

educare

para manifestar todo el potencial de los **Valores Humanos**

Tomo I - Fascículo 9

El cuerpo, el movimiento y la escuela

Una mirada desde
los Valores Humanos.
Proyectos, notas
y experiencias

Un nuevo paradigma en educación

Compilación de discursos
y escritos de Sathya Sai Baba

La alegría

Recursos para conocer
y disfrutar de este Valor
Humano junto a los niños

Incluye tarjetas de Valores



educare

Tomo I – Fascículo 9

Editor responsable:
Ricardo Parada

Dirección y asesoramiento
pedagógico:
Fernanda Cavalli

Equipo editorial:
Fernanda Barbuzzi
Diana Blumenfeld
Margarita Rodríguez Acero

Colaboradores:
Daniel Calmels
Eugenia Espinoza Téllez
Sandra Beatriz Fernández
Lía Goren
Adriana Labajos
Pablo Privitera
Manel Serrabona Mas

Traducción:
Mercedes Wesley

Corrección:
Gastón Rodríguez

Diagramación:
Departamento de Arte de Longseller

Imagen y comunicación:
La Corporación

Ilustración:
Juan Soto (para La Corporación)

Ventas:
publicaciones@issevha.org

Impresión:
Longseller S.A.
Avda. San Juan 777
Buenos Aires, Argentina
ventas@longseller.com.ar

Publicación sin fines de lucro.
*Las notas de la sección
Proyectos Compartidos
son colaboraciones
y no necesariamente
representan la opinión de los editores.*

Reservados todos los derechos
de reproducción total o parcial.
ISBN de obra completa
987-21467-4-8

Educare: para manifestar todo el potencial de los Valores
Humanos / Fernanda Cavalli...[et al.] – 1a ed. – Buenos Aires:
Instituto Sathya Sai de Educación en Valores Humanos, 2004.
v. i, fascículo 9, 432 pp.; 28x22 cm (Educare. Recursos
en Valores Humanos)

ISBN 987-21467-0-5

T. Educación-Valores I. Fernanda Cavalli
CDD 370.114



Esta edición de 3.000 ejemplares se terminó de imprimir
en la Planta Industrial de Longseller S.A., Buenos Aires,
República Argentina, en febrero de 2005.

Índice

A libro abierto

Sathya Sai Educare

(Educación en Valores Humanos)

2 --> **Un nuevo paradigma en educación**

Grandes Maestros

9 --> **Decálogo de la niñez**
Por Daniel Calmels

Proyectos compartidos

10 --> **Educación física para la vida**
Por Pablo Privitera

Proyectos compartidos

14 --> **Una opción actual al pensamiento único del deporte**
Por Manel Serrabona Mas

Reflexiones

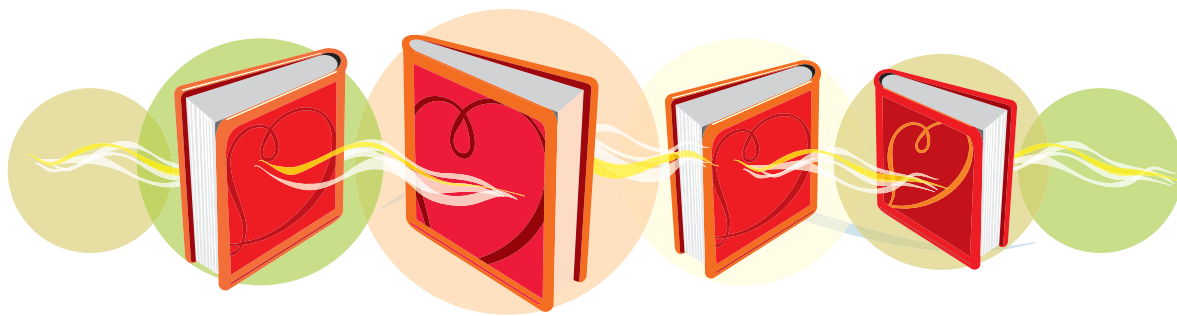
23 --> **La expresividad psicomotriz: hacia la espontaneidad y el equilibrio emocional**
Por Eugenia Espinoza Téllez

Entrevista

28 --> **La eutonía, un camino hacia la armonización y el autoconocimiento que favorece la experiencia de unidad**
Por Sandra Beatriz Fernández

Baúl de recursos

34 --> **La alegría**



Editorial

**«Actúen; actúen con toda su fuerza y con toda su mente;
usen completamente la habilidad, capacidad, valentía
y confianza con que fueron dotados.»**

–Sathya Sai Baba

Son muchos los que sueñan y colaboran para propiciar un nuevo paradigma en educación. Un paradigma en el cual se comprenda a los niños como seres humanos en su totalidad, en cuerpo, mente y espíritu. Cada niño cuenta con un profundo océano de potencialidades por ser descubiertas para su propio beneficio, el de la sociedad y de toda la naturaleza. Los fascículos de *educare* están comprometidos a apoyar esta revolución educativa desde el contexto de los Valores Humanos, auténtica esencia de la humanidad. Este número hace un recorrido por las relaciones que existen entre el cuerpo, el movimiento, la psicomotricidad y la educación física en la escuela. Mediante pensamientos, experiencias docentes, investigaciones, entrevistas y sugerencias didácticas, ofrece un amplio panorama de la temática del cuerpo como espacio primordial de encuentro con uno mismo y con los demás a fin de desatar la autenticidad y la expresividad. Para que el nuevo paradigma en educación sea inminente y lleguemos a él no sólo con la mente, sino también con los pies firmes y el corazón vibrante y latiendo con fuerza.





Sathya Sai Educare

Un nuevo paradigma en educación

¿Qué es exactamente educación? ¿Qué ganamos a través de la educación tal como está planeada hoy en día?
¿Cuál es el objetivo que deben tener en vista los educadores?
¿Qué debemos aprender mediante el proceso de educación?

Extraído de discursos
y escritos de Sathya Sai
Baba, compilado
y editado por el doctor
Teerakiat Jareonsetasin,
profesor del Instituto
Sathya Sai de Educación
en Valores Humanos
de Tailandia.

La sección **A libro abierto**
presenta material
especialmente traducido
para **educare**, en el que
se desarrolla la teoría y la
práctica del Programa
Sathya Sai de Educación
en Valores Humanos
"Educare".

Presentamos hoy el libro
La Educación Sathya Sai:
filosofía y práctica.

La primera y principal tarea del hombre es comprender el valor de la educación. Se está confundiendo educación con la adquisición de erudición verbal. Muchos leen libros, pero el mero conocimiento libresco no es educación. La educación no se limita a leer, escribir y escuchar. Las calificaciones académicas no constituyen verdaderas señales de erudición. Las calificaciones académicas no hacen educada a una persona. El conocimiento del contenido de una pila de libros no convierte a una persona en educada. La verdadera educación debe promover el interés por otros, y sólo por esto se la puede juzgar. La verdadera educación consiste en cultivar el corazón. No podemos permanecer satisfechos con un sistema educacional limitado al logro académico. Este sistema debe promover, al mismo tiempo, las virtudes humanas. La verdadera educación tiene que lograr que una persona sea compasiva y humana. Y no convertirla en alguien centrado en sí mismo y de mentalidad estrecha. La compasión espontánea y la consideración por todos los seres debe fluir del corazón de alguien que ha sido educado correctamente. El mero conocimiento académico no es de gran valor. Tal vez pueda ayudarlo a uno a ganarse la vida, pero la educación debe ir más allá de esto. La idea de que la educación sirve sólo para obtener un empleo es de por sí estrecha: esta tiene que prepararlo a uno para la vida y no sólo para obtener rédito económico. La educación no es para ganar dinero sino para llevar una vida buena. Toda educación que imparta conocimiento mundano y desarrolle actividades intelectuales sin promover el carácter carece absolutamente de valor. Las autoridades educacionales están bajo la ilusión de que educación es hacer progresos rápidos. El aumento en el número de instituciones educativas y el número de estudiantes que asisten a escuelas y universidades no es el verdadero índice de crecimiento en educación, sino que reside en mejorar la calidad y el nivel de la educación. Si uno observa la escena educativa desde este punto de vista, descubre que hay una caída abrupta en el nivel de la educación. Un número cada vez mayor de personas está buscando educación, no para aprender sino para adquirir los medios para gratificar sus deseos. Las escuelas y universidades se dedican a atiborrar las cabezas de los estudiantes con hechos y conceptos. No los preparan para enfrentar las peripecias de la vida, para



extraer lo mejor de sí mismos y ponerse al servicio de la comunidad. El número de estudiantes sometidos a esta educación estéril es sumamente elevado. Se abren escuelas primarias y universidades por todas partes. Creemos que esto es progreso y estamos encantados. La oportunidad de beneficiarse con educación, que sólo unos pocos tenían en el pasado, ahora es otorgada profusamente a todas las personas. Por cierto, cada ser humano debe ser educado, sin importar raza, religión, casta, color o credo. Pero, al igual que la madre necia se alegra cuando las extremidades de su hijo se hinchan porque cree que el niño se está poniendo más fuerte, cuando en realidad la hinchazón se debe a una enfermedad, la gente también confunde este aumento en tamaño y número con un desarrollo saludable. En realidad, sólo estamos siendo testigos de una enfermedad, que da por resultado debilidad, codicia, odio y envidia. Las personas educadas en estas instituciones, con el tiempo, ocupan posiciones de autoridad e influencia. ¿Cómo puede mejorar así la condición del mundo? El crecimiento de las instituciones educativas hoy en día es más un índice de una enfermedad creciente que de un medio para entrenar a personas que puedan resolver sus problemas. Debido a la ausencia de carácter y moralidad en la educación, las personas educadas se están comportando de forma indigna. La educación incorrecta da por resultado un gran daño a toda la nación.

La educación tecnológica se ha vuelto valiosa hoy pero, incluso en ella, debe ponerse énfasis en los Valores Humanos. La tecnología debe estar dedicada a promover ideales elevados. Los vestigios de los instintos e impulsos animales persisten en la naturaleza humana, y la educación adecuada ayudará al hombre a controlarlos. Cuando no se entrena al hombre para que lleve una vida buena, una vida Divina, el enseñarle diversas habilidades y ardidés sólo lo vuelve un peligro para sí mismo y los demás.

Hay una controversia interminable con respecto al idioma que debería ser el medio de instrucción, pero nadie parece estar interesado en el lenguaje del corazón, que usa el vocabulario del Amor y el idioma del autoexamen y el autosacrificio.

Las personas educadas están siendo convertidas en esclavas de la cultura occidental. Aquellos que pertenecen a un país tienen que avanzar de acuerdo con las circunstancias y recursos de su propio país.

Los hombres educados de hoy creen en lo que leen en las novelas y los periódicos, lo que ven en las películas y hasta lo que oyen en las palabras caprichosas del transeúnte. El hombre educado malgasta su vida desarrollando fe en cosas triviales y mundanas y rehusándose a desarrollar fe en la sabiduría que puede obtenerse del poder divino y el conocimiento espiritual.

La educación debe ensanchar el corazón y expandir el amor que uno posee. La educación no termina con conocer el significado de las palabras, sino que implica limpiar las herramientas internas de la conciencia, la mente, el ego, los sentidos y la razón. No es la cabeza la que debe llenarse con educación. Es el corazón el que tiene que limpiarse, expandirse e iluminarse.

La educación tiene que servir no sólo para desarrollar la inteligencia y las habilidades propias, sino también para ayudar a ampliar la propia visión y hacer que el hombre sea útil para la sociedad y el mundo en general. Esto es posible sólo cuando se promueve el cultivo del espíritu junto con la educación en las ciencias físicas. La educación moral y espiritual entrenará al hombre para llevar





una vida disciplinada. El conocimiento que obtenemos en el sistema educacional actual es más extensivo que intensivo. Aprendemos demasiadas cosas, pero nuestro conocimiento de esas cosas es superficial. La clave de la educación correcta es conocer pocas cosas pero en forma intensiva y profunda: aprender sólo algunas materias pero bien, en lugar de aprender muchas sin conocer ninguna a fondo. La minuciosidad es lo que le da fuerza a nuestro conocimiento.

Educación espiritual

La educación puede estar orientada tanto hacia lo material como hacia lo espiritual. Puede tener por objetivo lograr un alto nivel de vida para uno mismo, la familia y los parientes. Pero la vida implica más que carne y huesos, alimento y refugio, más que sólo las satisfacciones sensuales. El hombre posee capacidades intangibles como la mente, el intelecto y la conciencia en diversos niveles. Estos deben ser clarificados, limpiados y fortalecidos, y luego dirigidos por sendas beneficiosas. Esto se logra mediante la capacitación orientada hacia el espíritu. Ahora la educación material ha crecido demasiado. Por lo tanto, no hay integración en la personalidad del individuo educado. La educación espiritual ha quedado rezagada y hasta ha desaparecido. El hombre carece de convicción y comprensión completa. Las dudas y las distracciones lo están molestando continuamente.

En el sistema educativo actual, no hay lugar para el elemento espiritual. En un marco semejante no hay verdadera educación. La educación debe proceder, en primer lugar, del Espíritu hacia la naturaleza. Hay dos aspectos importantes en la educación. Uno es la materia; el otro es la energía. Uno es físico; el otro, espiritual. Uno explica el tema de la materia. El otro ayuda a adquirir una personalidad noble y hace que la vida del hombre se convierta en una hermosa flor. Uno es la exposición de hechos relacionados con cualquier tema. El otro es el desarrollo de la personalidad individual. La verdadera educación presta atención a ambos aspectos, tanto al mundano como al espiritual. La educación no debe limitarse a la mera información, sino que tiene que orientarse a llenar la vida del hombre con amor puro y a transformar su corazón.

