va transmitiéndoles y eso se puede apreciar claramente cuando los niños están realizando una ficha y se ve los errores que están cometiendo al no haber escuchado previamente a la maestra o en los momentos que tienen que recoger los juguetes y colocarles en su lugar, les suele costar mucho. A esto se le suma la gran facilidad que tienen para distraerse ya sea en la asamblea como realizando cualquier otra actividad que requiera más atención. Esto suele ser debido a que la tarea que están realizando no les entusiasma o simplemente porque se encuentran hablando entre ellos pudiendo afectar a la dinámica propia de la tarea escolar.

La relación entre el grupo- clase es muy buena y no suelen tener problemas en el momento de ponerse por grupos o parejas.

En relación con el ámbito social, en el recreo he podido apreciar que a estas edades los niños juegan en grupos numerosos y en su mayoría expresan claras preferencias por jugar con compañeros del mismo sexo. Opino sobre esta cuestión que hemos de poner todos los mecanismos posibles para que esta fragmentación no se produzca y de esta manera evitar la separación por géneros.

Para concluir, podríamos decir que este alumnado no presenta una gran diversidad de estilos y ritmos de aprendizaje en comparación con los niños de 5 años del año pasado. Sin embargo, si muestran diversos perfiles de personalidad y comportamiento.

Tras tratar las características generales del alumnado, centrándonos en la práctica del masaje podemos destacar, que los niños de mi aula no estaban acostumbrados a la rutina del masaje, pero sí a la de relajación. En este tiempo, los niños se disponen sentados cada uno en su silla con la cabeza sobre la mesa y la profesora les ponía una música relajante, por lo que pensé, que era el momento oportuno para introducir mi propuesta, aprovechando esta rutina que ya habían adquirido los niños y nada mejor que tras el recreo y el almuerzo. A mi parecer, pienso que después del recreo es el momento idóneo para que los niños se relajen y se concentren y que luego puedan realizar otras actividades que requieran mayor concentración.

## **6.1 DISEÑO DE LA PROPUESTA EDUCATIVA**

El objetivo principal de esta propuesta de intervención, es que los niños se habitúen a la rutina del masaje logrando un vínculo con el otro, su cuidado y el contacto corporal, facilitando la comunicación entre ambos como un momento ideal dentro de la jornada escolar. Debido a la gran cantidad de técnicas con las que se puede trabajar el masaje, esta propuesta se centrará en un número limitado de movimientos, así como en cuatro partes concretas del cuerpo. Se van a utilizar dos tipos distintos de prácticas:

- Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches).
- Contacto piel con piel mediante parejas.

El tipo de masaje en el que decidí centrarme está basado en el orden-secuencia de los movimientos de Schneider (2000), empezando siempre por las piernas. Al tratarse de niños de 3 años solo trabajaré un movimiento en cada parte del cuerpo (piernas, barriga, brazos y cara), aunque previamente estos movimientos han sido ejercitados por medio de un peluche. Para favorecer el aprendizaje, comenzaremos enseñando un movimiento que será repetido al día siguiente para que lo interioricen. En la tercera sesión, incorporaremos un nuevo movimiento, no sin antes practicar el movimiento enseñado los días anteriores y así sucesivamente.

### **Temporalización**

Como ya dije anteriormente, la práctica del masaje se ha llevado a cabo tras el recreo y el almuerzo, con el fin de ir creando de esta manera la rutina del masaje. La planificación que se estableció fue realizarla cada día de la semana. Tras la finalización de las sesiones, se puede comprobar que estas no se han podido llevar a cabo cada día ya que han coincidido con las vacaciones de Semana Santa, el día de Villalar, etc. Debido a esto, tuvimos que cambiar varias veces la rutina del masaje. Por lo que los niños, tuvieron dificultades a la hora de acostumbrarse a esta rutina.

Han sido un total de 16 sesiones. Mi propuesta de intervención se ha dividido en dos bloques según el grado de dificultad que se presenta (verde y rojo) y atendiendo a la finalidad que queramos perseguir.

**Verde:** está relacionado con “*iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches)*”. Se llevarán a cabo 8 sesiones para este primer bloque en las que se trabajarán 4 movimientos por medio de un peluche.

**Rojo:** pertenece al “*contacto piel con piel mediante parejas*”. También se llevarán a cabo 8 sesiones para este segundo bloque en las que se seguirán trabajando los 4 movimientos que han aprendido previamente en el anterior bloque, pero en este caso atribuyendo cada movimiento a una parte del cuerpo.

A continuación, muestro una tabla donde se especifican las sesiones llevadas a cabo en el aula.

<b>INICIACIÓN DE LOS MASAJES A TRAVÉS DE UN OBJETO (PELUCHES)</b>	<p><b>Sesión 1:</b> Miércoles, 27 de Marzo.</p> <p><b>Sesión 2:</b> Jueves, 28 de Marzo.</p> <p><b>Sesión 3:</b> Viernes, 29 de Marzo.</p> <p><b>Sesión 4:</b> Lunes, 1 de Abril.</p> <p><b>Sesión 5:</b> Martes, 2 de Abril.</p> <p><b>Sesión 6:</b> Miércoles, 3 de Abril.</p> <p><b>Sesión 7:</b> Jueves, 4 de Abril.</p> <p><b>Sesión 8:</b> Viernes, 5 de Abril.</p>
<b>CONTACTO PIEL CON PIEL MEDIANTE PAREJAS</b>	<p><b>Sesión 9:</b> Lunes, 8 de Abril.</p> <p><b>Sesión 10:</b> Martes, 9 de Abril.</p> <p><b>Sesión 11:</b> Miércoles, 10 de Abril.</p> <p><b>Sesión 12:</b> Jueves, 11 de Abril.</p> <p><b>Sesión 13:</b> Miércoles, 24 de Abril.</p> <p><b>Sesión 14:</b> Jueves, 25 de Abril.</p> <p><b>Sesión 15:</b> Viernes, 26 de Abril.</p> <p><b>Sesión 16:</b> Lunes, 29 de Abril.</p>

**Objetivos, contenidos y metodología de las diferentes prácticas trabajadas en el aula.**

A través de esta tabla, se presentan los objetivos y contenidos generales que me he planteado para esta propuesta didáctica. A continuación, se expone la metodología que he empleado para cada una de las prácticas del masaje.

<b>OBJETIVOS</b>	Tomar conciencia de su propio cuerpo y el de los demás.
	Fomentar el contacto, la comunicación no verbal y los lazos afectivos con los compañeros.
	Mejorar la construcción de su identidad personal mediante la distinción y el conocimiento de las partes del cuerpo.

	Manifiestar sentimientos, deseos y necesidades del alumnado.
	Distinguir los diferentes pasos del masaje y aplicar la coordinación óculo-manual.
	Desarrollar actitudes de respeto, colaboración y ayuda durante la práctica del masaje.
CONTENIDOS	El masaje: como instrumento de aprendizaje.
	Partes del cuerpo.
	Diferentes movimientos del masaje.
	Comunicación no verbal.
	Normas esenciales del masaje.

Finalmente, explicaremos la metodología a seguir para cada tipo de práctica trabajada en el aula:

- Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches).

Se pretende trabajar con una metodología activa y participativa, donde los niños sean capaces por sí mismos de llevar a cabo los masajes utilizando un peluche propio. Con ello, se intenta iniciarles en las técnicas del masaje para que puedan expresar sentimientos, deseos e inquietudes, utilizando un objeto personal que les de seguridad y cuya textura, les resulte suave y agradable al contacto.

Esta práctica se realizará en gran grupo. Cada día, después del recreo y el almuerzo, los niños se colocarán sentados en el corralito formando un semicírculo. Antes de comenzar con el masaje, los niños pondrán sus manos sobre el peluche para darle la bienvenida y a continuación frotarán con intensidad sus manos para calentarlas mientras cantan “*el masaje va a comenzar que ganas tenemos ya*”.

Posteriormente, los alumnos empezarán con el masaje siguiendo mis indicaciones: “*vamos a comenzar apretando al peluche con nuestras manitas y luego poco a poco le vamos soltando muy despacito*”.

Finalmente, volverán a poner las manos sobre el peluche como gesto de que han finalizado el masaje. Una vez concluida la sesión, cada niño puede expresar sus sensaciones a su peluche con un beso, abrazo, etc.

- Contacto piel con piel mediante parejas.

Como en la anterior práctica, la metodología a seguir será activa y participativa, donde los niños hagan y reciban los masajes. Se pretende iniciarles en las técnicas del masaje, donde puedan expresar sentimientos, deseos e inquietudes. Con el masaje, los niños van a ir reconociendo las diferentes partes del cuerpo, aprenderán a cuidar y respetar a la otra persona, a la vez que la que lo recibe cogerá confianza, se sentirá cuidada y se relajará. Se producirá un momento de comunicación no verbal entre las parejas, que será fundamental para favorecer las relaciones sociales en la clase.

Las sesiones se realizarán en parejas. Los movimientos aprendidos en la primera práctica se desarrollarán en esta segunda, atribuyéndolos a partes específicas del cuerpo.

- Piernas: apretaremos una pierna, pero de manera suave y poco a poco la soltaremos, así por toda la pierna y luego con la otra.
- Barriga: vamos apretando con los deditos la barriguita del compañero (alternando los deditos) como si le estuvieran cayendo gotitas de agua sobre la barriga.
- Brazos: vamos a coger con nuestras manos el brazo del compañero y con suavidad haremos rodar su brazo y lo haremos por todo el brazo. Luego con el otro.
- Cara: con nuestro dedo índice haremos pequeños circulitos por toda la cara del compañero.

Estas sesiones tendrán la misma estructura que las anteriores. Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.

Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida. Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción “*el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya*”.

Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - *“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”* y así sucesivamente con las dos piernas. *“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”*.

El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.

Para terminar la sesión, volverán a poner las manos sobre el peluche como gesto de que han finalizado el masaje. Una vez concluida la sesión, cada niño puede expresar sus sensaciones a su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más les ha gustado o lo que menos.

Para finalizar con este apartado, decir que, por falta de espacio, el diseño de la propuesta educativa se encuentra completa en los anexos donde se incluye la carpeta (anexo I), cada una de las sesiones relatadas atendiendo a lo que ocurre antes, durante y después de la práctica del masaje (anexo II), así como las imágenes realizadas durante la puesta en práctica del masaje (anexo III).

## 7. ANÁLISIS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Mediante la observación sistemática se han obtenido una serie de datos, organizados a través de tres categorías: alumnado, docente y contenidos. Por lo tanto, se ha tenido en cuenta el proceso de interacción entre “*el alumno que aprende, el contenido sobre el que versa el aprendizaje y el profesor que ayuda al alumno a construir significados y a atribuir sentido a lo que aprende*” (Ibáñez 2007, p. 88). Houssave (1988) lo llama “*triángulo pedagógico*”.

### Sobre el alumnado:

- En las sesiones finales de la puesta en práctica del masaje se han mostrado **actitudes de confianza y seguridad**. Esta se ve reflejada, por ejemplo, en ciertos niños, que mientras recibían el masaje, eran capaces de mantener los ojos cerrados. Del mismo modo, la mayor parte del tiempo, los niños se han esmerado y han puesto mucho interés a la hora de realizar el masaje. A pesar de que en un inicio costó que los niños tuvieran un comportamiento adecuado. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: “*observo como A le dice a M que “no le ha gustado como me has dado el masaje”. Por eso, le recuerdo a A “que tiene que darle el masaje más suave y no tan fuerte*”. En las últimas sesiones, se fueron dando situaciones más cómodas y agradables.
- Otro punto a destacar en relación con las actitudes de los niños, es el **comportamiento diferente** que se da dependiendo de quienes sean sus parejas. En mi caso una de las consignas importantes a tener en cuenta durante las diferentes sesiones del masaje, era la necesidad del intercambio de pareja. Considero que esto es necesario, ya que con ello, favorecemos la sociabilización entre iguales. ANEXO II: Relato 13: miércoles, 24 de abril: “*B comienza a chillar en voz alta, R conmigo por lo que la digo a B “no te tienes que poner con la misma pareja siempre, hay que cambiar*”. Con todo ello, pudimos comprobar que, aunque generalmente mantienen una actitud positiva, ciertos niños, más distraídos eran capaces de mejorar su comportamiento dependiendo de con quien se

emparejaran. ANEXO II: Relato 9: lunes, 8 de abril: *“debo de cambiar a aquellos niños que se distraen con facilidad y juntarles con los que están más centrados ya que con este cambio pueden mejorar su comportamiento y ser capaces de seguir adecuadamente la actividad”*. Esto, se ha convertido en el momento más conflictivo y donde se daban mayor número de problemas. Podemos observar, que la mayoría de las veces eran siempre los mismos niños los que se quedaban sin pareja. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: *“V se queda solo y le emparejo con S. Es curioso como son los mismos niños quienes se quedan solos”*.

Para evitar este conflicto, ciertos niños recurrieron a la utilización de **métodos para asignar a las parejas** de manera aleatoria. ANEXO II: Relato 16: lunes, 29 de abril: *“observo como M y S quieren los dos con D, entonces lo deciden jugando a piedra, papel y tijera”*. Otros utilizaban diferentes argumentos y justificaciones para explicar por qué querían ponerse con ese niño. ANEXO II: Relato 13: miércoles, 24 de abril: *“I pregunta a S “¿quieres ponerte conmigo?”. S le contesta que mañana, que hoy quiero ponerme con M.*

Por último, también pude observar que se dieron algunos **pactos entre los niños**. ANEXO II: Relato 13: miércoles, 24 de abril: *“A se empareja muy rápido con L, por lo que pienso que lo tenían hablado de antes”*.

- A nivel **social**, pude ver diferentes comportamientos de los niños. En un primer momento, cuando nos encontrábamos con los peluches, surgieron ciertas discrepancias entre compañeros. ANEXO II: Relato 5: martes, 2 de abril: *“Sin embargo, hay dos niños que a la hora de realizar el masaje se pasan todo ese tiempo peleándose porque a uno de ellos le habían quitado el peluche”*. En relación con los emparejamientos, vi cómo eran capaces de acercarse a un compañero y pedirle o preguntar si le gustaría ponerse con él. Al igual que saber aceptar una respuesta negativa. ANEXO II: Relato 13: miércoles, 24 de abril: *“J se quiere poner con D, pero este le contesta “no quiero contigo”*. En otros casos, algunos niños no tienen reparo en decir que no a otros. ANEXO II: Relato 15: viernes, 26 de abril: *“D no quería dar el masaje a E, por lo que le he dicho “si no quieres dar el masaje a E te vas a tu sitio”*. También es importante que los niños tengan iniciativa a la hora de buscar y preguntar a los compañeros. ANEXO II:

Relato 10: martes, 9 de abril: *“M pasa de buscar pareja por lo que decido llamarle la atención y le digo “que de esta manera nunca va a encontrar pareja”.*

- También destacar, las tácticas que utilizaban algunos alumnos para **evadirse** y así evitar hacer el masaje. Los mismos, no eran capaces de mantener la calma y la concentración algo necesario que esta práctica requiere. ANEXO II: Relato 4: lunes 1 de abril: *“sigue habiendo niños que se distraen con los peluches de otros compañeros, siendo siempre los mismos”.* ANEXO II: Relato 15: viernes, 26 de abril: *“D no quería dar el masaje a E, por lo que le he dicho “si no quieres dar el masaje a E te vas a tu sitio”. Entonces D comienza a patalear y M le imita. Ante esto, echo de clase a D y M”.*
- Hay que tener en cuenta **el grado de autonomía** que van adquiriendo los niños conforme van transcurriendo las sesiones del masaje. De manera progresiva fueron capaces de aprender donde se tenían que situar a la hora de realizar el masaje, el material que tenían que coger (peluche), el ritual de entrada y salida, como se sucedían los pasos en el desarrollo del masaje. En las últimas sesiones, era menos participativa y apenas intervenía, para que así ellos pudieran adquirir este hábito de forma gradual. En un primer momento, tuve que ayudar a los niños a corregir tanto la posición como la técnica. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: *“Algunos niños se les ha olvidado que deben estar arrodillados y no sentados”.* ANEXO II: Relato 14: jueves, 25 de abril: *“También me paro en aquellos niños a los que les cuesta más hacer los movimientos y les ayudo”.* Pero según fueron pasando los días, la mayoría de los niños fueron interiorizando las diferentes consignas dadas, llegando al punto de que estos ayudaban a los niños que todavía no habían sido capaces de hacerlo. ANEXO II: Relato 4: lunes, 1 de abril: *“puedo percibir que hay bastantes niños que comentan “¡hay que arrodillarse!”, diciéndoselo a los que se encuentran sentados en el sitio”.*

Finalmente consiguieron los objetivos que nos habíamos marcado con el masaje. ANEXO II: Relato 3: viernes, 29 de marzo: *“En esta práctica todos los niños han llevado a cabo el masaje y he podido comprobar como ya muchos de los niños sabían los pasos que teníamos que dar para realizar el masaje. Por lo tanto, me demostraron que comprendían el ritual de entrada y salida del masaje”.*

- Respecto a los **agradecimientos** que surgían al finalizar la sesión del masaje, podemos decir que desde un primer momento los niños han mostrado gestos afectuosos tanto con el peluche como con su pareja de manera espontánea y acababan dándose las gracias. Se podían escuchar diferentes comentarios muy positivos hacia su compañero. ANEXO II: Relato 14: jueves, 25 de abril: “*escucho comentarios como, “me ha gustado mucho”, “casi me duermo”, “quiero que me lo des otra vez”*”. También se dieron algunos comentarios negativos, pero en ocasiones muy escasas. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: “*observo como A le dice a M que “no le ha gustado como me has dado el masaje”*”. Por eso, le recuerdo a A “*que tiene que darla el masaje más suave y no tan fuerte”*”.

### **Sobre la práctica docente:**

- Uno de los primeros problemas a los que me he enfrentado durante mi intervención, ha sido mi **falta de confianza y seguridad**. Esto se ha podido ver reflejado en alguna toma de decisión, así como a la hora de reaccionar ante ciertos imprevistos. Esta situación hacía que me pusiera algo nerviosa y me cuestionaría, en algún momento, mi capacidad para llevar a cabo la práctica. ANEXO II: Relato 1: miércoles, 27 de marzo: “*en el momento que se colocan en el corralito, lo hacen muy bien, yo me noto que estoy bastante nerviosa ya que al ser la primera sesión tengo miedo de que pueda salir mal”*”.
- Como maestra he tenido que aprender a **gestionar diferentes situaciones que surgían en la clase**. He tenido que manejar algunas situaciones difíciles con los niños, así como ciertos conflictos que se han generado en alguna de las sesiones. Con todo ello, he tenido que saber cómo hacer frente a estas vivencias que iban surgiendo, recuperando el control de la situación. Con el paso de las sesiones, estas dificultades se iban solventando con la práctica docente y con la reflexión posterior. Cuando se daban estas situaciones, me pillaban de imprevisto y en algunas ocasiones no sabía exactamente como controlarlas. ANEXO II: Relato 15: viernes, 26 de abril: “*Esta situación me ha puesto un poco nerviosa y he intentado relajarme para poder seguir con el masaje”*”. ANEXO II: Relato 15: martes, 2 de abril: “*hay dos niños que a la hora de realizar el masaje se pasan*”.

*todo ese tiempo peleándose porque a uno de ellos le habían quitado el peluche. Ante esta situación, comienzo a ponerme un poco nerviosa, hasta tal punto de que casi corto la sesión”.*

En relación con todo lo anteriormente expuesto, también destacar, **la dificultad de abarcar una observación global del aula**. Como aun me considero principiante en la práctica docente, suelo estar muy pendiente de mis movimientos, de mi forma de hablar, de mi postura corporal. Todo ello hace, que, en ocasiones, mi atención hacia los niños se encuentre en cierta medida limitada. ANEXO II: Relato 7: jueves, 4 de abril: *“Pero hay algunos niños que antes de empezar con el masaje, me piden ir al baño. Esta situación me pone bastante nerviosa ya que hay niños que salen y entran del aula, mientras el resto de los niños se encuentra colocados en su sitio”.*

- Después de llevar a cabo mi intervención, me he dado cuenta de lo imprescindible que es el **rol docente**. Siempre estamos pendientes de los niños, de su actitud, de su comportamiento, pero también hay que tener en cuenta nuestro papel como docentes dentro del aula. Tenemos que ser conscientes de la forma en la que nos comunicamos con los niños, el tono, las palabras que empleamos, así como los movimientos y la actitud corporal. ANEXO II: Relato 9: lunes, 8 de abril: *“A medida que voy haciendo el masaje, me voy relajando cada vez más e intento hablar con una voz suave para que los niños estén tranquilos”.* ANEXO II: Relato 6: miércoles, 3 de abril: *“En esta sesión he tratado de estar más tranquila y calmada, debido a que en la anterior sesión no era consciente de que mi actitud no estaba generando un clima tranquilo”.*
- Con esta intervención, además del tiempo de prácticas que llevo, he podido comprobar la **poca autonomía** que a veces permitimos a los niños. Cuando se daban conflictos, he intervenido y los he intentado solucionar yo, cuando lo positivo hubiese sido dejar que los niños lo solventaran solos. Por buscar la solución más rápida, en ciertos momentos, me he adelantado y no he dejado que ellos mismos solucionasen los problemas. ANEXO II: Relato 12: jueves, 11 de abril: *“La mayoría de los niños se encuentran preparados para que comience el*

*masaje, pero cuatro niños todavía no han buscado pareja, por lo que decido intervenir “V con V y J con L”.*

Del mismo modo considero, que es beneficioso que los alumnos sean los auténticos protagonistas. Generalmente, los niños realizan actividades que en gran medida se encuentran demasiado dirigidas por los profesores. En un primer momento cuando da comienzo una actividad, el docente debe explicar y dirigir para que se desarrolle correctamente. Pero conforme va pasando el tiempo, este debe tomar un papel más secundario, ser más bien un conductor de la actividad. Con ello, lo que queremos conseguir es que los niños tengan una mayor autonomía y seguridad en sí mismos. ANEXO II: Relato 8: viernes, 5 de abril: *“Como en la anterior sesión, he intentado que los niños sean más participativos para averiguar si se saben todo lo que hemos trabajado durante estas 8 sesiones”*. ANEXO II: Relato 13: miércoles, 24 de abril: *“En esta sesión, he tratado de que los niños sean más autónomos y participativos ya que ellos mismos saben cómo hacerlo y si no fuera así podían fijarse en cómo lo está haciendo otra pareja”*.