La educación no debe conformarse con hacer que el hombre sea sólo un hombre, sino que debe ayudarlo a manifestar su divinidad latente. Debe transformarlo en una persona llena de bondad y compasión. Por lo tanto, la educación tiene que ser una combinación de dos aspectos –materia y energía–, una hermosa mezcla de conocimiento mundano y espiritual. Aprender de un científico la composición química del agua es un tipo de conocimiento, que quizás ayude al hombre a obtener un empleo. Pero cómo hacer un uso correcto del agua para que todos podamos compartir sus beneficios es conocimiento del Espíritu. Esto eleva la vida y la llena de sentido.

La educación actual:

¿Qué ganamos a través de la educación tal como está planeada hoy en día?

La educación hoy en día no tiene nada de sagrado. La educación es una gran fuerza constructiva para la humanidad. Sin embargo, los reformadores se han


ocupado tan ineficazmente del proceso educativo, que este ha quedado reducido a una caricatura de sí mismo. Hoy en día, el sistema educacional, aunque muy costoso y elaborado, ha ignorado la instrucción en ética. La educación ha dejado de ser creativa. Se ha vuelto una fuerza destructiva. Las instituciones educativas, que deberían ser ciudadelas de moral, integridad, sacrificio y carácter, han dejado de fomentar estos valores.

La educación de hoy desarrolla el intelecto y las habilidades pero hace poco por desarrollar las buenas cualidades. La educación de hoy es un proceso por el cual se llena la mente con el contenido de libros, se vacían los contenidos en el aula de examen y se sale con la cabeza vacía.

El sistema educativo está plagado de problemas. Ha fracasado en promover en los jóvenes cualidades como el amor, la tolerancia y la fortaleza. En lugar de eso, sirve para estimular la naturaleza animal en los estudiantes. No impregna al estudiante con un sentido de humildad, que es el sello distintivo de la educación correcta.

El sistema educativo actual sirve sólo para desarrollar una inteligencia más activa pero no infunde en la gente las cualidades y virtudes que son útiles en la vida. El proceso de educación se ha vuelto demasiado mecánico; no está vitalizado por la conciencia de ideales ni elevado por un alto propósito. Pregúntele a cualquier estudiante a qué aspira con la educación, y les contestará que ganarse la vida. Pero ¿qué ocurre con el verdadero objetivo de la vida humana? Comprenderlo y esforzarse por abrazarlo es aún más importante.

Los científicos y los especialistas están haciendo maravillas hoy en día en los campos de la electrónica, la energía atómica y la exploración del espacio exterior. Por un lado, existe este progreso asombroso en la ciencia. Por otro lado, presenciamos caos político y económico, conflictos raciales y religiosos, separatismo y disturbios estudiantiles que indican el libre juego de las fuerzas divisorias. ¿Cómo explicamos esta contradicción: los avances científicos por un lado y el deterioro de la conducta humana por el otro? La razón es que junto al aumento del conocimiento está el de la ignorancia. ¿Cuál es la razón de la decadencia en el carácter humano y el aumento de la violencia y el odio? Hay un incremento pronunciado de las malas cualidades, las acciones malignas y los rasgos de crueldad en los seres humanos, en comparación con el pasado. Si buscamos las razones para este aumento, nos encontraremos con el continuo predominio de los instintos animales del hombre. ¿De qué otro modo podemos explicar el hecho de que en 5.000 años de historia registrada, ha habido más de 15.000 guerras? Incluso en esta época los hombres no están libres del temor a la guerra. Son estas guerras las que han deshumanizado progresivamente a la humanidad y desgastado todo el respeto por los valores humanos. El temor constante a que en cualquier momento se puede perder la vida en algún conflicto u otro tiene un efecto abrumador sobre la mente. Esta es la razón principal de que los hombres hayan perdido el gusto por la vida. No son sólo las guerras externas las responsables de esto. El clima general de las condiciones en que viven los hombres también contribuye al temor y la incertidumbre. Los individuos se están volviendo cada vez más egoístas y centrados en sí mismos. ¿Cómo podrían personas egocéntricas obtener felicidad en la sociedad o contribuir con la felicidad de esa sociedad? Hay peleas hasta para comprar entradas para una película o subir a un autobús.



Inmersos en preocupaciones egoístas, los hombres no tienen consideración por los intereses de otros. Cada paso está regido por el interés personal. El interés personal es lo dominante en cualquier cosa que uno ve, dice o hace. Este tipo de egoísmo debe ser eliminado en los estudiantes.

En el mundo de hoy, han surgido problemas irresolubles e insuperables debido a las políticas de educación equivocadas. El sistema educativo de hoy se mueve en la dirección equivocada, tanto en India como en otros países. Surge la pregunta de quién es responsable de esto. No se puede responsabilizar a una sola persona. Los padres en el hogar, los maestros en las instituciones educativas y los líderes en el poder: todos son responsables por este tipo de orientación de la educación. Debemos buscar un sistema educativo que promueva el bienestar de la humanidad y coloque a la juventud en la senda correcta. El día en que el hombre busque el verdadero sistema educativo, habrá paz y prosperidad.

El objetivo de la educación:

¿Cuál es el objetivo que deben tener en vista los educadores?

El objetivo básico de la educación es formar hombres de carácter y virtudes. La educación no sólo debe aspirar a que los hombres sean humanos, sino también a hacerlos seres humanos perfectos. El fin de la educación es el carácter, y el fin del conocimiento es el Amor. Con frecuencia, se dice que el conocimiento es poder. No es así: el carácter es poder. Nada puede ser más poderoso en la tierra que el carácter. Las riquezas, la erudición, el nivel social y la autoridad son frágiles y endebles frente a él. La crisis de carácter, que es la raíz de todos los problemas del mundo, ha sucedido como resultado del descuido de este aspecto en la educación.

El fin de la educación es el carácter, y este consiste en un anhelo a renunciar a la propia codicia egoísta. Las personas sin un buen carácter no pueden alegar ser personas educadas. En este momento, lo que más necesita el mundo es tener hombres de carácter. La educación sin el refinamiento del carácter es como un barco sin timón: ¡nadie sabe adónde nos puede llevar! Es como una moneda fuera de circulación. Ni siquiera un mendigo aceptará una moneda que no sirve. Hoy, le damos crédito a la inteligencia, y desestimamos la importancia del carácter. El carácter debe avanzar al mismo paso que la inteligencia. El desarrollo de la inteligencia sin su correspondencia en el carácter es un ejercicio fútil.

La educación debe resultar en la humildad. La humildad no puede provenir de la lectura minuciosa de libros. Mediante la humildad uno adquiere el derecho a dedicarse a una profesión. Esa autoridad confiere prosperidad. Una persona próspera tiene capacidad para la caridad y la vida correcta.

La vida correcta puede conferir felicidad aquí y en el más allá.

Educación en Valores Humanos:

¿Qué tenemos que aprender mediante el proceso de educación?

El proceso educativo es básicamente un esfuerzo sagrado. Tenemos muchas lecciones que aprender, muchos deberes que cumplir, muchos puntos que advertir mientras tratamos de mejorarlo. En la antigüedad, la excelencia moral

era el objetivo de este esfuerzo. Eso es válido también hoy. La promoción de Valores Humanos debe volverse una parte integral del proceso educativo. El cultivo de la virtud es más importante que la mera adquisición de conocimiento. El proceso educacional no estará completo a menos que, junto con la especialización en temas específicos, uno adquiera conocimiento general y desarrolle el sentido común. Muchos eruditos famosos, reconocidos por logros científicos significativos, han carecido de conocimiento general y del sentido común requerido en la vida cotidiana. Es necesario cultivar Valores Humanos junto con el crecimiento de la ciencia y la tecnología. Los estudiantes deben asignarle mayor importancia al cultivo de las virtudes que a la adquisición de mero ingenio y habilidades.

La educación debe infundir los Valores Humanos fundamentales. La educación debe promover la conducta ética. Debe cultivar el control de uno mismo. Esta es la función esencial de la educación. Debe haber un regreso a los Valores Humanos. La Verdad, la Rectitud, la Paz, el Amor y la No violencia deben constituir el aliento vital de los estudiantes. Estos cinco valores deben ser cultivados armoniosamente, y la excelencia del hombre estará incompleta si faltara siquiera uno de estos valores. La educación adquiere verdadero significado e importancia si está imbuida de los cinco Valores Humanos mencionados. La vida más elevada, que hace que el hombre sea humano y candidato apto para el desarrollo de la Divinidad, que es su realidad, depende del cultivo de las cinco virtudes fundamentales: Verdad, Rectitud, Amor, Paz y No violencia. Estas virtudes elevan tanto al individuo como a la sociedad de la que es parte.

El primer requisito es que los hombres tomen conciencia de su calidad de humanos y tengan respeto por los Valores Humanos. Toda la violencia y discordia en el mundo de hoy se deben al eclipse de los Valores Humanos. Todos los valores son sacrificados en pos del deseo. ¿De qué sirven las adquisiciones si el aspecto humano está ausente?

Los Valores Humanos están en todos. Lo que necesitamos es que haya personas que proporcionen el estímulo y el aliento para sacarlos a relucir. Si se promueve el sentimiento de que la Divinidad presente en todos es la misma, los Valores Humanos brotarán naturalmente en cada persona. Estos son los valores que debemos propagar en el mundo. Entonces, sin siquiera mencionarlo, la espiritualidad aumentará en el mundo. No hará falta usar la palabra "espiritualidad". Cuando se desarrollan los Valores Humanos, la espiritualidad surge automáticamente.

Las instituciones educacionales deben promover la visión espiritual en los estudiantes. Cuando estos adquieren valores espirituales, los Valores Humanos crecerán espontáneamente. Los Valores Humanos no son cosas que han de implantarse desde afuera. Están dentro de cada individuo. Deben manifestarse desde adentro. La educación tiene que promover la sabiduría. La sabiduría sólo puede crecer donde prevalece la humildad. Si el conocimiento no se transforma en sabiduría y la sabiduría no se expresa en forma de carácter, la educación es un proceso inútil.

La verdadera Educación en Valores Humanos significa que estos son practicados en la vida diaria. ¿Qué son estos Valores? Solemos simplemente pronunciar los nombres de los Valores Humanos: Verdad, Rectitud, Paz, Amor y No violencia. No se trata de eso. El Valor Humano está presente en forma



natural junto con la sangre. La Verdad es la que tiene que ser dicha. La Rectitud es la que tiene que ser practicada. La Paz es la que tiene que ser experimentada. El Amor es la cualidad natural.

Lo más importante es educarnos para desarrollar la cualidad del Amor. Deseo intensamente que nuestro sistema educativo sea perfeccionado de tal modo que haya suficiente lugar para el desarrollo de valores morales y cualidades como el Amor, la Rectitud, la Paz, la Verdad y la No violencia. Los Valores Humanos no pueden practicarse estudiando libros o escuchando discursos. Deben ser cultivados mediante el esfuerzo individual.

El estudio apropiado de la humanidad es el hombre. El aspecto humano reside en la unidad de pensamiento, palabra y acción. Los Valores Humanos están contenidos en cada célula del cuerpo; de otro modo, no podríamos ser humanos. Debemos comprender qué es el aspecto humano y practicarlo. Es la naturaleza real de cada uno. Sin el Valor del Amor, no podemos desarrollar otros Valores. Debemos propagar estos Valores a través de aquellos que los siguen. Si se permite que estos Valores sean enseñados por aquellos que no los practican, o se mezcla a aquellos que los practican con los que no lo hacen, los Valores no permanecerán.

Los Valores son los reales. De hecho, los Valores están siempre allí. ¡Ustedes tienen el Valor real! No necesitan ganarlos de nuevo. No hay empresas que puedan suministrarlos. No nos los puede regalar un amigo. Debemos practicar, experimentar y propagar Valores Humanos. ¿Qué se quiere decir con desarrollar Valores Humanos? Lo que debemos hacer es quitar la máscara que cubre los Valores. Los Valores Humanos están contenidos en todos y deben ser preservados. Debe recordarse esto a quienes lo hayan olvidado. ●



Decálogo de la niñez



El reconocido psicomotricista argentino Daniel Calmels nos ofrece una serie de reflexiones, especialmente escritas para **educare**, acerca de los niños, sus cuerpos y movimientos, que desestructuran la mirada prejuiciosa del adulto y abren al docente a una nueva perspectiva de encuentro con sus estudiantes.

- Cuando un niño pega no quiere decir que se pelee.
- Cuando un niño se tira no quiere decir que se caiga.
- Cuando un niño choca no quiere decir que empuja.
- Cuando un niño golpea no quiere decir que lastime.
- Cuando un niño se mueve, no quiere decir que sea activo.
- Cuando un niño hace silencio, no quiere decir que se calle.
- Cuando un niño sueña, no está distraído.
- Cuando un niño se inmoviliza, no quiere decir que esté quieto.
- Cuando un niño está solo, no quiere decir que esté aislado.
- Cuando un niño se esconde, pide una mirada suave.
- Cuando un niño consiente, no quiere decir que acuerde.
- Cuando un niño llora, no quiere decir que esté triste.
- Cuando un niño ríe, no quiere decir que esté contento.
- Cuando un niño se asombra, no quiere decir que esté asustado.
- Cuando un niño pregunta, no quiere decir que no sepa.
- Cuando un niño transgrede, no quiere decir que se equivoque.
- Cuando un niño se equivoca, no es un acto de ignorancia.
- Cuando el tiempo concluye, no quiere decir que el niño termina.
- Cuando un niño dice que no, quiere decir que dice que no.

Por Daniel Calmels.

Escritor, psicomotricista.
Jefe del área de
Psicomotricidad del
Servicio de
Psicopatología Infanto-
Juvenil del Hospital de
Clínicas. Investigador de
las temáticas del cuerpo.
Entre otros, publicó los
siguientes libros:
Estrellamar, prosa poética
(primer premio Rodolfo
Walsh, Derechos
humanos); *El cuerpo en
la escritura, Del sostén a
la transgresión; El cuerpo
en la crianza; El libro de
los pies* (Primer Premio
del Fondo Nacional de las
Artes); *El cuerpo cuenta:
La presencia del cuerpo
en las versificaciones,
narrativas y lecturas
de crianza.*



Educación física para la vida

La experiencia de un docente de educación física que descubrió en su disciplina un campo fértil para el crecimiento personal y el de sus estudiantes

Por Pablo Privitera

Profesor de Educación Física de la escuela Sathya Sai N° 3 Mahatma Gandhi, de Castelar.



Cuando en 1993 comencé a estudiar para convertirme en profesor de educación física, quedé fascinado por la cantidad de cosas (técnicas y deportivas) que podíamos enseñarles a los estudiantes de las escuelas. A mediados de ese primer año de profesorado, me contrató la Municipalidad de Buenos Aires para realizar suplencias en los parques recreativos. Con gran entusiasmo académico, inicié mis prácticas con chicos muy humildes e inmediatamente noté que las recetas metodológicas no daban resultado. Entonces, comencé a cuestionarme qué estaba sucediendo; incluso llegué a preguntarme si realmente yo servía para trabajar como docente. Ahora, a la distancia, puedo ver que el problema era que yo estaba enamorado de mis estudios, y a medida que pasaba el tiempo, me fui dando cuenta de que mis clases eran muy estructuradas, como consecuencia de mi educación. Sin embargo, tuve que transitar un largo camino hasta tomar conciencia de ello e ir modificando progresivamente mi estilo como profesor.

Cuando me recibí como maestro empecé a trabajar en un jardín de infantes donde, como todo profe, jugaba a la par de todos los nenes; entonces noté que ellos se entusiasaban mucho. Me llamaba la atención que los chicos estuvieran tan enganchados con mis clases, o mejor dicho, nuestras clases, ya que los chicos también participaban de la elaboración de la misma, y, por el contrario, los adolescentes con los que trabajaba en las colonias recreativas prácticamente no participaban de ninguna propuesta que les hiciera. Me preguntaba una y otra vez: «¿Qué está pasando? ¿En qué me estoy equivocando?».

Luego de unos dos meses de trabajo en el jardín, empecé a darme cuenta de por qué no conseguía el entusiasmo de los más grandes: mis planificaciones de clases para los más chiquitos eran muy variadas, llevaba todos los días propuestas distintas. En vez de trabajar en la secuencia de un contenido, proponía un contenido distinto todas las clases y, de esta manera, aprovechaba la motivación de los niños de cada día en particular. Como consecuencia, los chicos asimilaban todas las experiencias motrices sobre las que estábamos jugando con verdadero entusiasmo, se sentían involucrados y partícipes de cada encuentro. Comprendí, entonces, que la motivación era un factor fundamental en la planificación de las clases y que, partiendo de ella, se podían desglosar los contenidos de una manera efectiva y seguramente más auténtica. Esta revelación me permitió revisar mi trabajo con los jóvenes adolescentes.

10

Comencé a trabajar con ellos al igual que con los más pequeños, jugando yo mismo, jugándome y abriendo el juego y considerando las características particulares de este grupo de muchachos muy humildes y marginados, con serios problemas sociales en sus propias vidas y su entorno cotidiano. De esa manera, dejé de dirigir la clase y pasé a involucrarme en ella realizando las actividades no *para* ellos sino *con* ellos. Noté que, poco a poco, eran más los estudiantes que concurrían y que participaban de las clases. Había alumnos que deseaban formar parte de mi equipo; otros formaban los propios para competir con nosotros; los restantes dirigían y organizaban los *fixtures*. De esta manera, desde un lugar u otro, todos se integraban a nuestra clase.

A pesar de que todo parecía estar bien, yo sentía que faltaba algo. Los chicos participaban, pero ¿para qué participaban?

Sólo lo comprendí cuando asistí a un curso para maestros brindado por el Instituto Sathya Sai de Educación en Valores Humanos. Allí comprendí que toda labor educativa –y todo lo que emprendemos en la vida en general– debe estar orientada al beneficio y al crecimiento de uno mismo, y que, a partir de allí, se pueden lograr cambios y beneficios para la sociedad, el país y el mundo. En ese sentido, el docente juega un papel fundamental al reconocerse a sí mismo como un aprendiz de la vida, siempre abierto a crecer, a transformarse para poder así educar mejor.

Entonces, cuando había logrado que todos los alumnos adolescentes participaran de las clases, se presentó un desafío de mucha mayor envergadura: que los chicos transfirieran a su vida lo que recibían en educación física. El respeto por el otro, el aprecio por las leyes compartidas, la celebración de las diferencias, la comprensión de la importancia de una vida sana y de calidad y, por sobre todo, el amor al prójimo se convirtieron en Valores que podían vivenciarse en la clase de educación física, y tenía que lograr que trascendieran sus propias barreras para llegar a otros ámbitos de la vida. Soy consciente de que en la educación formal es realmente acotado el tiempo destinado a la educación física, y de que es grande la tarea de aprovechar este espacio para brindar una educación en Valores Humanos. Pero contamos con una gran ventaja: el docente de Educación Física tiene en su favor el incomparable recurso que es la motivación que genera el juego. Con esto, podemos dar un ejemplo inspirador como maestros si nos comprometemos con nuestro propio crecimiento personal.

Hoy en día, trabajo con niños, adolescentes y personas de la tercera edad tanto en recreación y deportes como en vida en la naturaleza, donde mi nuevo objetivo es hacer que tomen la educación física como un modelo de vida. A esa vida cotidiana en la que comemos, dormimos, trabajamos y nos relacionamos, ahora le agregamos un momento para la actividad física y la salud.

En la actualidad, tengo la suerte de formar parte del equipo docente de la Escuela Mahatma Gandhi en Castelar, donde puedo trabajar con la libertad de educar a los niños desde pequeños para que el día de mañana desplieguen su potencial humano desde los Valores, algo a lo que otras personas recién accedemos de adultos.

La educación física, la escuela y los Valores Humanos

Desde la perspectiva de la educación en Valores Humanos, la educación física no es sólo una materia más, sino una herramienta para colaborar en el proceso



de crecimiento integral que implica que cada niño descubra lo mejor de sí mismo. Si tomamos al Ser en su integridad (desde los aspectos físico, mental y espiritual), el cuerpo es una parte muy importante, ya que mediante él estamos en el mundo, interactuamos con el entorno y con los demás, y manifestamos nuestras emociones y sentimientos. Así, tomamos a la educación física como un conjunto de técnicas que, a partir de su dimensión pedagógico-didáctica, contribuyen a una mejor calidad de vida, ya que el cuerpo es la posibilidad por excelencia que tienen los seres humanos para actuar con Rectitud y con Amor. ●

Áreas de la educación física

VIDA
COTIDIANA

OBJETIVOS

ESTRATEGIAS

VALORES

RECREACIÓN

El juego por el juego mismo. El juego es un derecho de todos los niños. Nuestro deber es brindar herramientas para que los niños aprovechen saludablemente los momentos libres.

Construir su acervo motor. Crear confianza y seguridad en los movimientos.

El juego cooperativo. El juego compartido. La iniciación deportiva.

Solidaridad. Autoconfianza. Respeto.

DEPORTE Y SALUD

Con la perfección del movimiento logramos insertarnos en el deporte. Denominamos salud al estado óptimo físico y mental que puede lograr la persona. Aquí trabajamos en la prevención de las enfermedades.

La sana competencia. Orientación y especialización deportiva. Trabajo en equipo.

El deporte. El trabajo sistemático. La educación sanitaria y los primeros auxilios.

Respeto por el otro. Trabajo en equipo. Lealtad. Voluntad. Perseverancia. Autosuperación.

VIDA EN LA NATURALEZA

La vida al aire libre comienza en la casa y en la escuela. El saber seleccionar, usar, racionalizar y desechar los elementos nos lleva a tomar conciencia de cómo preservar el medio ambiente.

Cuidado por el medio ambiente. Trabajo en equipo. Reconocimiento y aceptación de otras culturas.

Campamentos. Deportes en la naturaleza. Juegos cooperativos. Visitas a comunidades aborígenes.

Cuidado del medio ambiente. Reciclado de los elementos. Uso adecuado de la energía. Aceptación.

En el juego se manifiestan los Valores Humanos

Los proyectos de educación física y los Valores Humanos

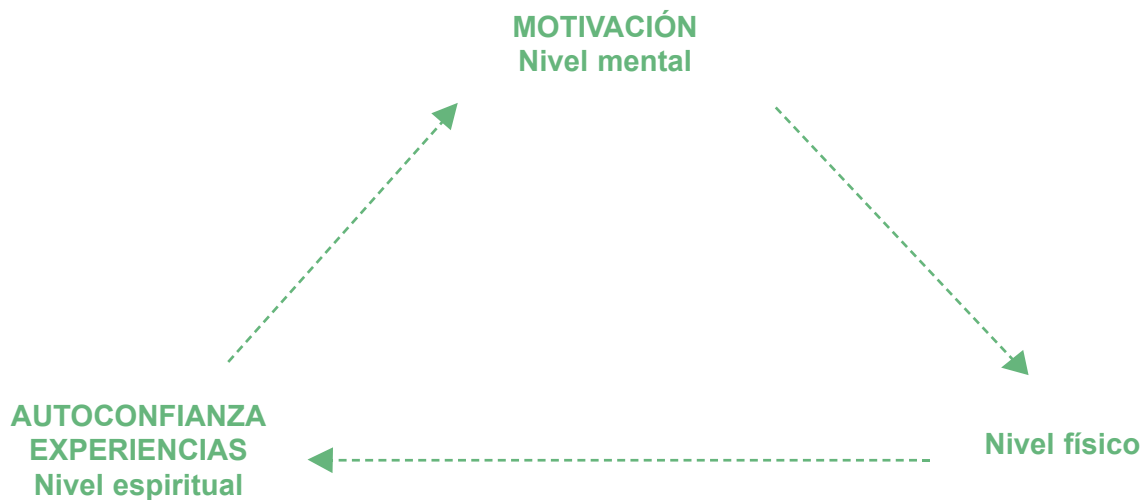
Objetivos operacionales (a corto plazo):

brindar juegos, vivencias y técnicas; inculcar el respeto por el otro y por las reglas, la motivación y el deseo de autosuperación.

Objetivos direccionales (a largo plazo):

inculcar autoconfianza, discernimiento ético, y las nociones de trabajo en equipo, liderazgo, cuidado por la salud y el medio ambiente, así como la idea de la educación física como modelo de vida.

Método de trabajo





El juego popular tradicional

Una opción actual al pensamiento único del deporte

El juego, como medio de transmisión de una serie de Valores culturales es un instrumento de revelación de un modelo de cultura concreto, de una vida cotidiana, a través del ocio y del tiempo libre. En este artículo se establece una aproximación al concepto de juego desde la diferenciación entre el juego popular, el juego tradicional, el juego autóctono y el deporte y su vinculación a las prácticas educativas.

Por Manel Serrabona Mas.

Licenciado en educación física (INEF) y máster en alto rendimiento deportivo. Trabaja como profesor de educación física en el nivel secundario y como entrenador de baloncesto. Es autor de numerosas publicaciones sobre juegos, deportes y actividad física.

A lo largo de la historia del hombre, el juego ha existido siempre (véase esquema 1). El juego está presente en nuestras vidas, tanto en la etapa infantil como en la adulta. La universalidad del juego es evidente, y ni siquiera es exclusivo del ser humano. El juego se puede percibir desde un plano sociocultural y desde un contexto individual y/o psicológico. Muchos autores han intentado definirlo, y se encontraron con las limitaciones naturales de pretender explicar una dimensión implícita en el ser humano.

El juego en sí mismo es un concepto muy diversificado y difícil de definir al ser, como dijimos, un concepto asociado al hombre. En general, decimos que es una acción libre, que se siente como si estuviera fuera de la vida corriente del jugador, el cual no tiene ningún interés material en su participación.¹

Podemos encontrar interpretaciones sobre el juego realizadas desde distintos campos: psicológico, pedagógico, biológico, antropológico, praxiológico, entre otros. En cada una de ellas hallamos una óptica parcial (véase esquema 2). Cualquier teoría citada intenta dar una explicación del origen y función del juego en los seres vivos.

El juego, desde cierto ángulo, se puede entender como un fenómeno cultural. Es una actividad configurada por elementos variables e invariables que siempre se presenta de acuerdo con el contexto sociocultural en el que se encuentra. Un juego fuera de contexto ya no se entiende como una práctica genuina. La práctica lúdica es un proceso cultural fruto de las continuas interacciones que se producen durante su realización entre las diferentes personas que juegan, con el contexto y la tradición que conlleva el juego.

Así, todo juego motor se entiende como una práctica cultural, social y motriz.² El contexto geográfico y el clima determinan la clase de actividad y destreza

física que se realizará. En muchas regiones, se busca en el elemento lúdico un aspecto que identifique como nación; por ejemplo, el deporte rural vasco. En el caso de España de mediados de la década de 1970, el Estado comenzó a promover un movimiento recuperador del juego con una orientación clara hacia la identificación comunitaria.³



CIVILIZACIÓN

CARACTERÍSTICAS SOCIOHISTÓRICAS

- Egipto** ● El juego está determinado por un carácter práctico y religioso. Se practican juegos de azar (hombres), todo tipo de juegos al aire libre utilizando herramientas de trabajo (jóvenes) y danzas y juegos de malabares (mujeres).
- Grecia** ● Aparece el concepto de tiempo libre tal como lo entendemos hoy. Se fomenta la educación integral de la persona. El ocio se asocia a los hombres libres.
- Roma** ● Diversión para las masas organizada por el Estado. El juego es un instrumento político de primer grado (espectáculos, luchas). Se crea el circo. El juego de azar se alza por sobre el juego religioso cultural. Los adultos realizan juegos para mejorar el desarrollo físico.
- Edad Media** ● Una época cargada de simbolismos y supersticiones. La sociedad está muy estratificada en clases. Conviven el ocio de masas y el ocio caballeresco. El máximo exponente de las actividades caballerescas es el torneo. Las actividades paganas son de carácter espontáneo.
- Renacimiento** ● Se intentan recuperar los valores helénicos. Las actividades lúdicas de esta época se concentran en la clase alta. La Iglesia encuentra pecaminoso el juego de azar y, en general, las actividades corporales.
- Siglo XIX** ● Se produce la denominada Revolución Industrial. Incremento desorbitado del tiempo dedicado al trabajo. Surgen los Juegos Olímpicos como fenómeno mundial.
- Período postindustrial** ● Masificación de la tecnología y desarrollo de la sociedad de consumo. Las clases privilegiadas favorecen deportes como el golf, los hípicas y el esquí, entre otros. Con el paso del tiempo, a la mayoría de los deportes se colocan al alcance de las clases medias. Hacia fines del siglo XX, emergen los denominados deportes en la naturaleza. Se comienza a valorar en gran medida el tiempo libre.
- Siglo XXI** ● La sociedad de consumo avanza y genera ocio masivo, dentro del cual se introducen actividades y productos para consumir. La sociedad de consumo se estructura, entre otros valores, en torno al ocio y el tiempo libre.