- Por último, hay que tener en cuenta las **diferentes características y ritmos de aprendizajes** que se dan entre los niños. Me he encontrado con niños con dificultad a la hora de mantener la calma y la atención que requiere la práctica del masaje. Con todo ello, es imprescindible amoldar los objetivos y los contenidos a sus características. En ciertos momentos me he visto en un aprieto a la hora de comunicarme con los niños, saber que tenía que pedir o exigir a cada uno o por donde tenía que encaminar la actividad para que resultase gratificante. ANEXO II: Relato 6: miércoles, 3 de abril: *“El resto de la clase ya son capaces de diferenciar los pasos que hay que dar en el masaje, sin que se lo tuviera que decir”*.

### **Sobre el contenido:**

- Para llegar a alcanzar los objetivos y contenidos propuestos en esta intervención, se han utilizado varias **estrategias**. A través de una serie de consignas he querido ir marcando el camino para conseguir los objetivos propuestos. Hacía hincapié en los elementos que consideraba más importantes para lograrlo. No han faltado los

**comentarios positivos** hacia los niños cuando estos mostraban una actitud adecuada y correcta. ANEXO II: Relato 6: miércoles, 3 de abril: *“Cuando les pregunto cuál es el siguiente paso, rápido me contestan y les felicito diciéndoles “¡muy bien que te acuerdes de los pasos!”*. ANEXO II: Relato 9: lunes, 8 de abril: *“Cuando pregunto en voz alta lo que hay que hacer antes del masaje, la mayoría de los niños responde de forma correcta y les felicito “¡genial, que chicos más listos!”*.

También se utilizó el **aprendizaje por imitación**. Los niños observaban cuales eran mis movimientos y a partir de ahí ellos me seguían. ANEXO II: Relato 4: lunes, 1 de abril: *“Al mismo tiempo que voy diciendo el nombre de los movimientos, y diciendo como hay que hacerlo, también voy mostrando como lo hago con mi peluche “Teo” y pienso que eso les ayuda en el momento de realizar cada movimiento”*.

En esta práctica, también he querido tener en cuenta la **compresión de las emociones** en los niños, al finalizar cada sesión. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: *“Al finalizar el masaje, observo como A le dice a M que “no le ha gustado como me has dado el masaje”. Por eso, le recuerdo a A “que tiene que darle el masaje más suave y no tan fuerte”*.

- Tanto con la parte teórica como con la práctica de este trabajo, me he dado cuenta de lo imprescindibles que son las **rutinas** dentro del aula. El buen funcionamiento de la práctica del masaje se ha dado, entre otras cosas, gracias a la repetición y a la constancia. Poco a poco se fue dando una mayor seguridad que favorecía la independencia y autonomía de los niños. Para que se diera una sesión de masaje fluida era esencial explicarles las situaciones y los movimientos que se iban a ir dando de manera clara y concisa. Ya que la práctica del masaje variaba en función de la jornada escolar, se pudo comprobar las diferentes respuestas del niño. ANEXO II. Relato 15: viernes, 26 de abril: *“Este viernes, hemos hecho un cambio en la rutina del masaje ya que después del recreo la profesora tenía programado realizar otra actividad. Después de finalizar la actividad, les he recordado que, a continuación, íbamos a llevar a cabo el masaje”*.

- Durante el transcurso de las diferentes sesiones del masaje, he estado pendiente en todo momento de la **postura que adoptaban los alumnos**. Al observar sus movimientos y su actitud podía comprender si estaban o no cómodos, aburridos. ANEXO II: Relato 2: jueves, 28 de marzo: *“Una vez analizada la práctica de ayer, he optado por introducir un nuevo cambio, en vez de sentarse en el suelo, decido que estén de rodillas, ya que al observar la sesión de ayer vi que determinados niños no llegaban a masajear al peluche y, además, de esta forma trato de evitar posturas incómodas”*. ANEXO II: Relato 16: lunes, 29 de abril: *“Durante el masaje, percibo que la mayoría de los niños permanecen con los ojos cerrados y mantienen una postura correcta. Se encuentran tranquilos y esto hace que el ambiente sea muy bueno”*.
- Con el transcurrir de las sesiones, los niños se fueron **familiarizando** con los movimientos que se llevaban a cabo de diferentes formas. Yo como docente, me encargada, al finalizar cada sesión, de recordarles qué íbamos a hacer en la próxima sesión para que no les pillara de imprevisto. ANEXO II: Relato 10: martes, 9 de abril: *“Al terminar les anticipo que “mañana vamos a incorporar el siguiente movimiento que ya habíamos trabajado con el peluche”*. Me parece necesario, informales con anterioridad, cuando vamos a incorporar un movimiento nuevo para que no les pille por sorpresa”.

Decidí introducir en un primer momento peluches para que trabajaran los movimientos que más tarde llevarían a cabo sobre sus compañeros. ANEXO II: Relato 11: miércoles, 10 de abril: *“Al introducir el segundo movimiento, una niña me dice “¡Ala!, si es el mismo paso que hemos hecho con el peluche, pero esta vez en la barriguita del compañero” y la respondo “claro, todos los movimientos que hemos trabajado con el peluche, ahora lo estamos haciendo con el compañero”*.

Los niños para familiarizarse con los movimientos hacen comparaciones. ANEXO II: Relato 6: miércoles, 3 de abril: *“Algunos niños hacen comparaciones, el segundo paso “se parece a las hormiguitas”*.

- A raíz de esta práctica, he podido comprobar como los niños han utilizado el **contenido aprendido en otros momentos dentro de la jornada escolar**, por ejemplo, cuando tenían juego libre, algunos de ellos, aprovechaban para coger su peluche para acariciarlo.

## 8. CONCLUSIONES

Tras terminar de elaborar este trabajo, puedo corroborar, que los 3 objetivos que me había planteado al inicio del TFG, he conseguido lograrlos.

En cuanto al primer objetivo: *“Conocer y profundizar los conocimientos básicos sobre el masaje infantil”*, puedo destacar que, al elaborar este trabajo, he podido conocer mucha información acerca del masaje infantil y algunos autores relacionados con dicho tema. Gracias a esto, he aprendido con mayor profundidad sobre la historia, los beneficios y algunos aspectos más relevantes del masaje como, la conciencia corporal o la importancia del tacto. Ahora puedo decir que son muchos los beneficios que aporta el masaje infantil tanto a nivel fisiológico, como psicoemocional y social. Además, de la importancia que se le da al tacto en los primeros años de vida, ya que a través de los masajes se genera un desarrollo favorable en los niños. A pesar de toda la búsqueda de información que he llevado a cabo, debo comentar que el conocimiento que he ido adquiriendo sobre el masaje infantil, ha sido básico, puesto que estamos ante un tema muy complejo, con muchos aspectos a desarrollar.

En relación al segundo objetivo: *“Diseñar una propuesta para llevar a cabo el masaje infantil en un aula de tres años”*. Puedo decir que he logrado elaborar una adecuada propuesta de intervención para llevarla a cabo en un aula de tres años con el fin de trabajar los masajes, del mismo modo que, he conseguido implantar los masajes como una rutina dentro de la jornada escolar. Sin embargo, es la primera vez que dirigía los masajes en un aula de tres años y con un grupo reducido. La puesta en práctica ha sido realizada durante un periodo de tiempo muy corto. Hay que destacar que, al haberlo hecho en el segundo cuatrimestre, las rutinas ya las tenían muy asimiladas y por lo tanto esto me ha facilitado la labor. A la hora de elaborar mi propuesta, he tenido en cuenta las características del alumnado y sus necesidades, observando y anotando las actitudes que iban mostrando en la puesta en práctica del masaje. Además, he llevado a la práctica algunas orientaciones metodológicas de autores. Gracias a la observación durante la práctica del masaje, me ha permitido reflexionar sobre la propia práctica docente y el alumnado. A través de esto, he podido ir introduciendo diferentes cambios en mi propuesta, con el fin de mejorarla.

Por último, con respecto al objetivo 3: *“Analizar y valorar la puesta en práctica del masaje para comprobar si se han alcanzado los objetivos establecidos”*. He podido

analizar de una manera general todos los datos e informaciones adquiridas tras la puesta en práctica del masaje, pero por falta de tiempo, no he logrado adentrarme más en este objetivo. Tengo que decir, que este apartado es el que más me ha costado hacer, ya que no sabía cómo dar sentido a todo este proceso utilizando todas las informaciones registradas durante las sesiones de la práctica del masaje. Este apartado pude realizarlo a través de la lectura de documentos vinculados con la metodología de investigación-acción, dado que fueron esenciales para sacar y organizar los datos. Aun así, considero que he logrado alcanzar este objetivo que me propuse al inicio de este trabajo. Pienso, que a pesar de todas las dificultades que se me han presentado en esta parte, me hubiera gustado seguir con este proceso de investigación-acción con el objetivo de continuar mejorando la práctica en sus niveles.

Tras analizar todo lo expuesto en este trabajo, debo afirmar que la creación de una rutina de masaje, sobre todo en infantil, es esencial para establecer una rutina de relajación. Esto se debería introducir en todos los centros porque es necesario que haya momentos de sosiego y de calma en la vida de los niños, así como la repetición de las mismas dinámicas cada día para que vayan interiorizando lo aprendido y convirtiéndolo en un hábito para así seguir progresando de cara a un futuro.

Me parece importante terminar este apartado “conclusiones finales” hablando de manera breve sobre este proceso. En términos generales, me ha resultado una experiencia muy enriquecedora, a pesar de todas las dificultades que se me han ido presentado a lo largo del camino, teniendo que superar muchos temores y obstáculos. No obstante, me ha ayudado a tener mayores conocimientos sobre el masaje, aunque sin llegar a profundizar demasiado debido a la falta de tiempo. Esta limitación me ha impedido llevar a cabo un análisis más exhaustivo y preciso.

A lo largo de la práctica me quedo tanto con los momentos buenos como con los malos, porque cada uno de los instantes vividos me han servido para aprender y seguir creciendo como persona principalmente aquellos momentos de mayor complicación. Los errores nos deben conducir hacia la aceptación de los mismos y con ello a la superación de aquellas trabas que vaya encontrando a lo largo del camino. Además, aprender sobre nuestros errores, nos da la oportunidad de volver a empezar y continuar hacia adelante.

Para concluir, me siento satisfecha de poder haber conseguido llevar a cabo el masaje en un aula de tres años y que haya servido de gran utilidad tanto para los niños como para mí.

Con todo esto, me gustaría en un futuro integrar esta rutina, cuando llegue a ser maestra de Infantil, dentro de mi tarea educativa, aunque soy consciente de la poca experiencia que tengo en esta labor pero, sin embargo, con todos los conocimientos obtenidos para poder haber llevado a cabo la tarea realizada.

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahr, B. (2002). Masaje para bebés. Barcelona: Paidotribo.
- Ayres, A. and Robins, J. (2008). La integración sensorial en los niños. 2 th ed. Madrid: Tea.
- Bisquerra, R. (2013). Concepto de emoción. [Blog] Rafael Bisquerra. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/biografia/publicaciones/articulos/101-educacion-emocional-competencias-basicas-para-vida/208-concepto-emocion.html> [Consulta: 17 feb. 2019].
- Chubarovsky, T. (2014). El sentido del tacto y su relación con la conducta. [Blog] Tamara Chubarovsky. Disponible en: <http://www.tamarachubarovsky.com/2014/09/15/el-sentido-del-tacto/> [Consulta: 15 Feb. 2019].
- Coto, M. (2015). Las Maravillas Del Contacto Físico | ContigoSalud. [Online] ContigoSalud. Disponible en: <http://www.contigosalud.com/las-maravillas-delcontacto-fisico> [Consulta: 15 feb. 2019].
- Davis, F (2010). La comunicación no verbal. Madrid, España: Alianza Editorial.
- DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.
- Erhard-Weiss, D. (2007). El contacto visual en los bebés. Consideraciones y consejos expertos. Tiny Love. Recuperado de: <https://www.tinylove.com/es/articles/eye-contact-babies> [Consulta: 19 feb. 2019].
- Femenías, M. (2008). El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana. (Tesis doctoral). Universidad de las Islas Baleares.
- González Gracia, M. (2007). Masaje Infantil. Medicina Naturista, 1(2), pp.102-119.
- Ibarrola, B. and Bisquerra Alzina, R. (2016). Aprendizaje emocionante. [Boadilla del Monte, Madrid]: SM.
- Iglesias- Hoyos, S., Del Castillo, A. y Muñoz- Delgado, J.I. (2016). Reconocimiento facial de expresión emocional: diferencias por licenciaturas. Acta de Investigación Psicológica. 6(3), pp. 2494-2499. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471916300606> [Consulta: 17 feb. 2019].

- Knapp, M. (2009). La comunicación no verbal. El cuerpo y el entorno. México: Ediciones Paidós.
- Lara, M. (2017). El Masaje Infantil. El tacto cómo medio de comunicación. [Blog] Ohana. Recuperado de: <http://www.centroohana.es/masaje-infantil/> [Consulta: 19 feb. 2019].
- Leboyer, F. (1976). Shantala un arte tradicional el masaje de los niños. Hachette.
- López, L. (2013). Historia del masaje Shantala. [Blog] Masaje infantil para bebés. Recuperado de: <https://masajeparabebestalleres.wordpress.com/historia-del-masaje-shantala/> [Consulta: 18 feb. 2019].
- López, L. (2013). Vimala Schneider. [Blog] Masaje infantil para bebés. Recuperado de: <https://masajeparabebestalleres.wordpress.com/> [Consulta: 17 feb. 2019].
- Masaje corporal. Concepto y tipos en función de sus objetivos. Descripción y efectos de las diferentes maniobras que se realizan en el masaje corporal. (2010). Temas para la educación, [online] 6, pp.1-17. [Consulta 15 Feb. 2018].
- Masajes orientales en Madrid Xiao Ying. (2013). etimología de masaje archivos. [online] Disponible en: <https://www.masajes-xiaoyingmadrid.com/blog/tag/etimologia-de-masaje/> [Consulta: 17 Feb. 2019].
- Núñez, J. (2013). Conciencia corporal: escucha tu cuerpo [Blog]. Aprende como quieras. Vive como puedas. Recuperado de: <https://aprendizajeyvida.com/2013/05/09/conciencia-corporal-escucha-tu-cuerpo/> [Consulta: 30 Mar. 2019].
- Ortiz, T. (s.f.). La comunicación no verbal en el niño. Madrid: Desarrollo infantil. Recuperado de: <http://www.desarrolloinfantil.net/desarrollo-psicologico/la-comunicacion-no-verbal-en-el-nino> [Consulta: 3 Abr. 2019].
- Ospina, D. (s.f.). El diario como estrategia didáctica. Turquía: Aprender en línea. Recuperado de: <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/boa/contenidos.php/8ffccad7bc2328aa00d9344288580dd7/128/1/contenido/> [Consulta: 3 Abr. 2019].
- Palou Vicens, S. (2008). Sentir y crecer, el crecimiento emocional en la infancia. Barcelona: Raó.
- PETALES Internacionales (2014). La teoría del vínculo afectivo o apego [Blog] PETALES Internacional. Recuperado de: <http://petalesinternational.org/ES/La-teoria-del-v%C3%ADnculo-afectivo-o-apego.php> [Consulta: 17 feb. 2019].

- Prat, N. (2010). El masaje infantil como vía de comunicación [Blog]. Mímame mucho. Recuperado de: <http://mimame-mucho.blogspot.com/2010/04/articulo-sobre-el-masaje-infantil-2.html?m=1> [Consulta: 4 Abr. 2019].
- Ribera, N. (2012). Apego: vínculos afectivos y psicopatología [Blog] Gabinete psicológico. Recuperado de: <http://gabinetepsicologicobarcelona.blogspot.com/2012/02/apego-vinculos-afectivos-y.html> [Consulta: 15 feb. 2019].
- Rueda, M. (2017). “Reconocimiento emocional a partir de expresiones faciales y piezas musicales en niños y adultos” (tesis doctoral). Universidad Autónoma de Madrid, Madrid.
- Ruíz Vidorreta, M.A. (2013). Evaluación en la adquisición de hábitos en la etapa de educación infantil. Revista Arista Digital, 38, pp. 248-252. Disponible en: [http://www.afapna.es/web/aristadigital/archivos\\_revista/2013\\_noviembre\\_35.pdf](http://www.afapna.es/web/aristadigital/archivos_revista/2013_noviembre_35.pdf) [Consulta: 16 feb. 2019].
- Sanz, L. (2012). “Las emociones en el aula: Propuesta Didáctica para Educación Infantil” (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Segura, M., Caballé, C., y Castells, L. (2017). Los efectos de la relajación mediante el masaje infantil en la memoria de trabajo. Ágora para la Educación Física y el Deporte 19(1),102-118. Disponible en: <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/23833/1/AEFD-2017-1-efectos%20de%20la.pdf> [Consulta: 5 Abr. 2019].
- Smith, K. and Deutsch, A. (2000). Masaje: el poder curativo del tacto Barcelona: Blume.
- Soler, A. (2016). La conciencia corporal y su influencia en el proceso grafomotor y los problemas en la escritura [Tesis doctoral]. Recuperado de: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8260/Tesis%20Andres%20Soler%20%20abril%5B1%5D.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [Consulta: 1 Abr. 2019].
- Urbón, L. (2018). “El masaje infantil: propuesta de intervención educativa en un aula de 4 años” (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Vaca Escribano, M. (2005). El cuerpo y la motricidad en educación infantil. Iberoamericana de Educación, 39, pp. 207-224. Disponible en: <https://rieoei.org/RIE/article/view/810> [consulta: 28 Mar. 2019].

- Velasco, S. (2015). “El masaje infantil entre iguales: una propuesta de intervención educativa en el cuerpo en un aula de 3 años” (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Valladolid.
- Ventura Producciones, S.L. (2018). ¿Por qué es beneficioso el masaje en los bebés para el vínculo afectivo? [Blog] elbebe.com. Recuperado de: <https://www.elbebe.com/bebes/por-que-es-beneficioso-masaje-para-vinculo-afectivo> [Consulta: 15 feb. 2019].
- Walker, P. (1988). El masaje de los niños. Para que tu niño sea sano y feliz. Barcelona: Integral ediciones.
- Walker, P. (2001). El arte práctico del masaje infantil. Una guía sistemática de masajes y ejercicios para bebés de 0 a 3 años. Barcelona: Paidotribo.
- Zinet, M.G. (2014) El desarrollo de los sentidos del futuro bebé. [Blog] Ser padres. Recuperado de: <https://www.serpadres.es/embarazo/tu-bebe/articulo/sentidos-bebe-percibe-feto> [Consulta: 15 feb. 2019].

## 10. ANEXOS

### ANEXO I: Diseño de la propuesta de intervención.

#### LOCALIZACIÓN:

- **Dentro del currículo oficial**

DECRETO 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León:

#### **Área 1: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal**

*Bloque 1: El cuerpo y la propia imagen.*

1.1 El esquema corporal.

1.4 Sentimientos y emociones.

#### **Área 3: Lenguajes: comunicación y representación**

*Bloque 4. Lenguaje corporal*

- Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación.
- Expresión de los propios sentimientos y emociones a través del cuerpo.
- Nociones de direccionalidad con el propio cuerpo. Conocimiento y dominio corporal.

- **Campo de contenido y Tema**

Libro de Vaca Escribano, M.J. Y Varela Ferreras, M.S. (2008) "*Motricidad y aprendizaje. El Tratamiento Pedagógico del ámbito Corporal (3-6)*" Barcelona. Graó.

*Campo de contenido II.* Aprender sobre sí mismos.

Tema 4: Explorando el ámbito corporal como una fuente de sensaciones y sentimientos.

### **JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO:**

Después de haber realizado un trabajo el año pasado sobre los masajes en una de las asignaturas, he querido volver a repetir este tema para poder aprender de los errores y subsanarlos debidamente, así como adquirir la confianza y destreza suficiente para llevarlo a cabo. Además, veo esencial tratar la inclusión de los hábitos y las rutinas en estas edades y, a través de la práctica de los masajes, quiero conseguirlo.

Además con los masajes pretendo, generar un ambiente tranquilo y relajado, para que después puedan llegar a desempeñar actividades que requieran una mayor concentración, aprovechando la rutina de relajación que tenían establecida dentro de su jornada escolar.

En resumen, veo necesario que los niños comiencen a desempeñar tareas con el fin de generar nuevos vínculos entre ellos y también, el poder experimentar con los cuerpos de los demás, ofreciendo situaciones que requieran del cuidado mutuo, respeto y atención.

### **CONTEXTO**

Claudia Puerta Casado, en compromiso con la tutora de prácticas del centro.

Para llevarlo a cabo en el aula de 3º años, concretamente en el segundo trimestre (Marzo 2019).

Fechas orientativas: 27/03/19- 29/04/19.

En el propio aula.

Peluches.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Vaca Escribano, M.J. Y Varela Ferreras, M.S. (2008) "Motricidad y aprendizaje. El Tratamiento Pedagógico del ámbito Corporal (3-6)" Barcelona. Graó.
- Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.

### **DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN**

- Relatos y análisis.
- Desarrollo de las sesiones.
- Fotos de la realización de la cuña.