TEORÍAS SOBRE EL ORIGEN DEL JUEGO

- Fisiológica** -----● El juego nace de una sobreproducción de energía en los seres vivos.
- Biológica** -----● Surge como un medio que sirve para la educación de los seres vivos.
- Antropológica** -----● Es un generador de cultura.
- Psicológica** -----● Se origina en el simbolismo que provoca en el ser vivo su realización.

El juego popular, el tradicional y el autóctono

Es necesario diferenciar los diferentes tipos de juego en función de su origen. Así, el juego popular es simplemente aquel practicado por un número considerable de personas. Mientras tanto, el juego tradicional es aquel que se ha transmitido de generación en generación y tiene un recorrido histórico. Por último, el juego autóctono es el que se desarrolla y se identifica con un territorio en particular.¹

Hoy, salvo raras excepciones, no podemos hablar de juegos autóctonos, ya que debido a diferentes factores, como las migraciones, los cambios poblacionales, el desarrollo de los medios de comunicación, la globalización socioeconómica, cualquier juego puede recibir influencias de su entorno próximo y lejano.

En referencia al juego popular tradicional (mal llamado juego motor), se lo conoce así porque es practicado por diferentes personas y a través de él se transmiten una serie de valores socioculturales. Los juegos populares tradicionales son todos aquellos que se mantienen en el tiempo, se transmiten de generación en generación y, por tanto, guardan la producción cultural de un pueblo.

Dentro de ellos encontramos gran cantidad de prácticas lúdicas, como juegos de azar, juegos motores y juegos bailados. A continuación, algunas características que se observan en este tipo de juegos⁴:

- Son practicados por el mero placer de jugar.
- Son los mismos jugadores quienes deciden cuándo, dónde y cómo se realizan.
- Responden a necesidades básicas de los niños.
- Tienen reglas de fácil comprensión y memorización, y son negociables.
- No requieren mucho material.

En el medio rural, chicos y chicas se incorporan a la actividad laboral a edades muy tempranas, y entran así en el mundo de los adultos sin completar su desarrollo madurativo. A través del juego, los individuos aprenden y se preparan para su etapa adulta. El juego supone una representación del mundo de los adultos en la vida real.³

Del juego espontáneo al juego popular tradicional, pasando por el deporte

En la evolución lúdica, hasta llegar al juego popular tradicional, existe un proceso que es necesario conocer para entender diferentes conceptos que suelen confundirse, como los de deporte y juego popular.

La clasificación que brindamos busca clarificar estos conceptos y está dictada por el orden de aparición de los distintos tipos de juego.

Juego espontáneo

Por juego espontáneo se entiende la actividad individual o grupal de realizar una acción con ánimo de diversión en un tiempo de ocio y sin que hubiera existido previsión de lo que fuera a suceder. Sin duda, para la elaboración de cualquier juego, esta es la primera condición que debe darse. Seguramente desde una perspectiva histórica, la aparición del juego espontáneo sucede a través de la utilización de instrumentos próximos a la persona que realiza el acto lúdico. Este primer momento determina la división entre tiempo de ocio y tiempo de trabajo. Las personas –mayores o pequeños, hombres o mujeres– sólo juegan en tiempo de ocio.

Juego normativizado

Surge como evolución del juego espontáneo. Cuando una persona o grupos de personas regulan a través de una serie de normas y reglas las conductas que se pueden realizar en el juego, o cuando se determinan ciertas acciones de manera preestablecida, nos encontramos frente al juego normativizado.

Juego popular

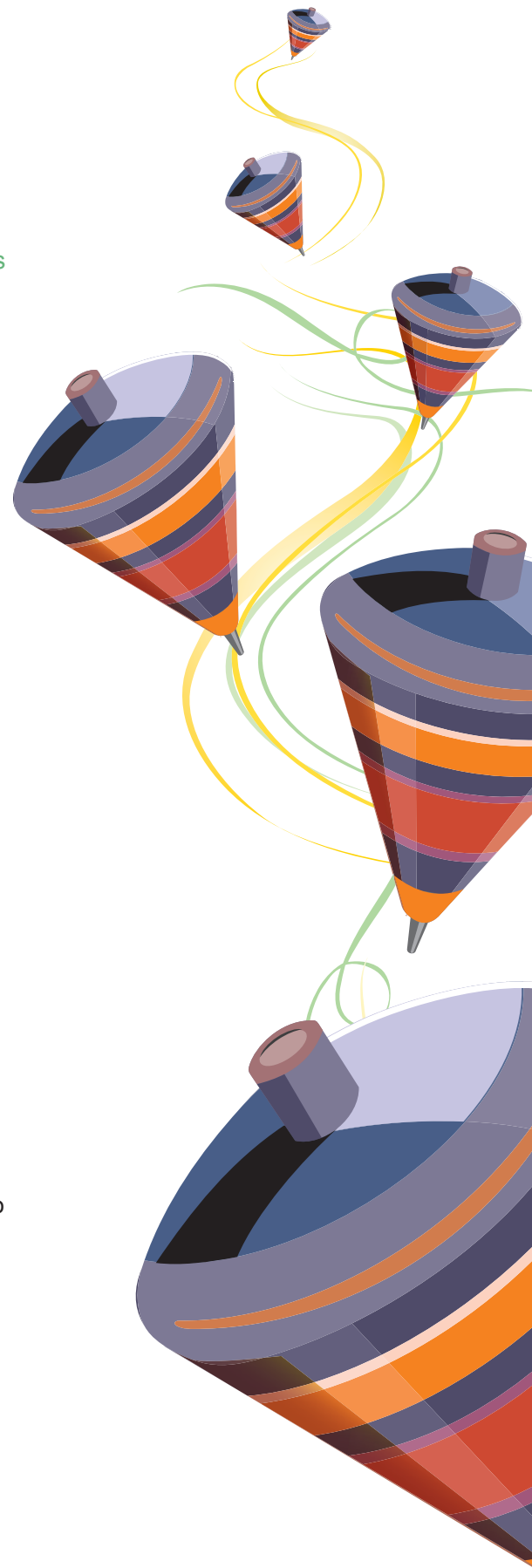
En esta evolución lúdica podemos encontrar que si un juego es practicado por una multitud de personas, en varias poblaciones e incluso en diversos países, podemos afirmar que se trata de un juego popular.

Deporte

El juego popular puede convertirse en deporte. En el instante en que este juego es reglado, institucionalizado y los parámetros de competición quedan establecidos por un organismo, asistimos a un concepto nuevo: deporte.

Este término sólo se puede entender dentro de una parcela espacio-temporal muy concreta. Si retrocedemos en el tiempo observamos cómo gran parte del deporte moderno surge dentro de las escuelas inglesas. En el colegio de Rugby, Thomas Arnold (1795-1842), director del colegio, incorpora en la escuela unas prácticas populares lúdicas que pronto se arraigan en la población escolar.* Desde esta situación se forman las estructuras básicas del desarrollo del deporte en este siglo y en el presente.

El nacimiento del deporte** sufre una evolución estructural importante desde su inicio, a finales del siglo XVIII, hasta fines del siglo XIX. Los orígenes del deporte moderno institucionalizado marcaron una ruptura histórica con los juegos tradicionales. Este hecho se debe a los valores que encarna la Revolución



Referencias

* Al proceso de apropiación de las prácticas populares por parte de los alumnos en los colegios ingleses se lo ha llamado deportivización. (Elias, N., 1992). Los alumnos reglamentaron y estructuraron dichas prácticas, logrando como resultado la creación de los deportes individuales y colectivos en los diversos colegios en que se llevó a cabo dicho proceso (Olivera, J. 1995).

** El deporte nació en Inglaterra y acompaña al proceso de la Revolución Industrial así como las transformaciones económicas, sociales y culturales que se derivan de ella. Se puede considerar de esta manera que el final del siglo XIX asiste al declive de los juegos tradicionales y a la emergencia de los movimientos gimnásticos y los deportes de origen inglés (Olivera, J. 1995).

*** Paradójicamente, si atendemos a la definición realizada de ocio y juego podemos entender que el deporte olímpico supone un trabajo para el practicante. Puede suceder que el jugador se divierta durante el partido, pero esto no es lo más importante, ni la esencia del juego. El deporte olímpico asume que la importancia del juego reside en el espectador, en el practicante pasivo.

Industrial, de la que se toman categorías como rendimiento, competición, récord, disciplina, planificación y esfuerzo.

Juego deportivizado

Puede suceder que el juego normativizado convertido en deporte siga practicándose en la calle. Sin embargo, en este caso no podemos hablar de ninguno de estos dos conceptos. Los practicantes tienen la posibilidad de cambiar las reglas sin que esto suponga una infracción, aunque siempre deben actuar dentro de los parámetros preestablecidos.

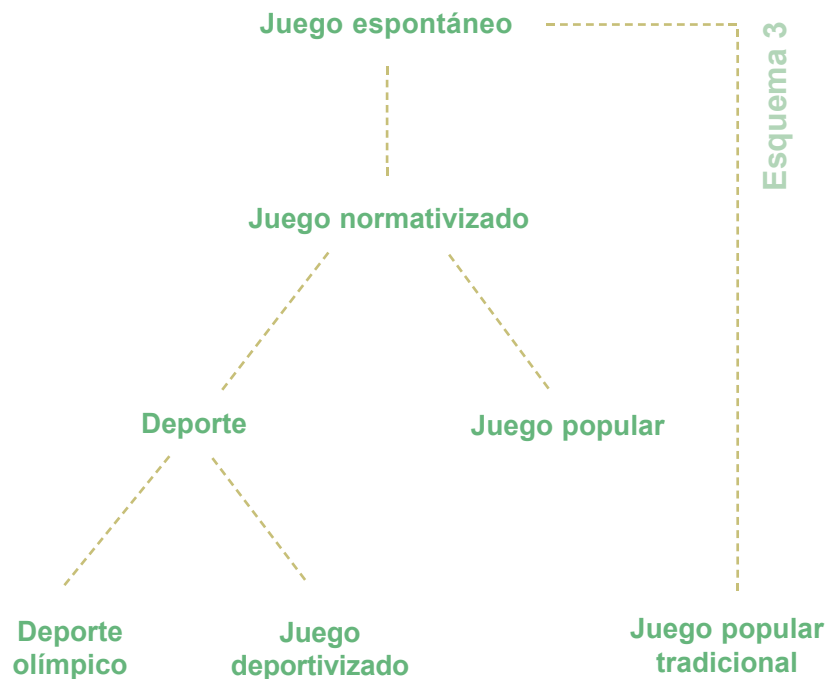
En este sentido, el jugador está sumamente condicionado por la institucionalización del deporte y por los medios de comunicación, que nos aproximan la reglamentación deportiva.

Deporte olímpico

Cuando el deporte es practicado con el objetivo de conseguir el máximo rendimiento en el nivel internacional y se inserta en el mundo olímpico, hablamos de otro nivel lúdico que, a menudo, se confunde con el concepto de trabajo: *** el deporte olímpico.

Juego popular tradicional

Como ya dijimos, como derivación del juego espontáneo y del juego normativizado, puede surgir el juego popular. Ahora, cuando este pasa entre generaciones, transmite determinados valores socioculturales y se mantiene en el tiempo, podemos hablar de juego popular tradicional.



Los enemigos del juego motor

Existen diferentes elementos en la sociedad actual que dificultan el desarrollo del juego motor. Principalmente, nos ceñimos a dos: los medios audiovisuales⁵ (televisión y juegos audiovisuales) y la institucionalización (deportivización) del juego. Sin embargo, podríamos destacar otras variables, como la falta de espacios de juego y la falta de tiempo típica de la población actual, que están íntimamente ligadas a una sociedad donde impera la tecnología, el urbanismo y, en definitiva, el consumo.

La televisión ha perjudicado de forma importante el juego motor. En la ciudad, los niños pasan gran cantidad de horas delante del televisor y/o ocupados con juegos de carácter audiovisual. Los niños juegan mayoritariamente en casa, clubes o asociaciones sociales, que extrapolan valores posmodernos de un ámbito concreto. En cambio, en las zonas rurales los juegos poseen un carácter sociocolectivo, quizá más rico. Se juega en la calle, en las plazas, en ámbitos abiertos. Mayores y pequeños se encuentran en tiempo y lugar, lo que provoca un intercambio generacional importante. Sin duda, en este aspecto tienen una influencia directa los espacios disponibles de juego.

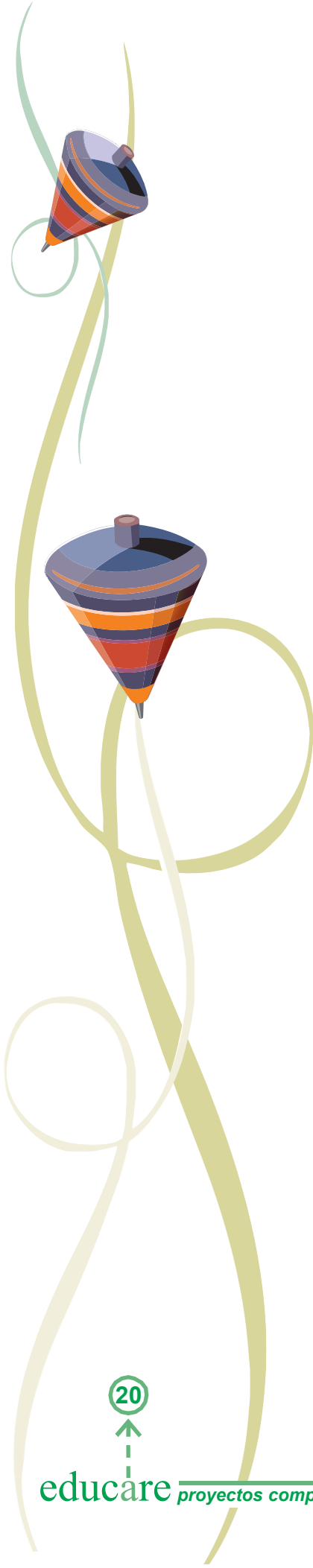
La homogeneización e institucionalización de las actividades físico-deportivas (p. ej., fútbol, natación, esquí) dificulta la evolución de prácticas lúdicas tradicionales de tipo minoritario. La evolución social ha creado una serie de juegos que se han deportivizado, creando y desarrollando por sí mismos un movimiento global. Con la institucionalización de los juegos se ha restringido su práctica creativa. Desde una óptica llevada a su máximo extremo, podemos afirmar que actualmente los niños y niñas no juegan. En todo caso, practican un deporte, son usuarios de una práctica física que ya está reglamentada en su totalidad. Ellos no pueden cambiar estas normas; básicamente, será la federación pertinente la encargada de dichas modificaciones. Todo esto nos lleva a decir que en la sociedad del posmodernismo es imperante que aparezcan y se desarrollen movimientos sociales que potencien el jugar por el jugar. Por lo tanto, es necesaria la promoción de juegos donde el jugador sea un participante que disponga de la posibilidad de cambiar las normas, si quiere, en un momento determinado: que el número de jugadores no sea siempre el mismo, o el tiempo de juego sea siempre distinto. Lo importante tiene que ser que exista el cuerpo en movimiento, el movimiento espontáneo, la búsqueda del placer en el juego.

El juego popular tradicional y la educación

En las conclusiones del Segundo Congreso sobre Cultura Popular Tradicional Catalana realizado en Lloret de Mar, se constató la necesidad de acercar la cultura tradicional a los sectores más jóvenes de la población. En ese sentido, la escuela se debe centrar en estas inquietudes. No hay duda de que la escuela es un marco básico para la transmisión del conocimiento.

Es importante aprovechar las posibilidades que nos ofrece una reforma educativa. Por ello, es interesante elaborar material didáctico adecuado y establecer conexiones entre educadores y miembros cualificados de las asociaciones de cultura popular.⁷

La pedagogía ve en el juego un instrumento para transmitir conceptos, Valores



y conocimientos diversos⁸. Dentro del sistema educativo actual, el juego parte como un medio básico para la transmisión de valores culturales y sociales en forma recreativa. En ese sentido, el juego popular tradicional es un elemento que sirve para aprender de manera divertida.

A través del juego, el hombre conoce el mundo que lo rodea, su entorno y su cultura. Ya desde niño, el hombre aprende los modos de comportamiento, las normas y las reglas que se requieren para las diferentes formas de juego. Por ello, debemos incluir el juego en el ámbito de la educación formal.⁴

Profundizar en la esencia de los juegos implica analizar la vida cotidiana de la sociedad y también las distintas formas de relaciones humanas (Maestro, F. 1999). En relación con la importancia educativa del juego popular tradicional, Lavega escribe: «Aproximarse al juego tradicional es acercarse al folclore, a la ciencia de las tradiciones, costumbres, usos, creencias y leyendas de una región. Resulta difícil disociar el juego tradicional del comportamiento humano, el estudio del juego folclórico, de la etnografía o la etología».¹

El juego popular tradicional conlleva una carga de contenidos por demás rica. Nos transmite aspectos culturales de la región, el momento en el que es jugado, las personas que lo jugaban y el porqué de su práctica. Estas características nos ayudan a entender la propia historia y la cultura de un pueblo.

Por lo tanto, a través de ellos podemos enseñar a los niños y niñas los valores, conductas, formas de vida y tradiciones del propio lugar o de diferentes regiones. Si además acompañamos el juego de aspectos que le son colaterales, como origen, motivos del juego, estaciones en que se practicaba, podemos dar a conocer las diferentes prácticas lúdicas según la cultura y el entorno de realización.⁴

Por otro lado, en cuanto a la cuestión de su implementación, este tipo de juegos presentan una gran facilidad para ser integrados al ámbito educativo. Son juegos que no requieren gran cantidad de material y no suelen ser complejos. Ahora, surge la pregunta de cómo puede realizarse una propuesta práctica desde las escuelas. Existen diferentes posibilidades, que planteamos a continuación:

- 1.** En el ciclo medio de la escuela primaria, se tendría que fomentar, sobre todo, el gusto por el juego popular tradicional como práctica no institucionalizada y como alternativa a otros juegos y deportes encuadrados en el área de educación física. El objetivo principal debería residir en estimular la creatividad motriz.
- 2.** En el ciclo superior primario, en el nivel secundario y/o en el bachillerato el docente puede introducirlos específicamente desde áreas como la educación física, la música o las ciencias sociales, de manera aislada o interdisciplinaria.
- 3.** Una sugerencia para el área de las ciencias sociales es la realización de entrevistas por parte de los niños a personas mayores cercanas (familiares, amigos familiares, etc.). El docente debe remarcar la importancia de investigar aspectos como el nombre del juego, el momento del año en que se jugaba, con quién y dónde se llevaba a cabo y qué material se utilizaba, entre otras cuestiones. Un hecho tan simple como el diálogo estructurado con los mayores promueve en los niños la importancia de la relación intergeneracional (abuelos-padres-hijos), la integración social del niño y el conocimiento de la vida cotidiana de un pasado reciente. Si además se amplía la averiguación hacia, por ejemplo, descripciones escritas o gráficas sobre los vestidos tradicionales de la época, el estado de las calles del

pueblo o ciudad, estamos provocando un aprendizaje atractivo y didácticamente significativo para el niño.

4. Desde el área de la música, el planteamiento de búsqueda también puede ser sugerente. Todavía puede convertirse en algo más atractivo si se efectúa de manera conjunta con el área de educación física, en una unidad didáctica referente a los bailes y danzas tradicionales y la expresión corporal.

5. También sería interesante relacionar el juego popular tradicional con la lengua propia de la región: la búsqueda de variables léxicas propias del juego, de instrumentos propios de una cierta época, etc.

6. Una opción para cerrar el trabajo es la realización de un dossier común en el centro docente donde se centralizasen todas las áreas. Sin duda, la correcta realización del proyecto, con el paso del tiempo, conformaría una amplia recopilación del patrimonio cultural de la comunidad. De aquí, se desprenderían otras opciones, como el intercambio regional entre diferentes centros docentes.

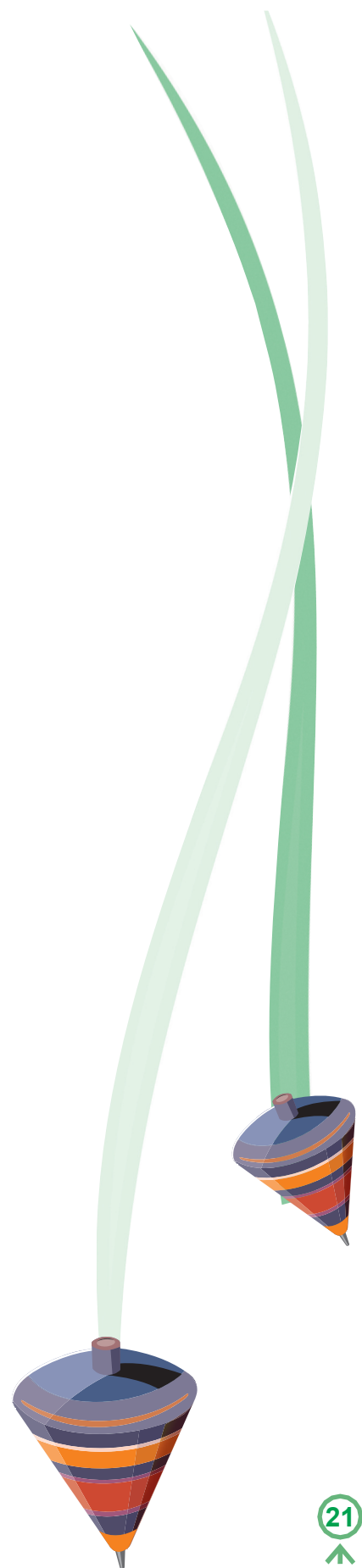
Tendencias sociales y vinculación a la práctica del juego popular tradicional. Conclusiones.

La sociedad del siglo XXI emerge bajo los auspicios de una globalización consumista. Las grandes empresas multinacionales ven en cualquier espacio un posible mercado. El concepto de aldea global nos invade en todas las facetas de la vida cotidiana a través de un potente sistema de comunicaciones (Internet, telefonía móvil, televisión interactiva, etc.) desde donde, a la vez que nos permite conectarnos con lugares y hechos distantes, somos bombardeados sistemáticamente. Hemos entrado en una nueva era, donde los Valores, hábitos y costumbres de la población han cambiado.

La actividad física se ha visto asociada en todas las culturas de la historia de la humanidad a una manera de entender la vida y a un modelo de Estado. Por supuesto, la práctica física también ha evolucionado hacia la tendencia de consumo globalizado y, en una de sus variantes, se ha convertido en un potente elemento generador de dinero. Esta variante lúdica la conocemos por el nombre de deporte espectáculo. Debemos ser conscientes de que los medios de comunicación difunden la práctica de actividades similares al deporte espectáculo. El público compra las zapatillas que usa un determinado jugador o la pelota que patrocina otro. El mundo del deporte actual se encamina hacia el consumismo, dejando de lado muchas veces el aspecto más genuino inherente a toda actividad física: el placer del cuerpo en movimiento.

El máximo exponente de este enfoque del deporte lo encontramos en el olimpismo, una hipocresía actual concebida en torno al consumo, al dinero y al espectáculo, donde el espíritu amateur original es sólo un buen recuerdo. En ese sentido, existen múltiples ejemplos como el fútbol europeo o el deporte espectáculo estadounidense: el básquet de la NBA, el béisbol y el fútbol americano.

Podemos observar, sin embargo, que existen tendencias lúdico-físicas que encierran Valores relacionados directamente con el concepto de ser humano, que se oponen al pensamiento único que dicta el rédito económico. Así, el juego popular tradicional puede convertirse en un instrumento para combatir este proceso alienador de la persona y servir para demandar la identidad propia de un pueblo, de una cultura, de diferentes maneras de observar y entender la vida. En definitiva, una forma más rica, abierta y plural de entender el mundo.



Por sus características, el juego popular tradicional hace que el hombre evolucione como persona dentro de los ámbitos físico, psicológico y social: promueve una sociedad más comunicativa, igualitaria y abierta a las ideas ajenas, donde el concepto de tolerancia cobra su real dimensión. Todo ello implica un proceso complejo donde la educación juega un papel prioritario. En la sociedad del pensamiento único dominante, de la globalización, es imperativo que aparezcan y se desarrollen movimientos sociales que potencien el jugar por el jugar en un entorno de tolerancia y diálogo.

Diez razones de por qué es importante el juego popular tradicional

1. Promueve el placer del cuerpo en movimiento
2. Responde a las necesidades básicas de los niños y completa las necesidades de los adultos. Ayuda a tener una óptima calidad de vida con relación al cuerpo en movimiento, a la cooperación y a la relación social.
3. Es un instrumento revelador de cultura, de la propia y de la ajena, por lo que resulta una herramienta de integración social.
4. Provoca el intercambio intergeneracional de ideas y vincula a personas de la misma comunidad.
5. Conlleva en su práctica el patrimonio cultural de la comunidad. El juego popular tradicional nos revela la vida cotidiana de antaño y nos refleja posibles enseñanzas de los mayores.
6. Promueve Valores que se pueden perder en la sociedad del consumo globalizado, y que son igualmente válidos en ella, como la importancia del esfuerzo para conseguir una recompensa, el placer de realizar las cosas por uno mismo y la colaboración en busca del objetivo común, entre otros.
7. Es un exponente máximo de libertad. El juego popular tradicional ofrece un entorno de mayor diálogo y, por lo tanto, de mayor tolerancia. Los practicantes deciden cuándo, dónde y cómo se juega.
8. Ofrece un campo de acción más creativo, más rico y más profundo en donde el propio yo puede exponerse sin dificultad.
9. Posee una gran facilidad para integrarse en el ámbito educativo.
10. Genera una vía de acceso a la cultura local y, si queremos, a otras regiones. Los niños y niñas conocen y comprenden la vida cotidiana, las costumbres y los hábitos de su entorno próximo. ●

Referencias

- ¹ Lavega, P., Jocs aplicats a l'Educació Física, INEFC- Lleida, 1991.
- ² Parlebas, P., «Jeu Traditionel: nécessité et liberté», revista EPS N° 27: 27, 28, INEFC-Lleida. 1989.
- ³ Maestro, F., *Del Tajo a la Replaceta. Juegos y divertimentos del Aragón rural*, Ediciones-94, Zaragoza, 1994.
- ⁴ Ófele, María, "Los juegos tradicionales y sus proyecciones pedagógicas. En educación física y deportes", revista Digital N° 13. Buenos Aires, 1999.
- ⁵ Los medios audiovisuales bien empleados pueden ser un gran medio educativo cultural. Sin embargo, su poder de abstracción provoca que, en muchos casos, se conviertan en un elemento alienador de la personalidad de los niños.
- ⁶ El ejemplo más claro lo tenemos en el fútbol, cuyo antecedente es un juego denominado *la soule*. Este consistía en un duelo entre dos pueblos rivales y próximos. El objetivo era colocar la vejiga inflada de un animal, normalmente de cerdo, en lo alto de un palo ubicado en la plaza mayor del pueblo. Hoy, la evolución de este juego moviliza grandes cantidades de dinero en todo el mundo.
- ⁷ VVAA, Actes del II Congrés de cultura popular i tradicional catalana, Lloret de Mar, 1996.
- ⁸ Según Lavega, al proceso de transmitir conocimientos, usos y costumbres entre personas de una misma cultura se lo denomina *enculturización o socialización*.
- ⁹ Baroja, V., y Sebastiani, E., *Unidades didácticas para Secundaria IV: Jugar, jugar, jugar*, Colección unidades didácticas de aplicación, Inde. Barcelona, 1996.
- ¹⁰ Lavega, P., y Olaso, S., *1000 juegos y deportes populares tradicionales. La tradición jugada*, Paidotribo, Barcelona, 1999.