<b>ESTRUCTURA DE FUNCIONAMIENTO. PROPUESTAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>
<b>GESTIÓN Y ESTABLECIMIENTO DE RUTINAS</b>
<p><i>Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):</i> tras el recreo y el almuerzo, según vayan acabando los niños de recoger y limpiar su sitio, deberán coger su peluche para colocarse en el corralito. Durante los primeros días, les iré recordando que después de almorzar: “vamos a hacer el masaje”, “cogemos cada uno nuestro peluche”.</p> <p><i>Contacto piel con piel mediante parejas:</i> tras el recreo y el almuerzo, según vayan acabando los niños de recoger y limpiar su sitio, deberán buscar a un compañero para ir colocándose por parejas. Cada niño, de forma autónoma, tendrá que acercarse a algún compañero para preguntarle si quiere ser su pareja. De esta forma, tendrán que aprender a tomar decisiones por ellos mismos, diciéndoles sí o no a los compañeros dependiendo de sus intereses. Durante los primeros días, les iré recordando que después de almorzar: “vamos a hacer el masaje”, “buscamos a un compañero”.</p>
<b>ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO</b>
<p><i>Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):</i> los alumnos, irán a coger su peluche y se colorarán en el corralito formando un pequeño semicírculo. Todos los niños, se sientan arrodillados en el suelo situando a su peluche delante de ellos. A medida que los niños, se van situando en sus sitios, yo me dispongo a preparar el aula y a coger mi peluche.</p> <p><i>Contacto piel con piel mediante parejas:</i> los alumnos, irán a buscar a su pareja y se colocarán por el centro de la clase. Un miembro de cada pareja se colocará tumbado en el suelo, mientras que el otro se situará sentado a su lado. A medida que los niños se van ubicando con sus respectivas parejas, iré preparando el aula.</p>
<b>TOMA DE CONTACTO</b>
<p><i>Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):</i> una vez que los niños están sentados en semicírculo con su peluche, le darán la bienvenida colocando sus manos sobre él. Es un momento de contacto con el peluche a través del tacto.</p> <p><i>Contacto piel con piel mediante parejas:</i> cuando los niños estén sentados con su respectiva pareja, aquellos que van a comenzar dando el masaje colocarán sus manos</p>

sobre el pecho de su compañero para darle la bienvenida. Es un momento de contacto con el compañero a través del tacto.

### **MOMENTO DE CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE**

*Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):* luego comenzará el ritual de entrada cantando la canción “el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”, mientras frotan sus manos para calentarlas. Después, empezarán dando el masaje siguiendo mis indicaciones. Los primeros días, yo realizaré los movimientos con un peluche para que vayan aprendiendo a dar de manera correcta cada uno de los pasos.

Los niños van a ser los principales ejecutores de las indicaciones que les voy mandado “comenzamos poniendo las manos sobre nuestro peluche”. “Luego cantamos la canción mientras nos frotamos las manos para calentárnoslas”. “A continuación, vamos a ir apretando y soltando a nuestro peluche de forma suave”. “Después, con los deditos de la mano, vamos a ir apretando primero un dedito y luego el otro como si le estuvieran cayendo gotas de agua por el cuerpo”.

*Contacto piel con piel mediante parejas:* luego comenzará el ritual de entrada cantando la canción “el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”, mientras frotan sus manos para calentarlas. Después, empezarán dando el masaje siguiendo mis indicaciones. Los primeros días, realizaré los movimientos conmigo misma o con un alumno para que vayan aprendiendo a dar de manera correcta cada uno de los pasos.

Los niños van a ser los principales ejecutores de las indicaciones que les voy mandado “comenzamos poniendo las manos sobre el pecho de nuestro compañero”. “Luego cantamos la canción mientras nos frotamos las manos para calentárnoslas”. “A continuación, cogemos con las dos manos la pierna del compañero y a medida que vamos apretando, la soltamos muy despacio de forma suave”. “Después, ponemos las manos sobre la barriga del compañero y con los deditos de la mano, vamos a ir apretando primero con un dedito y luego el otro como si le estuvieran cayendo gotas de agua por su barriguita”.

### **CAMBIO DE ROLES**

*Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):* no hay cambio de roles.

*Contacto piel con piel mediante parejas:* al terminar el masaje, volvemos a poner las manos sobre el pecho del compañero. Después, es el momento de cambiarnos de posición,

los que estaban haciendo el masaje, ahora se tumban, y los otros se preparan para dar el masaje.

Durante el masaje, observo como van realizando los movimientos y las dificultades que se les presentan, de esta manera podré ir haciendo las modificaciones que considere necesarias.

### **MOMENTO DE DESPEDIDA**

*Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches):* al terminar el masaje, permanecerán un rato con las manos sobre su peluche. A continuación, le podemos dar una muestra de cariño a nuestro peluche (beso, abrazo, etc.).

Por último, van dejando los peluches en su sitio y se colocan en la mesa sin molestar a los demás compañeros.

*Contacto piel con piel mediante parejas:* al acabar el masaje, permanecerán un rato con las manos apoyadas sobre el pecho de su compañero. A continuación, poco a poco se pueden ir incorporándose.

Después, le damos las gracias al compañero (un beso, abrazo, una muestra de cariño) y le podemos comentar cual es lo que más nos ha gustado del masaje o, por el contrario, lo que menos.

Por último, van a ir sentándose en la mesa sin molestar a los demás compañeros.

### **PREVISIONES PARA LA REGULACIÓN DE LA PRÁCTICA**

---

- **Antes de que el alumno comience a hacer...**

Es importante tener claro cuál va a ser el momento más idóneo para llevar a cabo la cuña, así como la distribución del aula para evitar que no haya elementos que nos lleguen a obstaculizar la puesta en práctica del masaje y la elección de un buen espacio para que los niños puedan tumbarse teniendo libertad de movimiento y sin que se molesten.

- **En el desarrollo**

Iré dando las consignas de manera clara y precisa con el fin de que los niños lo entiendan. Durante la puesta en práctica, estaré muy atenta a las respuestas de los niños para que en función de esto pueda realizar las modificaciones pertinentes.

A la hora de llevar a cabo los movimientos y teniendo en cuenta la sesión en la que nos encontremos, trataré de explicárselo por medio de un peluche (iniciación de los masajes a través de un objeto) o al compañero (Contacto piel con piel mediante parejas).

Comentaré en voz alta todos los aspectos positivos que vea a lo largo del masaje, felicitando a aquellos niños que lo hacen bien y que sirva de motivación al resto para que lo hagan lo mejor que puedan.

Si el ambiente en el aula se ve afectado por un pequeño número de niños que no prestan la atención debida e interrumpen de manera constante el ritmo lógico de la sesión, tomaré la decisión de que esos niños dejen de realizar el masaje y continuaré centrando mi atención en los niños que lo ejecuten adecuadamente.

### **OBJETIVOS**

---

- Tomar conciencia de su propio cuerpo y el de los demás.
- Fomentar el contacto, la comunicación no verbal y los lazos afectivos con los compañeros.
- Mejorar la construcción de su identidad personal mediante la distinción y el conocimiento de las partes del cuerpo.
- Manifestar sentimientos, deseos y necesidades del alumnado.
- Distinguir los diferentes pasos del masaje y aplicar la coordinación óculo-manual.
- Desarrollar actitudes de respeto, colaboración y ayuda durante la práctica del masaje.

### **CONTENIDOS**

---

- El masaje: como instrumento de aprendizaje.
- Partes del cuerpo.
- Diferentes movimientos del masaje.
- Comunicación no verbal.
- Normas esenciales del masaje.

### **EVALUACIÓN**

---

- **Instrumentos**

Mediante la observación sistemática y directa durante el masaje y gracias a los relatos que he ido recogiendo de cada sesión, podré reflexionar y sacar las conclusiones que considere oportunas en relación con la práctica llevada a cabo.

También el uso de fotos me ha permitido comprobar cómo han ido mejorando progresivamente a la hora de aplicar los diferentes movimientos del masaje.

- **Criterio**

Al cabo de unas semanas, evaluaré como aplican de forma autónoma los diferentes movimientos que hemos ido trabajando, la postura corporal que ejercen al realizar el masaje y cómo van adquiriendo autonomía en las rutinas.

### **¿QUÉ HE APRENDIDO?**

#### **Sobre el tema motivo de enseñanza y aprendizaje**

**Sobre el alumnado y su aprendizaje.** Los comportamientos y respuestas; los obstáculos y dificultades en el aprendizaje y las posibilidades de superarlos; la autonomía en la tarea; los cambios y mejora; etc.

**Sobre la profesión y competencias profesionales de la maestra.** Cómo se ha facilitado el aprendizaje; la puesta en escena; la atención al grupo/diversidad; oportunidad de las propuestas y progresiones planteadas; etc.

**Sobre las demandas de formación como maestra que identificas**

**ANEXO II: Desarrollo y relatos de cada sesión: propuesta de intervención.**

- *Iniciación de los masajes a través de un objeto (peluches)*

**Sesión 1**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten en el corralito formando un círculo.  En asamblea les digo que uno a uno presentasen a su peluche. Después presenté a mi peluche y les comenté que a mi peluche le gusta mucho que le den masajes. Posteriormente les pregunté: - <i>“¿Os gustaría dar un masaje a vuestro peluche?”</i> .
Durante la práctica del masaje	Les explico que lo primero que tenemos que hacer para empezar con el masaje es poner las manos sobre el peluche y empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i> . Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. Para terminar con el masaje, pondremos las manos sobre el peluche.

Para finalizar el masaje	Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.
--------------------------	--

**Relato 1:** Miércoles, 27 de Marzo.

Para esta primera intervención preparo una asamblea con el objetivo de que los niños se familiaricen con su peluche y compartan el vínculo que tienen hacia él. Para introducir el masaje realizo una pequeña actividad.

En el momento que se colocan en el corralito, lo hacen muy bien, yo me noto que estoy bastante nerviosa ya que al ser la primera sesión tengo miedo de que pueda salir mal. Les digo que tienen que estar muy atentos porque vamos a hacer una cosa distinta. Les observo que me están mirando con atención y les digo que vamos a presentar a nuestros peluches. Cuando llega mi turno, les comento que mi perrito se llama Teo y que le encanta que le den masajes. A partir de ese momento veo a los niños comentar: - *¡Vamos a hacer masajes a nuestros peluches!* Entonces les pregunto que, si quieren hacer un masaje a su peluche y aceptan encantados, salvo una niña que prefiere no hacerlo. En ese momento cojo mi peluche y me le coloco tumbado en el suelo delante de mí. Cuando ya todos han colocado su peluche, les cuento que hoy vamos a aprender a masajear llevando a cabo un solo movimiento y que, con el paso de los días, iremos aprendiendo más movimientos. *“Ahora comenzamos colocando las manos encima del peluche y nos quedaremos un ratito para darle los buenos días”*. A continuación, *“vamos a frotarnos las manos para calentárnoslas mientras cantamos la canción”*. Posteriormente empezamos, siguiendo mis indicaciones: - *“En este primer movimiento, vamos a apretar a nuestro peluche y poco a poco le soltamos despacito y así sucesivamente”*. Mientras estoy dando el masaje a mi peluche, observo como todos los niños están atentos y siguen el movimiento. *“Después, de realizar el movimiento del masaje colocamos de nuevo las manos sobre el peluche”*. *“Finalmente, cogemos a nuestro peluche y le damos un beso y un abrazo”*.

Una vez acabada la primera sesión, me siento satisfecha de lo bien que lo han hecho.

## Sesión 2

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer, pero esta vez les pido que se arrodillen para dar el masaje.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>
Durante la práctica del masaje	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. Para terminar con el masaje pondremos las manos sobre el peluche.</p>
Para finalizar el masaje	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.</p>

### **Relato 2:** Jueves, 28 de Marzo.

Una vez analizada la práctica de ayer, he optado por introducir un nuevo cambio, en vez de sentarse en el suelo, decido que estén de rodillas, ya que al observar la sesión de ayer vi que determinados niños no llegaban a masajear al peluche y, además, de esta forma trato de evitar posturas incómodas.