Otra bibliografía consultada

- Bally, G., *El juego como expresión de libertad*, Fondo de Cultura Económica, México, 1980.
 - Blanchard, K., y Cheska, A., *Antropología del deporte*, Bellaterra. Barcelona, 1986.
 - Elías, N., y Dunning, E., *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*, Fondo de Cultura Económica, México D.F., 1992.
 - Elkonin, D. B., *Psicología del juego*, Río, Madrid, 1980.
 - Huizinga, J., *Homo Ludens*, Alianza, Madrid, 1984.
 - Lavega, P., *Juegos y deportes populares tradicionales*, Inde., Barcelona, 2000.
 - Olivera, J., y Serrabona, M., "El olimpismo en la obra y pensamiento de J. M^a Cagigal (1957-1983)", en *Actas del 2º Congreso del Deporte, la Educación Física y la Recreación*, 1995.
 - Pavia, V., "El proyecto sobre las formas cotidianas de juego infantil. En educación física y deportes", revista Digital N° 5. Buenos Aires, 1997.
 - Pugmire, M. C., y Stoy, *El juego espontáneo. Vehículo de aprendizaje y comunicación*, Narcea, Madrid, 1996.
 - Trigo, E., *Aplicación del juego tradicional en el currículum de educación física*, Paidotribo, Barcelona, 1994.
 - Winicott, D. W., *Realidad y juego*, Granica, Buenos Aires, 1972.
- El presente artículo ha sido reproducido con permiso y gracias a la gentileza de los editores y el autor. La fuente del material es: Serrabona, M., "El juego popular tradicional. Una opción actual al pensamiento único del deporte", en *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales* vol.1(2): 29-40, 2001.

Cuerpo y escuela

La expresividad psicomotriz: hacia la espontaneidad y el equilibrio emocional

La impulsividad psicomotriz caracterizada por gritos, carreras, luchas, empujones, tirones o la búsqueda del contacto físico suelen ser un signo de expresividad común en los niños. En muchos casos, los educadores perciben con preocupación estas manifestaciones, sin reflexionar sobre la posibilidad de que su origen esté en su sistema de relación con el medio ambiente. Este estudio de caso surge en un jardín de niños oficial de la ciudad de México D. F. y plantea cómo la impulsividad excesiva puede superarse mediante una propuesta de trabajo en sesiones de educación física con la metodología de práctica psicomotriz.

La profesora Eugenia Espinoza Téllez comenzó esta investigación en un Jardín de Niños Oficial de la ciudad de México D. F. ubicado en una zona de nivel socioeconómico medio a partir de un hecho concreto: una docente, reconocida por su efectividad y disciplina, se retiró de la escuela y fue reemplazada por otra más joven, con una modalidad más espontánea y libre.

Los pequeños vivieron el cambio de manera intensa, dado el gran contraste entre la primera maestra, que se mostraba muy dinámica en sus actividades, pero era directiva y estricta; y la segunda, cuya expresividad, actitud frente al grupo y manera de hablar era de libertad y serenidad. Su tono y volumen de voz se observaban más tranquilos y pausados; a veces, ni siquiera se notaba que en el salón había una maestra que indicara lo que se debía hacer, sino que se integraba con los niños en sus actividades. Este cambio produjo desconcierto en los niños, manifestándolo a través de la desobediencia, la impulsividad y la oposición. Comenta Téllez: *«Parecía que les era necesario seguir oyendo los gritos de un adulto para comprender los límites, lo que podían y no podían realizar. Como ahora se les hablaba en forma personal, en lugar de escuchar y poner atención, se exaltaban más, como si provocaran a su educadora de diversas formas, incluso a través del contacto físico. En las sesiones de práctica psicomotriz, donde los niños podían vivir un encuadre de libre expresividad y de relación espontánea corporal, esta impulsividad se manifestaba en los juegos y la relación excesiva con el espacio y materiales. Los pequeños se tiraban entre los almohadones y colchones, empujándose, golpeándose entre sí, destruyendo todo intento de construcción, o realizando*

Compilado por el equipo de **educare**. Basado en una investigación desarrollada por la profesora Eugenia Espinoza Téllez, quien se desempeña laboralmente en la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Autónoma de Baja California.

Ficha técnica de la investigación

Observaciones previas e hipótesis

La presente investigación comenzó en un emergente observado en el jardín: se vio que en tanto existía mayor disciplina por parte del educador, se generaba mayor impulsividad en su grupo de niños durante los momentos y espacios de espontaneidad. De esta reflexión surge la hipótesis de que *el tipo de autoridad, las actitudes y el dominio del educador frente al grupo influyen sobre la impulsividad o la estabilidad emocional de este. Las actitudes de empatía, congruencia y aceptación permiten que el grupo sea más estable; en tanto que el dominio, el autoritarismo y la rigidez en la disciplina favorecen la impulsividad.*

Preguntas de investigación

- Las actitudes rígidas del docente ¿pueden generar impulsividad en un grupo de niños preescolares?
- ¿Qué relación hay entre las actividades directivas y la impulsividad o entre las actividades pasivas y la impulsividad?

Variantes de investigación

La investigadora decide centrar su atención en estudiar como variantes: a) el tipo de relación que la docente establece con su grupo; b) las actitudes de los niños y las relaciones (con el espacio, objetos, cuerpo propio y el tiempo); para ver de qué modo estas favorecían o limitaban la expresividad.

Propósito educativo

Reflexionar acerca de las manifestaciones de impulsividad como signos de desorden emocional; como reacción que se genera en los grupos, a consecuencia del tipo de actitudes y disciplina asumida por el educador. Se pretende mostrar cómo algunos elementos técnicos de la metodología de la práctica psicomotriz permiten la expresión y evolución de este tipo de conflicto grupal. Las conclusiones permiten hacer una recomendación a educadores infantiles.

juegos de persecución». Dado que el jardín contaba con una docente de educación física con especialización en práctica psicomotriz, se decidió aprovechar este espacio para la investigación.

Pasaron casi tres meses hasta que los niños y las niñas pudieron comprender que los gritos de la autoridad son innecesarios, que el adulto puede establecer otro tipo de comunicación con ellos para indicarles lo que podían hacer. Hasta ese momento, la impulsividad y la oposición fueron la característica predominante de su expresividad psicomotriz, lo cual representó un período difícil tanto para los niños como para la docente.

Todas estas reflexiones llevaron a la observadora a pensar que existe una probable relación entre el tipo de actitudes que la educadora asume frente a su grupo y las reacciones de impulsividad que tienen los niños en los momentos de espontaneidad.

¡Mi grupo sólo se porta así con vos!

Al año siguiente, se trabajó especialmente con un grupo grupo que demostraba una fuerte impulsividad cuando no estaba bajo la mira de su maestra, coincidiendo también con una docente a cargo que era sumamente controladora y estricta. Esta educadora limitaba la expresividad de los niños casi por completo haciéndoles acatar en todo momento sus órdenes e indicaciones, dadas muchas veces a los gritos. Esto llevó a la observadora a continuar sosteniendo su hipótesis de que existe una interdependencia entre el tipo de autoridad y actitudes del adulto, y los juegos y reacciones que se producen en los pequeños. Este grupo requería la presencia continua del adulto para respetar los límites en el uso de materiales o espacios, para no excederse, así como para realizar las actividades hasta su término y permanecer dentro de la tarea, sin distraerse ni entrar en un estado de excitación e impulsividad emocional y física.

Las otras docentes del Jardín centraban la atención y autoridad en los niños, permitiéndoles experimentar la posibilidad de decisión personal o grupal, participar, e incluso tener la libertad de salir al baño o a lavarse las manos sin necesidad de pedir permiso, sino respetando la consigna de avisar a dónde irían. Las docentes de los dos grupos que manifestaban alta impulsividad, por el contrario, centraban su atención en sí mismas como el “adulto-autoridad”, que indica mediante su directividad y falta de permisividad cómo y cuándo se pueden realizar las cosas, propiciando una represión de la espontaneidad y una fuerte inquietud emocional. En uno de estos grupos en particular, durante el primer trimestre de clases, ya se habían producido tres accidentes físicos en distintos niños: la fractura de un brazo durante el recreo; una caída al subir un escalón de regreso del baño; el esguince de un pie en el pasillo. Es importante notar que estos accidentes se produjeron en los momentos en que los niños no se sentían bajo la restricción dominante de la docente, sino que estaban en espacios donde podían experimentar mayor independencia y flexibilidad. La liberación de esta impulsividad también se manifestaba claramente en el espacio de la actividad psicomotriz. Comenta la investigadora:

«Cuando los niños llegaban al espacio para la práctica psicomotriz, mostraban un exceso de producción, en contraste con la rigidez e inmovilidad

sensoriomotriz con que se desenvolvían en el salón». La docente comparaba a sus alumnos con otros grupos y mencionaba: «Yo no sé por qué en esta clase mis niños se portan así; esto sólo sucede en tu clase; en mi salón siempre están muy tranquilos y callados».

Estrategias de evolución mediante los juegos de práctica psicomotriz

La docente psicomotricista implementó una secuencia de estrategias para facilitar que los grupos impulsivos liberaran su emotividad, para lo cual combinó propuestas de juego espontáneo con diversos materiales, orientándolos a generar actividades que facilitaran la evolución de los niños. Se comprendió a su vez que «en un sentido profundo, también se requería que las actitudes de la educadora se modificaran».

En un primer momento se propusieron estrategias de movilización emocional (del placer y displacer) mediante juegos de estimulación del registro laberíntico (rodadas, balanceos, caídas, desequilibrios, giros) y de acunamiento (envolturas, transportes, construcciones). Se realizaron así juegos como transportarse en sábanas, deslizarse por el espacio, construir montañas de almohadones para treparlas y lanzarse desde lo alto. Como la inestabilidad continuaba y los pequeños no comprendían los límites, se intentó propiciar los juegos de descarga de impulsividad sobre el material de gomaespuma tales como la construcción de montañas, escalinatas y pirámides con planos horizontales e inclinados, para propiciar los balanceos, giros o caídas con desajustes tónicos.

En relación con el vínculo entre la autoridad del docente y la expresividad de los niños, aclara la investigadora:

«Por un lado, se consideró importante intervenir con cierta rigidez, pero no sobre las producciones de los niños, sino sobre el orden y distribución del material, verificando que las zonas donde los niños requerían saltar ofrecieran la máxima seguridad física y que los objetos fueran reagrupados por áreas de juego. La aceptación de esta necesidad de los niños de realizar situaciones de impulsividad era imprescindible. Incluso la educadora paulatinamente fue acercándose un poco más a los niños y colaborando en este orden físico, modificando así ligeramente sus actitudes frente al grupo, aunque no dejaba de gritarles a los niños cuando requería su atención.»

Se observó que aceptaban las propuestas con júbilo, y la impulsividad, aunque disminuyó, no desapareció. Los niños reflejaban en sus rostros un estado de distensión emocional, con risas más relajadas y con menos angustia, si bien aún se percibía la agitación.

Los juegos de contención, el túnel y el juego presimbólico

Se observó luego que los niños buscaban penetrar en el espacio físico blando, constituido por todo el material de gomaespuma, para perderse dentro de él. Probablemente, buscaban recuperar la sensación de estar dentro de un todo, contenidos, envueltos por una textura física, pero también imaginaria. Se ofreció entonces a los niños la posibilidad de experimentar sensaciones arcaicas, vividas en la etapa intrauterina (donde se es contenido, acurrucado, transportado) mediante juegos en los que los niños fueron tapados y cubiertos por los bloques de gomaespuma, por los colchones y las telas, para envolverlos y transportarlos



en sábanas, colchonetas, y repetir esta estructura las veces que fuera necesario. Las notas de Téllez registran entonces que «el placer reflejado en los rostros de los pequeños era impresionante, especialmente cuando permanecían en la inmovilidad, esperando el momento del balanceo y la caída. La excitación, entonces, se canalizaba a un estado de repetición, que fluctuaba entre la agitación y la espera. Sin embargo, aún se oían risas y se veían descargas de impulsividad.»

Se decidió así ofrecer juegos asociados a las sensaciones maternas, que eran tan imprescindibles para estos niños. La propuesta de un túnel de tela de unos 3 metros de largo fue recibida con gran entusiasmo y todos los niños penetraron en él, satisfaciendo la necesidad de “estar adentro” de un continente, que, por otro lado, los podría ayudar a evolucionar hacia las producciones presimbólicas (entrar-salir, llenar-vaciar; aparecer-desaparecer). Esta actividad propició que la impulsividad prácticamente desapareciera, y en su lugar se diera el silencio. Habían transcurrido casi seis meses desde el comienzo del ciclo escolar cuando se inició este momento lúdico y se repitió durante varias sesiones. Más adelante, los niños comenzaron a realizar los juegos presimbólicos esperados: de reagrupación y pérdida con las pelotas; o bien, sin destruir, permanecían dentro de los espacios cerrados construidos por el especialista con bloques de gomaespuma. Posteriormente, ellos mismos comenzaron a organizar y construir sus propios espacios sensoriomotrices como torres, montañas y, finalmente, otras construcciones más sólidas como la casa.

Resultados obtenidos

Al final del ciclo escolar, mientras el resto de los grupos de mayor y de menor edad de esta escuela habían recorrido este itinerario accediendo hasta los juegos de tipo simbólico y a las actividades de representación concreta, este grupo apenas se iniciaba en los momentos de tipo presimbólico, es decir, de transformación del espacio y materiales; de control o pérdida de los objetos. El logro había sido poder encontrar una estrategia de ayuda para que los niños disminuyeran los momentos de impulsividad sensoriomotriz y canalizaran esa energía en la realización de otro tipo de producciones más complejas, que a su vez favorecen la maduración hacia la comunicación, creación y descentralización del pensamiento.

Estas reflexiones fueron realizadas tanto por la especialista como por la educadora, quien continuamente percibía las diferencias de su grupo en relación con los demás, pero a quien a su vez le costaba trabajo aceptar y comprender el sentido profundo de lo que sucedía.

Finalmente, la educadora reconoció que los niños necesitan de esta actividad ya que comentó con la especialista que cuando sus alumnos no tienen actividad de práctica psicomotriz con la frecuencia acostumbrada, ella los nota más alterados y excitados.

A modo de reflexión final y como conclusión, la profesora Eugenia Espinoza Téllez concluye así su investigación:

«La impulsividad constituye un signo de expresividad psicomotriz que, con frecuencia, es valorado por el adulto como un signo de agresividad. Sin embargo, la práctica psicomotriz considera que estas formas de relación de la persona con los objetos del exterior son una muestra de la movilidad emocional del sujeto, de sus deseos, temores, pensamientos. En breve, un llamado a la comunicación.»

La metodología de práctica psicomotriz propone dar un espacio al niño para que las manifestaciones pulsionales e impulsivas se exterioricen y se simbolicen por la vía del movimiento; lo cual requiere la formación del adulto dirigida al desarrollo de actitudes de empatía y comunicación para poder aceptar estas producciones y comprender su significación profunda.

Es importante propiciar un espacio para que el adulto-educador reflexione acerca de sus actitudes frente al grupo y que comprenda que la escucha, la aceptación y el acompañamiento de las producciones del grupo permiten una mayor evolución en los procesos de desarrollo y maduración emocional e intelectual.

Del mismo modo, también es necesario que se considere que el niño requiere actividades corporales para concluir sus procesos de maduración profunda emocional e intelectual, para lo cual no es suficiente con realizar actividades variadas en el salón de clase.» ●

Bibliografía utilizada por la investigadora

Aucouturier, Darrault, Empinet, [La práctica psicomotriz. Educación, reeducación y terapia](#), Científico-Médica, Barcelona, 1995.

Espinoza, [La formación de adultos a través de los principios de práctica psicomotriz](#), documento de edición interna, ISDAPPA, México, 1995.

Lapierre y Aucouturier, [Simbología del movimiento](#), Científico-Médica, Barcelona, 1977.


Meves e Illies, [La agresividad necesaria. Cómo educar los impulsos de autoafirmación](#) (proyecto), Sal Térrea, Santander, 1979.

Freud, [“Pulsiones y destinos de las pulsaciones”](#), en [Obras completas](#) de Freud, Amorrortu, Buenos Aires, 1915.

Winnicott, [El proceso de maduración en el niño y el ambiente facilitador](#), Paidós, Buenos Aires, 1979.

Moreno, [La educación centrada en la persona](#), Manual Moderno, México, 1980.





La eutonía, un camino hacia la armonización y el autoconocimiento que favorece la experiencia de unidad

Sandra Beatriz Fernández, psicóloga y pedagoga, presenta los fundamentos de la eutonía y algunas sugerencias para la práctica del autoconocimiento corporal en la escuela como una búsqueda que armoniza con la filosofía y la pedagogía del programa Sathya Sai Educare. Se formó en eutonía en el Instituto Argentino-Francés de Eutonía, dirigido por Susana Ferreres. En la actualidad, es miembro del equipo directivo de la escuela Sathya Sai N° 3 Mahatma Gandhi de Castelar, provincia de Buenos Aires.

Por el equipo de **educare**

«La eutonía propone una búsqueda que ayuda a las personas a alcanzar una conciencia más profunda de su realidad corporal y espiritual como verdadera unidad» (Gerda Alexander).¹

La eutonía es un camino de autoconocimiento y desarrollo personal. Filosóficamente, comparte con Educare la premisa de que el ser humano está dotado de un potencial inherente que debe ser realizado y desarrollado. Por eso, la clase de eutonía es un dispositivo para la exploración en el cual el docente propone situaciones para que los estudiantes experimenten la autoobservación, ya sea en la quietud como en el movimiento.

¿Qué significa eutonía?

La palabra *eutonía* proviene del griego: *eu*, bueno, armonioso, óptimo, justo; y *tonus*, tono, tensión. Fue creada por Gerda Alexander para expresar la idea de una tonicidad armoniosamente equilibrada, en adaptación constante y ajustada al estado o a la actividad del momento.

Su objetivo es lograr la regulación deliberada del tono muscular total para encontrar el equilibrio de las tensiones y así la capacidad de activar la tensión de base más ajustada para cada tarea.

¿Por qué es importante la regulación del tono muscular?

El tono muscular es definido por los psicofisiólogos como “la actividad del

músculo en reposo aparente”. Es el grado natural de tensión de los músculos, que se mantiene aun en estado de reposo.

El tono es peculiar a cada persona e incluso a cada parte del cuerpo, pues es raro encontrar personas con tono uniforme. El tono muscular fluctúa desde el nacimiento. La evolución del sistema nervioso y la interacción con el medio, las vivencias de satisfacción, dolor o incomodidad, la manera en que de bebé se es sostenido por los adultos, todo produce modificaciones del tono muscular. Se va instalando el tono personal de cada uno, determinando la particular manera de “estar en el mundo” de cada persona: tensa, relajada, o con algunas zonas hipertónicas y otras hipotónicas.

¿Cuál es la relación entre tono muscular y postura corporal?

La postura influye en el tono muscular, y a la inversa. El tipo de vida que lleva un chico de ciudad (poco tiempo libre para el juego y la expansión física y emotiva, falta de espacios amplios para descargar energías, gran cantidad de horas viendo televisión y sentado en sillas o pupitres en la escuela, adopción de posturas inadecuadas) hace que ya a los cuatro o cinco años se manifiesten zonas tensas en su cuerpo, fácilmente detectables al tacto, aunque aún los chicos no las sientan ni les duelan. Es común ver chicos de siete años que ya no pueden adoptar una posición cómoda si se les pide sentarse en el piso. Acortamientos musculares, pérdida de la flexibilidad y movilidad articular y bloqueos respiratorios son observables en los chicos desde muy corta edad. Gerda Alexander explica que la sensación de totalidad del organismo y la seguridad en los movimientos se ven entorpecidas en los niños por factores como:

- fallas en el diálogo tónico que se establece en el contacto entre los adultos a cargo de la crianza y los chicos;
 - incompreensión de los adultos acerca de las necesidades de movimiento de los chicos en las distintas etapas de desarrollo;
 - falta de espacio en las viviendas;
 - ausencia de plazas de juego apropiadas y, en general, de espacios que permitan la libre expansión de movimiento en los chicos;
- gimnasia mecánica;
- imitación de posturas de los adultos con posiciones defectuosas y tensionadas.
- Entonces, se configuran representaciones falseadas de las propias formas y proporciones corporales. Se va perdiendo la capacidad de experimentar la imagen corporal en su totalidad y se restringen la flexibilidad y el movimiento como expresión plena del Ser.

El tono muscular y las emociones ¿son interdependientes?

Las emociones se hallan directamente relacionadas con el tono muscular. Los estados emocionales se expresan en modificaciones del tono muscular, mucho antes incluso de la aparición del lenguaje o de la toma de conciencia del estado emocional; por ejemplo, la cólera puede reconocerse en los puños apretados de un niño; la preocupación de un joven, en el ceño fruncido, y el estrés de un adulto, en la mandíbula apretada.

«El cuerpo es una unidad en la que un acontecimiento psíquico todavía no plenamente maduro puede representarse mediante una expresión motora, antes de que se produzca una evidente y perfecta idea de lo sucedido o dada su formulación verbal» (Julián de Ajuriaguerra).²

A su vez, trabajar en las variaciones del tono corporal produce modificaciones en el estado emocional. La eutonía, a través de una serie de principios, propone

situaciones de trabajo corporal que traen como resultado modificaciones importantes en las personas.

Hoy conocemos los vínculos íntimos que existen entre la tonicidad y las vivencias, conscientes e inconscientes. La expresión de nuestro cuerpo, tanto en sus actitudes y movimientos como en la respiración y la voz, depende directamente de estos vínculos, al mismo tiempo que los manifiesta.

Así como el tono es impactado por las emociones y las situaciones cotidianas de la vida de relación, generando tensiones, bloqueos y afectando el sistema neurovegetativo, también el trabajo consciente sobre el estado tónico y la armonización tónica generan efectos benéficos en los distintos niveles de nuestra personalidad.

«El trabajo en eutonía es la búsqueda de la propia personalidad y es la búsqueda de esa totalidad; porque no se trabaja solamente con el cuerpo, se trata de comprender la totalidad del ser humano, el aspecto psicosomático, las emociones, las experiencias, la expresión y la conciencia, es decir, el espíritu humano» (Gerda Alexander).¹

¿Cuáles son las consecuencias de la eutonía en el estado de salud de las personas?

Las consecuencias benéficas de la práctica eutónica se pueden resumir así:

- Normalización del tono muscular y variación consciente del tono neuromuscular. (Esto favorece la disolución de bloqueos y restablece la libre circulación de la energía vital.)
- Prevención y reversión del deterioro de las funciones articulares. (Recupera la flexibilidad y la movilidad.)
- Desarrollo general de la sensibilidad y, por ende, aumento de la percepción propioceptiva y exteroceptiva. (Estimula la capacidad de estar alerta y la conexión con los otros.)
- Mejoramiento de los reflejos posturales y cinestésicos. (Previene lesiones y el desgaste óseo.)
- Mejoramiento de las funciones neurovegetativas: cardiocirculatoria, circulación linfática, digestión, excreción, sueño y regularización del ritmo respiratorio.
- Gradualmente, se completa la imagen corporal. (Conlleva a la valoración del propio cuerpo y a la elevación de la autoestima.)
- Conocimiento profundo de sí mismo.
- Desarrollo de la autoconfianza y confianza en las propias percepciones.
- Aceptación de sí mismo y de la realidad personal. (Ayuda a distinguir lo propio y genuino en contraposición con los modelos y mandatos impuestos por la sociedad de consumo.)
- Aprendizaje del uso adecuado del cuerpo en la vida cotidiana y en aquellas actitudes que requieren esfuerzo.
- Mejoramiento general de la salud por el aprendizaje de cómo cuidarse uno mismo.

«La enfermedad es un grito del cuerpo... y éste debe ser escuchado cuando susurra, porque es la manera que tiene de decirnos que algo no va bien. Hay que estar atento a los mensajes que envía el cuerpo. Si no lo hacemos,

empezará a transmitirnos que algo va mal en forma de dolor o de enfermedad. Uno se desliza lentamente hacia la enfermedad durante años de abuso e inconsciencia. El cuerpo y el espíritu representan la unidad del ser, no su dualidad» (Thérèse Bertherat).³

¿Qué puede aportar la pedagogía de la eutonía a la tarea educativa en general?

La pedagogía de la eutonía es muy coherente con la idea de ser humano que sustenta.

La clase de eutonía, como mencioné al principio, es un dispositivo para la exploración y el autoconocimiento. Apunta a que cada uno desarrolle las propias potencialidades, sin la expectativa de un resultado inmediato.

Se invita a los alumnos a sentir lo que sucede, a escuchar las manifestaciones corporales, a dar importancia a las señales del propio cuerpo. A diferencia de otras propuestas de trabajo corporal, no se invita a imaginar sino a percibir la propia realidad. Desarrolla la capacidad de autopercepción sin necesidad de recurrir a recursos imaginarios de ningún tipo, reconociendo que todo pensamiento, por abstracto que sea, tiene una repercusión global sobre la totalidad del organismo.

El docente-eutonista indica con consignas orales, formuladas en segunda persona, pautas para que el estudiante oriente su atención y su percepción en determinada dirección. Otorga a la persona un lugar protagónico en el proceso de aprendizaje, acompañándola en su búsqueda. Da prioridad a vivenciar la actividad desde el placer y no desde la obligación. Promueve el sentir y observar sin juzgarse, permitiendo el desarrollo del observador introspectivo que descubrirá sus propias necesidades.

¿Qué papel desempeña el docente en la eutonía?

Un aspecto esencial de la pedagogía de la eutonía consiste en no mostrar los ejercicios ni ponerse como modelo a imitar para evitar actitudes dependientes y estereotipos. Tampoco decir qué se debe sentir ni esperar resultados predeterminados. De este modo, provee a la persona recursos para vivir las experiencias apartándose de la acción mecánica, favoreciendo la creatividad.

El ejemplo del maestro no está dado por mostrar qué es lo que hay que hacer sino por el trabajo consigo mismo, que es la fuente de su pedagogía.

Otro desafío de esta pedagogía es el trabajo en grupo, porque para lograr la armonía en una tarea grupal, es necesaria la adaptación de los diferentes ritmos y dinámicas de trabajo sin perder la propia individualidad. El grupo implica respetar y ser respetado, adaptarse y compartir experiencias aceptando las diferentes repercusiones que una misma consigna tiene en cada uno y cómo permite enriquecerse de las diferencias individuales.

¿Qué situaciones pueden proponer los maestros a los estudiantes?

Dado que la eutonía es un camino hacia una nueva ampliación de la conciencia de la realidad psicosomática, es muy importante que la persona que va a guiar la actividad haya experimentado personalmente las consignas. Mantener un estado de presencia, intentando orientar la conciencia hacia el propio cuerpo mientras se dan las consignas y se acompaña el trabajo del grupo, generará una diferencia muy marcada en la capacidad de sus integrantes para realizar la tarea. También es

importante elegir un ambiente físico apropiado y crear una atmósfera de trabajo basada en la armonización del docente y en su propia sensibilidad.