A la hora de dar el masaje, veo que hay niños que siguen sentados sin hacer caso a mis indicaciones. Antes de comenzar el masaje, voy diciendo los pasos que hay que llevar a cabo antes de realizar el mismo y en ese momento escucho como una niña está diciéndola a otra los pasos que hay que seguir y esto me entusiasma. A lo largo del masaje, voy repitiendo lo que me interesa que hagan. Trato de gesticular lentamente el movimiento trabajado para que aprendan como deben de hacerlo.

Para esta sesión he trabajado el mismo movimiento de ayer, con el objetivo de que los niños se acostumbren a este nuevo hábito. Cuando ha finalizado el masaje, les he dejado un ratito más con sus peluches para que se relajaran un poco más.

Por otro lado, hay un niño que no ha realizado la práctica del masaje, entonces, yo tampoco he insistido en que lo hiciera.

Cosas que me he dado cuenta: gracias a la nueva forma de sentarse, los niños han podido manipular mejor a su peluche, mejorando así el movimiento trabajado durante ese tiempo y sin adoptar ninguna posición incómoda. También, que no debo de alargar tanto el movimiento ya que los niños se acaban cansando e incluso llegan hasta aburrirse.

### **Sesión 3**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>
	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras</p>

Durante la práctica del masaje	cantamos la canción “ <i>el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya</i> ”. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - “ <i>comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio</i> ” y así sucesivamente. “ <i>En el siguiente paso, apretaremos con nuestros deditos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua</i> ”. “ <i>Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche</i> ”.
Para finalizar el masaje	Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.

### **Relato 3:** Viernes, 29 de Marzo.

Una vez que analicé la práctica de ayer y me di cuenta de que estaba alargando mucho el primer movimiento del masaje, decidí introducir un nuevo movimiento para que la práctica fuera más fluida y no se hiciera muy pesada.

Los viernes no debería de haber puesta en práctica del masaje ya que después del recreo tienen polideportivo, pero por falta de tiempo, decidí también hacer el masaje todos los viernes, justo antes del recreo y después del almuerzo. También, he elegido después del almuerzo porque los niños se encuentran muy tranquilos y el clima del aula es muy bueno y acogedor. Por eso, cuando están almorzando les comento que vamos a hacer el masaje antes del recreo para que se vayan preparando.

Antes del masaje, sigo diciéndoles los pasos que hay que llevar a cabo, con el fin de que los niños vayan asimilándolo y aprendiéndolo al igual que los movimientos. Además, si algo veo que lo están haciendo mal les voy corrigiendo. En esta práctica todos los niños han llevado a cabo el masaje y he podido comprobar como ya muchos de los niños sabían los pasos que teníamos que dar para realizar el masaje. Por lo tanto, me demostraron que comprendían el ritual de entrada y salida del masaje. Sin embargo, he notado que había 3 niños que no seguían mis indicaciones y me interrumpían constantemente. Esto afectaba al ambiente del aula.

Cosas que me he dado cuenta: al introducir un nuevo movimiento he notado que a los niños no se les hacía tan pesada la sesión. Por lo tanto, debo prestar más atención al lenguaje corporal de los niños y percibir cuando los niños se están aburriendo y cuando no.

### **Sesión 4**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>
<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. <i>“En el siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche”</i>.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.</p>

**Relato 4:** Lunes, 1 de Abril.

A la vuelta del fin de semana, el ambiente del aula es como el de todos los días. Este lunes hemos decidido almorzar antes del recreo y al terminar el recreo, decido que se podía realizar el masaje ya que el ambiente en el aula es muy bueno y tranquilo. Por lo que, a la vuelta del patio, les informo de que vamos a llevar a cabo el masaje para que los niños ya se fueran preparando. Les recuerdo que, para ello, tienen que coger a su peluche y sentarse en el corralito.

Puedo observar, que la mayoría de los niños son conscientes de que se tienen que poner de rodillas. Además, puedo percibir que hay bastantes niños que comentan “*¡hay que arrodillarse!*”, diciéndoselo a los que se encuentran sentados en el sitio.

En el momento de decir los pasos que hay que dar, me noto muy segura de mi misma en comparación con las sesiones anteriores. Al mismo tiempo que voy diciendo el nombre de los movimientos, y diciendo como hay que hacerlo, también voy mostrando como lo hago con mi peluche “Teo” y pienso que eso les ayuda en el momento de realizar cada movimiento.

Cuando les pregunto *¿Qué hay que hacer antes de realizar el masaje?*, varias niñas me comentan “*que tenemos que poner nuestras manos en el peluche y luego frotarlas con mucha energía para calentarlas*”. Entonces, las felicito por estar muy atentas a lo que voy diciendo cada día. A medida que vamos realizando los movimientos, voy observando que niños lo hacen bien y quienes no. A todos los niños que lo hacen bien les digo “*Qué bien lo estás haciendo*” con el objetivo de que sigan así. Aun así, sigue habiendo niños que se distraen con los peluches de otros compañeros, siendo siempre los mismos.

**Sesión 5**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.

	<p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>
<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“En el siguiente paso, vamos a coger con nuestras manos el brazo del peluche y con suavidad haremos rodar el brazo”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche”</i>.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.</p>

**Relato 5:** Martes, 2 de Abril.

Esta sesión ha sido llevada a cabo, como de costumbre, después del almuerzo, porque no hemos tenido ninguna actividad que me impidiera realizar la puesta en práctica del masaje.

Antes del masaje, puedo observar cómo le comenta una niña a otra que nunca había hecho el masaje, que ahora era el tiempo de masajear a nuestro peluche. Por lo tanto, le agradecí a la niña que la pusiera al tanto de lo que habíamos hecho hasta ahora.

Por un lado, me resulta gratificante, la buena y rápida organización cuando les digo: *¡Ahora, vamos a coger a nuestro peluche!* En ese momento puedo ver, que cada uno ya sabe donde tiene que ponerse y, además, de qué manera. Hay niños que se han quedado fuera del círculo, por lo que les pido que se separaran más para que todos pudieran entrar.

Durante el masaje, puedo percibir como una niña que no suele hacer el masaje, se arrodilla y comienza a hacer el masaje perfectamente. Sin embargo, hay dos niños que a la hora de realizar el masaje se pasan todo ese tiempo peleándose porque a uno de ellos le habían quitado el peluche. Ante esta situación, comienzo a ponerme un poco nerviosa, hasta tal punto de que casi corto la sesión. En este caso, les mandé que se separaran y continúe con el masaje. Al incorporar un nuevo movimiento, el masaje se hace más fluido y menos pesado.

Por otro lado, al terminar el masaje, hay niños que empiezan a poner sus manos sobre su peluche en señal de que han terminado. Esto significa que están comenzando a interiorizar la rutina.

## **Sesión 6**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>

<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“En el siguiente paso, vamos a coger con nuestras manos el brazo del peluche y con suavidad haremos rodar el brazo”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche”</i>.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.</p>

**Relato 6:** Miércoles, 3 de Abril.

Los niños acaban de almorzar y les pido que cada uno coja su peluche. Antes de colocarse, les recuerdo a los dos niños que ayer estuvieron peleándose, que se sentasen separados para que, de esta manera, no hubiera ningún problema y se pudiera realizar la sesión con total normalidad.

Los niños se organizan bien y rápidamente se arrodillan en su sitio. En ese momento, hay una niña que me pregunta: *“¿Puedo coger mi mantita y así puedo poner a mi peluche?”* Claramente la respondo que sí que puede, pero con la condición de que no se distraiga.

En esta sesión he tratado de estar más tranquila y calmada, debido a que en la anterior sesión no era consciente de que mi actitud no estaba generando un clima tranquilo. Por

tanto, antes del masaje ya avisé de *“que como alguien se esté comportando mal no iba a hacer el masaje”*.

Durante el masaje, llamo la atención a 4 niños que estaban tumbados con el peluche en el suelo sin hacer caso a mis indicaciones. Por eso, les comento que *“como no se pongan bien, se van a ir a su silla”*. El resto de la clase ya son capaces de diferenciar los pasos que hay que dar en el masaje, sin que se lo tuviera que decir. A la hora de hacer los movimientos, trato de no alargar mucho los pasos, a la vez que observo como son sus movimientos. Cuando les pregunto cuál es el siguiente paso, rápido me contestan y les felicito diciéndoles *“¡muy bien que te acuerdes de los pasos!”* También cuando veo a algún niño que está realizando el movimiento correctamente, le digo *“¡mirad que bien lo hace!”* Algunos niños hacen comparaciones, el segundo paso *“se parece a las hormiguitas”*.

Al terminar, veo que hay muchos niños que por sí solos ponen sus manitas sobre su peluche. En ese instante, una niña me comenta que *“este paso es igual que el del principio”*. Por tanto, ya voy percatándome de que van entendiendo la rutina de entrada y salida del masaje. Antes de dejar los peluches, les informo de que mañana vamos a introducir el último movimiento que vamos a trabajar, y que muy pronto, llevaremos los peluches a casa.

## **Sesión 7**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>

Durante la práctica del masaje	Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i> . Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i> . <i>“En el siguiente paso, vamos a coger con nuestras manos el brazo del peluche y con suavidad haremos rodar el brazo”</i> . <i>“Ahora vamos a ir acariciando al peluche, haciéndole pequeños círculos en su cabeza con el dedo índice”</i> . <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche”</i> .
Para finalizar el masaje	Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.

### **Relato 7:** Jueves, 4 de Abril.

Una vez que han terminado de almorzar, les pido que cojan su peluche y se vayan colocando. Sin decirles nada, se van arrodillando cada uno en su sitio correspondiente y observo que a los niños que mandé separarse se han situado en su lugar, dándome cuenta de que no les he felicitado por ello. Pero hay algunos niños que antes de empezar con el masaje, me piden ir al baño. Esta situación me pone bastante nerviosa ya que hay niños que salen y entran del aula, mientras el resto de los niños se encuentra colocados en su sitio. Por lo tanto, les comento que esperen un ratito y luego ya podrán ir al baño.

Antes de yo decirles nada sobre los pasos que hay que seguir, muchos de los niños me comentan *“primero, hay que poner las manos sobre nuestro peluche y luego las frotamos*

*para que se nos calienten mientras cantamos una canción*". Al oír esto, les pregunto *¿y cómo es la canción?* Y entre todos me empiezan a cantar *"el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya"* Ante esto, les aplaudo por lo bien que se lo saben y, a continuación, les pregunto *"¿Qué pasos sabemos?"*. En general, veo que todos me dicen los pasos y percibo como están centrados en el momento de realizar los movimientos. Por ello, les felicito y les digo *"¡qué bien lo habéis hecho hoy!"*. También he observado que, durante el masaje, hay varios niños que repiten algunas de mis frases con el objetivo de que aprendan a hacer el movimiento correctamente.

Al terminar el masaje, les informo de que mañana ya se podrán llevar el peluche a casa. Ante esto, escucho *"¡Ay qué bien!"* y rápido me preguntan *"¿pero ya no vamos a dar más masajes?"* y les contesto *"¡sí!, pero de otra manera"*. Cuando están todos dejando los peluches, escucho a algunos niños que dicen *"menos mal que vamos a seguir con los masajes, profe"*. Al escuchar este comentario, me sentí muy feliz puesto que pude comprobar que les estaba gustando esta nueva rutina.

## **Sesión 8**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, cojan cada uno su peluche y se sienten de rodillas en el corralito formando un círculo.</p> <p>En asamblea una vez arrodillados, les digo que vamos a hacer el mismo masaje que ayer.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su peluche, irán colocando las manos encima del peluche, como gesto de bienvenida.</p>
Durante la práctica del masaje	<p>Una vez que todos los niños están sentados con las manos sobre el peluche, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>"el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya"</i>. Después de cantar la canción,</p>

	<p>daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: -  <i>“comenzaremos a apretar el peluche y le soltaremos muy despacio”</i> y así sucesivamente. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos el peluche (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“En el siguiente paso, vamos a coger con nuestras manos el brazo del peluche y con suavidad haremos rodar el brazo”</i>. <i>“Ahora vamos a ir acariciando al peluche, haciéndole pequeños círculos en su cabeza con el dedo índice”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre el peluche”</i>.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su peluche por medio de un beso, abrazo, etc.</p>

**Relato 8:** Viernes, 5 de Abril.

Al ser viernes, he decidido llevar a cabo el masaje después de ir al polideportivo, ya que los viernes hacemos una rutina distinta debido a que el horario de la semana está organizado de otra forma.

Antes de acabar la sesión de psicomotricidad, en el polideportivo les voy informando de que, a continuación, vamos a ir a clase y allí haremos el masaje.

Una vez en clase, cada niño coge su peluche, pero en ese momento observo que hay un niño que ha cogido el peluche de otro, por lo que empiezan a pelearse y decido que esos no van a realizar el masaje. Cuando cojo mi peluche y me incorporo para hacer el masaje, veo que hay varios niños que se encuentran tumbados sin estar colocados en sus sitios. A esos niños les digo *“no veis cómo el resto de los compañeros ya están bien colocados”*. Gracias a esta llamada de atención, los niños se situaron en sus respectivos sitios sin interrumpir más la sesión.

Al poco de comenzar con el masaje les digo “*a ver si conseguimos estar todos bien calladitos como el otro día*”.

Empiezo con el masaje y cada vez puedo notarme más tranquila y calmada en comparación con las anteriores sesiones. Esto puede deberse a que la profesora no se encontraba en el aula. Como en la anterior sesión, he intentado que los niños sean más participativos para averiguar si se saben todo lo que hemos trabajado durante estas 8 sesiones. Solo he intervenido más cuando me tocaba explicar un nuevo paso, pero pronto notaba que lo asimilaban con facilidad. Además, veo que hay menos distracciones, los niños respetan el estar en silencio durante la rutina del masaje y se involucran más para que los movimientos sean más precisos. Esto genera un ambiente de tranquilidad y calma que hace que los niños estén más concentrados.

Al terminar el masaje, les felicito a todos y les anticipo que para la semana que viene vamos a hacer una cosa muy chula. Posteriormente, les comento que “*vamos a hacernos masajes en parejas*”. A mi parecer, es muy bueno informarles de manera anticipada de lo que se va a hacer en la siguiente sesión.

- *Contacto piel con piel mediante parejas.*

## **Sesión 9**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
	Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán

<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción “<i>el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya</i>”. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - “<i>comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave</i>” y así sucesivamente con las dos piernas. “<i>Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero</i>”.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

**Relato 9:** Lunes, 8 de Abril.

Al rato de almorzar, les pregunto “*¿habéis acabado de almorzar?*” y me responden “*si*”. En ese instante, una niña me dice “*ahora toca coger el peluche*” pero la contesto que “*el otro día ya dije que íbamos hacer los masajes de otra manera*”. Por lo tanto, les digo que primero tienen que buscar a una pareja. En ese momento observo como A empieza a correr para buscar a E y empuja a R e I por lo que estas comienzan a llorar y decido que A se ponga conmigo. El resto de la clase ya se encuentra emparejada y les comento que después, uno de la pareja se tiene que tumbar boca arriba y el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado. Hay muchas parejas que se colocan muy juntas y les digo que cada pareja tiene que tener su espacio. Cuando pregunto en voz alta lo que hay que hacer antes del masaje, la mayoría de los niños responde de forma correcta y les felicito “*¡genial, que chicos más listos!*”

Comienzo a dar el masaje a A y me noto un poco tensa ya que al cambiar de actividad no sabía cómo iban a responder los niños. A medida que voy haciendo el masaje, me voy relajando cada vez más e intento hablar con una voz suave para que los niños estén tranquilos. Cuando hago el primer movimiento que ya lo habíamos trabajado previamente con el peluche, percibo que se acuerdan perfectamente y eso me alegra. También observo como realizan el movimiento, tratando de hacerlo lo mejor que pueden. Durante el masaje, escucho comentarios como “¿Qué cosquillas?”, “me gusta”, etc.

Al terminar con el primer masaje, les digo que los que han estado arrodillados ahora se tumban y los otros se arrodillan para dar el masaje. Aquellos niños que están tumbados, les digo “*nos relajamos y nos olvidamos de las cosas*” con el objetivo de que los que están recibiendo el masaje estén relajados.

Una vez que hemos finalizado el masaje, les comento que pueden decirle al compañero lo que les ha gustado del masaje y lo que menos. Seguido de esto, la profesora me dice que los niños han respondido muy bien.

Cosas a tener en cuenta: debo de cambiar a aquellos niños que se distraen con facilidad y juntarles con los que están más centrados ya que con este cambio pueden mejorar su comportamiento y ser capaces de seguir adecuadamente la actividad.

## **Sesión 10**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán</p>

<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”</i>.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

**Relato 10:** Martes, 9 de Abril.

Este día también hemos vuelto a cambiar la sesión del masaje ya que después del recreo tenían inglés. Al ver que los niños estaban muy tranquilos cuando ha terminado la clase de inglés, hemos decidido llevar a cabo el masaje en ese tiempo. Por eso, antes de realizar el masaje les he explicado por qué no lo hemos realizado en su hora habitual.

Una vez analizada la práctica de ayer, decidí introducir un nuevo cambio, el cual consistía en que los niños que se encuentran tumbados deben colocar sus brazos extendidos en el suelo para así evitar que toquen al compañero mientras le está dando el masaje.

A la hora de emparejarse, observé que algunas parejas del día anterior volvían a ser las mismas. En esta ocasión, también veo que es el mismo niño de ayer quien se queda sin pareja, por lo que decido preguntarle *“¿Quieres ponerte conmigo?”* y el acepta encantado. Sin embargo, M pasa de buscar pareja por lo que decido llamarle la atención

y le digo “*que de esta manera nunca va a encontrar pareja*”. B y I comienzan gritando “*yo con R*”, “*yo con A*”. M dice a P “*mañana te pones conmigo*”.

Empiezo dando el masaje a A y noto como los niños están muy centrados en lo que están haciendo y por ello les felicito “*¡qué bien lo hacéis!*”. M está cerrando los ojos por lo que a continuación, les digo a los demás que miren a su compañero y que le intenten imitar. Hay ciertos niños que lo hacen durante un rato, pero otros no lo llevan a cabo, por lo que me dirijo a ellos y les digo “*Mañana lo probáis*”.

En el momento de agradecerse el masaje, oigo a I diciéndole a A que “*le ha encantado el masaje y que mañana se volvería a poner con ella*”.

Al terminar les anticipo que “*mañana vamos a incorporar el siguiente movimiento que ya habíamos trabajado con el peluche*”. Me parece necesario, informales con anterioridad, cuando vamos a incorporar un movimiento nuevo para que no les pille por sorpresa.

Pienso que cada día que pasa, los niños se centran más en el masaje y hay menos distracciones.

## **Sesión 11**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras</p>

<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>manos mientras cantamos la canción “<i>el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya</i>”. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - “<i>comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave</i>” y así sucesivamente con las dos piernas. “<i>El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua</i>”. “<i>Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero</i>”.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

**Relato 11:** Miércoles, 10 de Abril.

Después de almorzar, ellos solos comienzan a emparejarse. M se pone con D y les aviso “*podéis estar juntos, pero como molestéis al resto de compañeros, os separo*”. La mayoría de los niños se quieren poner conmigo y les comento que “*deben buscar un compañero, no vale buscarme a mí*”. V se queda solo y le emparejo con S. Es curioso como son los mismos niños quienes se quedan solos. Al ver que éramos impares le pregunto a S, “*¿Quieres ponerte conmigo?*”. S acepta encantada.

Antes de empezar el masaje les recuerdo que, “*los niños que estén tumbados tienen que poner los brazos extendidos sobre el suelo y, además, tienen que permanecer con los ojos cerrados*”. M está continuamente incordiando a D, por lo que le digo “*como sigas así te vas fuera*”. Algunos niños se les ha olvidado que deben estar arrodillados y no sentados.

Durante el masaje, observo como varias parejas lo están haciendo de maravilla, entonces les felicito “¡qué bien!, si seguís así habrá premio para la mejor pareja!”. Al introducir el segundo movimiento, una niña me dice “¡Ala!, si es el mismo paso que hemos hecho con el peluche, pero esta vez en la barriguita del compañero” y la respondo “claro, todos los movimientos que hemos trabajado con el peluche, ahora lo estamos haciendo con el compañero”. Noto que cuando hacen el segundo paso, les gusta mucho por el hecho de que les hace muchas cosquillas y a otras parejas les relaja bastante.

Al finalizar el masaje, observo como A le dice a M que “no le ha gustado como me has dado el masaje”. Por eso, le recuerdo a A “que tiene que darla el masaje más suave y no tan fuerte”. A la pareja que mejor ha hecho la práctica del masaje, les doy un chupachups como premio.

En esta sesión intento que participen más ellos para asegurarme de que recuerdan muy bien cada paso. También a la hora de hablar trato de que mi voz sea lo más calmada y suave posible para que de esta manera los niños se tranquilicen y relajen.

## **Sesión 12**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.  Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.
Durante la práctica del masaje	Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción “el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”. Después de cantar la

	<p>canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”</i>.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
Para finalizar el masaje	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

### **Relato 12:** Jueves, 11 de Abril.

En esta sesión he decidido que al ser pares y al llevar bastantes sesiones realizando el masaje, dejarles que ellos mismos lo hagan sin ayuda de mis indicaciones.

Al formarse las parejas, veo que M se vuelve a juntar con D y entonces les separo ya que es una pareja que no puede estar junta. I se junta con la misma pareja por lo que la aviso de que *“no puedes ponerte siempre con ella y que para el otro día tienes que buscar a otro compañero”*. También hay niños que deciden no buscar a ninguna pareja y les llamo la atención como el día anterior *“no vas a encontrar nunca una pareja si no te mueves”*. Suelen ser los mismos niños quien no hacen intención de buscar pareja. Algunos niños deciden que quieren ponerse conmigo y les comento *“que tienen que buscarse una pareja porque yo no voy a darles el masaje”*. La mayoría de los niños se encuentran preparados para que comience el masaje, pero cuatro niños todavía no han buscado pareja, por lo que decido intervenir *“V con V y J con L”*.

Antes del masaje les recuerdo, como tienen que colocar los brazos, las piernas y que tienen que permanecer con los ojos cerrados. Algunas parejas las separo porque se encuentran muy pegadas unas de otras y así evitar que se distraigan. Les pregunto qué “¿Cómo eran los pasos antes del masaje?” y la mayor parte de la clase ya lo tienen interiorizado.

Durante el masaje, voy pasándome por las parejas que lo hacen muy bien felicitándoles “¡qué maravilla!, seguid así”. A las parejas que veo que les cuesta, trato de ayudarles realizando el movimiento con el compañero para que lo vean. “¡Mirad, es así!”. En el segundo masaje he tenido que decir a M, que no hiciera el masaje y se retirara porque no se estaba comportando adecuadamente y he tenido que llamarle la atención varias veces. A S la pregunto que “¿quieres ponerte conmigo?” y ella acepta.

Al finalizar el masaje, S me dice que “gracias, me ha encantado el masaje que me has dado” y le digo que “gracias a ti por haberte portado tan bien”.

Cosas a tener en cuenta: debo obligarles a que cada día cambien de parejas para que así cada día vayan probando con un nuevo compañero.

### **Sesión 13**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción “el masaje va a</p>

<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p><i>comenzar, que ganas tenemos ya</i>". Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>"comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave"</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>"El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua"</i>. <i>"A continuación, vamos a masajear los brazos del compañero, cogeremos primero un brazo y con nuestras manos haremos rodar con suavidad su brazo y luego con el otro brazo"</i>. <i>"Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero"</i>.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

**Relato 13:** Miércoles, 24 de Abril.

Tras volver de las vacaciones de Semana Santa, el ambiente seguía siendo el mismo y no se notaba que llevaban muchos días sin venir al colegio. Al ser miércoles, hicimos el masaje después del recreo y el almuerzo como la mayoría de los días.

Durante el almuerzo, S me dice *"no se te olvides que tenemos que hacer el masaje"*. Esto me indica que ya han adquirido este hábito, aunque hayan pasado muchos días sin llevarlo a cabo. Me gusta que los niños sean los primeros en acordarse de que llega el momento de hacer el masaje.

En el momento de organizarse por parejas, A y D se pelean porque quieren ponerse los dos con M, entonces le recuerdo a D que no se puede poner con M porque esa pareja molesta mucho. B comienza a chillar en voz alta, R conmigo por lo que la digo a B “*no te tienes que poner con la misma pareja siempre, hay que cambiar*”. J se quiere poner con D, pero este le contesta “*no quiero contigo*”. Ante esta situación le pregunto a D “*¿Por qué no quieres ponerte con J?*”, y me contesta que porque le hace daño cuando le hace el masaje. Hay niños que les cuesta dar un no por respuesta, pero a otros no. Por todo ello, le comento a J que tiene que darle el masaje muy suave y sin hacerle daño. I pregunta a S “*¿quieres ponerte conmigo?*”. S le contesta que mañana, que hoy quiero ponerme con M. V se vuelve a quedar solo y le digo que busque a una pareja para hacer el masaje. A se empareja muy rápido con L, por lo que pienso que lo tenían hablado de antes.

Durante los dos masajes, he felicitado a M por hacerlo muy bien. En esta situación, pienso que es necesario evitar que M se ponga con D porque son parejas incompatibles, pero cuando M se pone con otra pareja es capaz de estar centrado en la actividad sin incordiar a nadie. A la hora de realizar los movimientos, I le dice a M “*es así y muy suave*”, indicando como lo tiene que hacer.

Al terminar de darse el masaje, veo como A le dice a L que le ha gustado mucho como le ha hecho el masaje y se abrazan.

En esta sesión, he tratado de que los niños sean más autónomos y participativos ya que ellos mismos saben cómo hacerlo y si no fuera así podían fijarse en cómo lo está haciendo otra pareja.

## **Sesión 14**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.	Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.

	<p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“A continuación, vamos a masajear los brazos del compañero, cogeremos primero un brazo y con nuestras manos haremos rodar con suavidad su brazo y luego con el otro brazo”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”</i>.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>
<p>Para finalizar el masaje</p>	<p>Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.</p>

**Relato 14:** Jueves, 25 de Abril.

En el momento de ponerse por parejas, B se ha vuelto a poner con R y yo las he comentado “*mañana quiero que estéis con otra pareja, no siempre juntas*”. A mi parecer, veo que es necesario que vayan cambiando de pareja para de esta manera sociabilizar más y aprendan a ser más autónomos, además de saber preguntar aceptando a veces un no por respuesta. Les vuelvo a recordar a M y D que no pueden estar juntos. A le pregunta a M si se quiere poner con él, pero este no acepta. Ante esta situación, le pregunto a M *¿Te quieres poner conmigo?*, él me dice que “*si*”. Intento siempre que M no se ponga con ciertos niños ya que si se pone con ellos suele haber más probabilidades de que se distraiga con mayor facilidad, llegando a interrumpir varias veces la práctica del masaje. S se acuerda que ayer le prometió a I que se iba a poner con ella hoy. Los últimos niños que faltan por emparejarse se quieren organizar por parejas, pero al final no llegan a ningún acuerdo y comienzan a generarse pequeños conflictos, por lo que decido intervenir y hacer las parejas a mi gusto. Me hubiera gustado que ellos mismos formaran las parejas, pero sabía que iba a desencadenar enfrentamientos.

Durante los masajes, voy observando a cada pareja y felicitando a las que lo están haciendo fenomenal. También me paro en aquellos niños a los que les cuesta más hacer los movimientos y les ayudo. Además, percibo que M está centrado en la actividad y le comento “*ves que bien trabajas sin ponerte con D*”. Hay niños que dependiendo con quien se emparejen les ayudará a prestar más atención durante el masaje, adquiriendo un comportamiento adecuado.

Después del masaje, felicito a todas las parejas por lo bien que lo han hecho. También escucho comentarios como, “*me ha gustado mucho*”, “*casi me duermo*”, “*quiero que me lo des otra vez*”. Observo que a medida que pasan los días los niños se encuentran más relajados y menos tensos.

**Sesión 15**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
	Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se

<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“A continuación, vamos a masajear los brazos del compañero, cogeremos primero un brazo y con nuestras manos haremos rodar con suavidad su brazo y luego con el otro brazo”</i>. <i>“Para el último movimiento, usaremos el dedo índice y dibujaremos pequeños circulitos por toda la cara del compañero”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”</i>.</p> <p>El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.</p>

Para finalizar el masaje	Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.
--------------------------	---

### **Relato 15:** Viernes, 26 de Abril.

Este viernes, hemos hecho un cambio en la rutina del masaje ya que después del recreo la profesora tenía programado realizar otra actividad. Después de finalizar la actividad, les he recordado que, a continuación, íbamos a llevar a cabo el masaje.

Cuando se han ido colocando por parejas, B se vuelve a poner con R y las digo “*recordad lo que os dije ayer, tenéis que buscar a otro compañero, no vale repetir*”. M, como de costumbre, me dice que se quiere poner conmigo y yo le contesto “*tienes que buscar a un compañero, no vale siempre ponerse conmigo*”. Suele ser el mismo niño quien me pide constantemente que me ponga con él y me parece importante hacerle ver que ha de relacionarse con sus compañeros.

También veo que la mayoría de las parejas han cambiado de compañeros y eso me gusta porque es esencial que vayan probando con diferentes niños. Sin embargo, un niño es incapaz de buscar pareja debido a su timidez. Es aconsejable incitarles a que lo hagan para que, con el paso del tiempo, vayan adquiriendo mayor sociabilidad.

Durante los masajes, D no quería dar el masaje a E, por lo que le he dicho “*si no quieres dar el masaje a E te vas a tu sitio*”. Entonces D comienza a patlear y M le imita. Ante esto, echo de clase a D y M. Esta situación me ha puesto un poco nerviosa y he intentado relajarme para poder seguir con el masaje. El resto de los niños han seguido el masaje correctamente y les he felicitado por ello. A medida que transcurría el masaje, cada pareja me preguntaba si lo estaban haciendo bien.

Al terminar, les voy dando a cada uno un caramelo por lo bien que lo han hecho, salvo a D y M.

Cosas a tener en cuenta: a mi parecer veo necesario que los niños que molesten durante la puesta en práctica del masaje tienen que abandonar la actividad para evitar que los demás niños se distraigan y afecte al ambiente en el aula.

**Sesión 16**

DESARROLLO DE LA SESIÓN	
<p>Antes del masaje: distribución de los alumnos y organización del aula.</p>	<p>Les pido a los niños que acaben de almorzar y que, a continuación, vayan eligiendo a su pareja con la que se darán el masaje. Posteriormente, les diré que uno de la pareja tiene que tumbarse mientras que el otro tiene que permanecer arrodillado a su lado.</p> <p>Cuando los niños estén arrodillados en círculo con su respectiva pareja, irán colocando sus manos sobre la barriga de su compañero, para darle la bienvenida.</p>
<p>Durante la práctica del masaje</p>	<p>Una vez que todas las parejas estén arrodilladas con las manos sobre la barriga del compañero, estos comenzarán con la rutina de entrada: empezaremos a frotar nuestras manos mientras cantamos la canción <i>“el masaje va a comenzar, que ganas tenemos ya”</i>. Después de cantar la canción, daremos inicio al masaje siguiendo mis indicaciones: - <i>“comenzaremos cogiendo la pierna del compañero mientras vamos apretando y soltando muy despacito de forma suave”</i> y así sucesivamente con las dos piernas. <i>“El siguiente paso, apretaremos con nuestros dedos la barriguita del compañero (alternando un dedo y luego el otro), como si le estuvieran cayendo gotas de agua”</i>. <i>“A continuación, vamos a masajear los brazos del compañero, cogeremos primero un brazo y con nuestras manos haremos rodar con suavidad su brazo y luego con el otro brazo”</i>. <i>“Para el último movimiento, usaremos el dedo índice y dibujaremos pequeños circulitos por toda la cara del compañero”</i>. <i>“Después de acabar los movimientos del masaje, pondremos las manos sobre la barriguita del compañero”</i>.</p>

	El alumno que ha recibido el masaje se va a encargar de dar el masaje a su compañero, y vamos a realizar el mismo proceso.
Para finalizar el masaje	Una vez que hemos finalizado el masaje, les diré que pueden expresar sus sensaciones con su compañero por medio de un beso, abrazo o compartir con él lo que más nos ha gustado o lo que menos.

**Relato 16:** Lunes, 29 de Abril.

Al ser lunes he podido llevar a cabo el masaje en el momento oportuno. Después de almorzar, son ellos mismos los que me recuerdan cada día que no me debo olvidar del momento del masaje.

A la hora de colocarse por parejas, observo como M y S quieren los dos con D, entonces lo deciden jugando a piedra, papel y tijera. Entonces M gana y se queda con D. S va en busca de otra pareja y se junta con V. M se coloca con J y le felicito porque no se ha puesto con D ya que se acuerdan de que no deben ponerse juntos.

Durante el masaje, percibo que la mayoría de los niños permanecen con los ojos cerrados y mantienen una postura correcta. Se encuentran tranquilos y esto hace que el ambiente sea muy bueno. La profesora y yo les vamos felicitando por lo bien que han hecho el masaje.

Al finalizar la práctica del masaje, les doy un premio a cada uno ya que, de vez en cuando, me parece importante valorar el esfuerzo que hacen los niños y puede ser un buen estímulo para seguir comportándose bien, además de reforzar su autoestima.

**ANEXO III: Imágenes durante la propuesta de intervención.**

- *Rutina de entrada.*





- *Movimientos.*









- *Rutina de salida.*