Trabajos para estimular la conciencia de la piel

- Acostados en el piso, realizar estiramientos sintiendo el roce de la piel con la ropa o con la superficie del piso, tratando de percibir la piel de todas las partes del cuerpo.
- En parejas. Uno acostado sobre el piso, el compañero elige un lado del cuerpo y recorre toda la superficie de la piel tocándola con suavidad con una caña de bambú (o con rodillos de gomaespuma como los que se utilizan para pintar paredes). Antes de continuar con el lado opuesto se le solicita al compañero que compare el lado del cuerpo que fue tocado con el otro y que exprese si percibe diferencias y, si las hay, en qué consisten.
- Acostados en el piso y llegando luego a distintas posiciones, deslizar una tela por toda la superficie corporal, llevando la atención a las sensaciones que se despiertan en la piel en cada parte del cuerpo.
- En una posición cómoda, realizar toques con las manos sobre el propio cuerpo, recorriendo las distintas partes a medida que son nombradas por el maestro y probando ejercer distintas presiones para percibir los tejidos debajo de la piel.
- Realizar movimientos tratando de mantener la atención en la piel en contacto con la ropa y en el contacto consciente de la piel con el aire circundante (puede acompañarse con música).
- Explorar la superficie corporal utilizando un globo. También explorar el toque de la piel con el globo contra una pared, incluyendo la parte posterior del cuerpo.
- Estimular la piel con el toque propio o el de uno o más compañeros con elementos de distinta textura, tamaño y densidad: pelotas de diferentes tamaños, palitos, cañas, castañas, bolsitas de tela rellenas con mijo, arroz o porotos de soja.
- En todas las actividades se recomienda observar y proponer a los niños que perciban cómo es el ritmo de su respiración y el estado general del cuerpo antes del trabajo y luego de realizarlo. Por supuesto que, tanto para dar las consignas como para guiar estas observaciones, el maestro irá adecuando el vocabulario a la edad de los niños o jóvenes.

¿Por qué es importante trabajar la conciencia de la piel?

El trabajo con la sensibilidad de la piel ayuda a lograr una imagen integral del propio cuerpo, necesaria para la propia expresión y para las relaciones con el ambiente. La estimulación de la piel tiene efectos en la armonización tónica, en el funcionamiento neurovegetativo y, por lo tanto, en el ritmo respiratorio. En eutonía se considera que la liberación de la respiración es una consecuencia de la normalización del tono y la eliminación de los bloqueos musculares y energéticos. A través de estas propuestas, se enriquece la percepción de sí mismo y se desarrolla la sensibilidad.



Trabajos para estimular la conciencia de los huesos

En parejas, recorrer el cuerpo del compañero acostado, con una pelotita de tenis, buscando tocar y reconocer la forma de los huesos.

- Percutir con una caña de bambú las partes óseas del propio cuerpo, variando las presiones, reconociendo la presencia de los huesos y sus formas.
- Palpar con ambas manos la forma de los huesos de la propia pelvis y percutir los huesos de la pelvis con una caña, en posición acostados. Sentarse con ambos isquiones apoyados sobre una caña y realizar rodadas hacia adelante y hacia atrás para percibir sus formas. Colocar una caña debajo de un isquión (en dirección anteroposterior) y realizar pequeñas rodadas laterales para percibir su forma. Repetir con el otro isquión. Retirar la caña y sentarse sobre el piso. Comparar la sensación de presencia de los isquiones con lo percibido al iniciar la actividad.
- Sentados contra una pared, palpar los huesos de los pies reconociendo la forma, las dimensiones y las uniones de unos con otros. Explorar la movilidad de cada una de las articulaciones. Dibujar en un papel el contorno del propio pie y dibujar adentro los huesos percibidos. Comparar con los dibujos de los compañeros. Observar radiografías o láminas para comprobar semejanzas y diferencias con el dibujo.
- En parejas, tomar la mano de un compañero, solicitarle que la deje en pasividad. Investigar a través del tacto la forma de la mano, la textura, las dimensiones de cada una de sus partes: dorso, palma, dedos, uñas.
- Reconocer las partes óseas, aumentando para ello la presión. Seguir el recorrido de cada hueso, desde la muñeca hasta la punta de cada dedo.
- Reconocer su forma y dimensión, en qué parte se engrosan, cuál es más corto, cuál más largo, cuántos huesos hay en cada dedo. Explorar las posibilidades de cada articulación cuidando de no forzar sus límites. Repetir con la otra mano. Intercambiar los roles. Al finalizar, ambos compañeros pueden dibujar el contorno de sus manos y adentro todos los huesos tal como los hayan podido percibir.

Estas actividades de exploración ósea pueden realizarse con otras partes del cuerpo: brazos, piernas, pelvis, columna vertebral y caja torácica, cintura escapular, cabeza. Se pueden realizar a partir del primer ciclo y sin límite de edad adecuando las consignas a los saberes previos de los niños.

¿Por qué es importante la conciencia ósea?

La eutonía formula que es posible trabajar y moverse con mayor economía de esfuerzo cuando existe conciencia del movimiento de los huesos en vez de proceder exclusivamente utilizando fuerza muscular.

También la conciencia de los huesos influye en la postura, libera la musculatura dinámica y permite una mayor movilidad.

La toma de conciencia de los huesos proporciona seguridad interior y permite liberar tensiones emocionales profundas.

A modo de despedida

Drenar las tensiones remanentes en el cuerpo así como frenar el parloteo mental y aquietar las emociones permite conectarse con uno mismo y experimentar la vivencia de unidad. Renovarse y dejar que la vida se manifieste en plenitud. Deshacer corazas, abrir canales para que fluya la energía vital y expandir la conciencia nos prepara para recibir a Dios en el templo.

«Somos también el cuerpo. El cuerpo del hombre es necesario porque es capaz de revelar el Dios invisible» (Sathya Sai Baba).●

Notas

¹ Gerda Alexander (1908-1994). Nacida en Alemania, en 1933 se radicó en Copenhague, Dinamarca, donde inició sus primeros trabajos de eutonía y fundó una escuela de formación. Ha visitado la Argentina, donde muchas personas dedicadas al trabajo corporal pudieron enriquecerse con su original contribución. Escribió *La eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo*. También puede leerse sobre su vida y pensamiento en *Conversaciones con Gerda Alexander*, de Violeta Hems de Gainza.

² Julián de Ajuriaguerra (contemporáneo). Médico, psiquiatra. Seguidor de Henri Wallon, desarrolló importantes aportes en el campo de la psicomotricidad y la concepción de la unidad cuerpo-mente.

³ Thérèse Bertherat (contemporánea). De origen francés, es creadora del método de la antigimnasia.

⁴ Sathya Sai Baba (contemporáneo). Maestro espiritual indio y educador mundialmente reconocido por su mensaje basado en restablecer los Valores Humanos con una visión ecuménica. En sus enseñanzas y en su obra de beneficio a la sociedad, la educación ocupa un lugar de relevancia. Es quien inspiró y originó el Programa Sathya Sai de Educación en Valores Humanos, Educare.



La alegría

El encuentro con la fuente de bienaventuranza interna

Sugerimos los siguientes objetivos para favorecer el despliegue de la alegría como uno de los más ancestrales recursos de la humanidad para educar y transformar.

1. Cuentos cortos de humor y espiritualidad.
2. Pensamientos acerca de la alegría.
3. Sugerecias para descubrir la alegría mediante la expresión corporal.

Algunas actividades están señalizadas con estos iconos.



Se necesitará un espacio físico amplio o al aire libre.



Edad sugerida.



Se necesitará realizar una preparación previa.



Tiempo estimado de duración.

1. Cuentos cortos de humor y espiritualidad

La vieja llorona: un cuento acerca del contento y el optimismo

Una anciana se sentaba todos los días en una esquina a llorar por su suerte, tanto en días de sol como de lluvia. Un transeúnte, preocupado, indagó sobre el motivo de su aflicción:

—Es que tengo dos hijas. Una vende zapatos y la otra paraguas. En los días de sol, lloro porque pienso que le va a ir mal al negocio de la que vende paraguas. Y en los días de lluvia, en cambio, lloro porque nadie le va a comprar zapatos a mi otra hija. —Y se puso a llorar desconsolada.

—Señora, tengo la solución a su problema —respondió el hombre—. En los días de sol, sonría porque seguramente venderá muchos zapatos su primera hija, y en los días de lluvia, sonría porque sin dudas le irá muy bien en las ventas a la segunda.

A partir de ese día, la mujer estuvo siempre sonriente y agradecida, tanto en los días de sol como en los de lluvia.

5+



50 min



34



La lleva a cuestras: un relato zen acerca del peso de los prejuicios

Dos monjes se encontraron con una preciosa jovencita que no podía cruzar el caudaloso río. Uno de ellos la alzó, la cruzó y la dejó a salvo en la otra orilla. Siguieron luego su camino en profundo silencio. Hacia el final del día, el otro monje no soportó más la presión y cuestionó a su compañero:

—¿Por qué alzaste a la muchacha para cruzar el río? Nosotros, como monjes, no deberíamos tocar a las mujeres.

Su amigo contestó:

—Yo la alcé por pocos minutos, para ayudarla, y hace ya muchas horas que la dejé en la otra orilla del río. ¡Vos, en cambio, todavía la estás cargando!



10+



5 min

2. Pensamientos acerca de la alegría

«Me dormí y soñaba que la vida no era más que alegría.

Me desperté y vi que la vida no era más que servir.

Serví y vi que el servir era alegría.»

—*Rabindranath Tagore*

«Un hombre alegre es siempre amable.»

—*Máximo Gorki*

«No hay ninguna cosa seria

que no pueda decirse con una sonrisa.»

—*Alejandro Casona*

«La alegría ha sido llamada

el buen tiempo del corazón.»

—*Charles Smiles*

«La alegría, cuanto más se gasta,
más queda.»

—*Ralph Waldo Emerson*

«Si exagerásemos nuestras alegrías, como hacemos con
nuestras penas, nuestros problemas perderían importancia.»

—*Anatole France*

«Anhelen la felicidad, la alegría de los demás, con la misma sinceridad
con la que anhelen la vuestra; esfuércense por la paz del mundo,
con la misma diligencia con la que se esfuerzan por la propia paz.

Esa es la verdadera divinidad, esa es la verdadera humanidad.»

—*Sathya Sai Baba*

3. Sugerencias para descubrir la alegría mediante la expresión corporal

Una clase de expresión corporal responde al modelo de investigación-acción:
Por lo tanto, no hay un resultado predecible sino un planteo de situación y
algunas hipótesis a confirmar. Cada vez, será la dialéctica creadora del grupo la



35

que pondrá en juego un abanico de variantes y posibilidades. Por lo tanto, lo que aquí se propone es un esbozo de ideas que operarán como punto de partida de algo posible y no como conclusión dada. Se propone al grupo un momento para que cada integrante rememore alguna situación que le haya provocado alegría. Se puede optar por compartir estas experiencias antes de continuar. Se les pide a los integrantes que elijan un lugar de la sala para quietarse y, si quieren, que cierren los ojos. Se les pide que vuelvan a rememorar la experiencia y observen en su interior cómo sentían en el cuerpo ese sentimiento. ¿Dónde lo sentían? ¿En todo el cuerpo? ¿En alguna parte en especial? ¿Les daban ganas de moverse para dejar salir la alegría? Si tuvieran que elegir un color, ¿cuál elegirían? Luego de elegir el primero, se da la opción, uno por vez, de elegir dos colores más. Se entrega una hoja grande y se disponen crayones de todos colores para que cada uno exprese en papel y colores esa sensación y el movimiento de esa alegría interna. Se propone ponerle movimiento a eso que expresaron primero en papel. (Según la edad, se puede hacer una actividad sencilla con músicas seleccionadas por el maestro o hacer que cada alumno busque una música que represente “su alegría”, que se usará en el momento de ponerle movimiento.) Se propone una ronda con un paso sencillo a modo de cierre conjunto de la experiencia con alguna canción que hable de la alegría.

Otra opción: Trabajar a partir de músicas/canciones que hablen de la alegría.

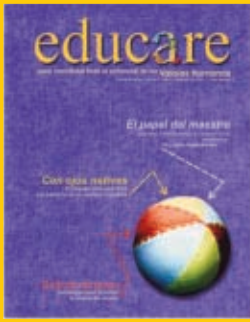


La alegría de compartir

Quienes tengan sugerencias, cuentos, ideas, juegos, proyectos, etc., y deseen compartirlos pueden enviar su propuesta a educare@issevha.org, o por correo postal a “Baúl de Recursos Educare”, Carlos Casares 1245 (1712) Castelar, provincia de Buenos Aires, Argentina. Se incorporarán en futuras ediciones y en nuestra web: www.issevha.org

¡y a mover el esqueleto!





Nº 1

La filosofía de la educación



Nº 2

La música, el sonido, el silencio



Nº 3

Las materias curriculares y los Valores Humanos



Nº 4

La Paz y la armonización en la escuela



Nº 5

Prevención en Salud y Nutrición infantil



Nº 6

Literatura infantil y Valores



Nº 7

Espiritualidad laica y ecumenismo en la escuela



Nº 8

Las artes plásticas y la expresión del Ser interno



Nº 9

El cuerpo, el movimiento y la escuela



Ventas:
publicaciones@issevha.org

Equipo editorial:
educare@issevha.org

siguiente
educare
Incluye postales de Paz

- > **Crianza y Valores Humanos.**
Experiencias educativas, reflexiones y estrategias.
- > **Sathya Sai Educare. El papel del maestro y la familia en los Valores Humanos.**
Por Silvia Claisse y Daniel Coifman.
- > **Límites, mucho más que decir que no.**
Herramientas concretas para lograrlo.

«El cuerpo humano es precioso. El hombre no ha tomado conciencia de lo que le debe a su cuerpo. El cuerpo que está compuesto de los cinco elementos ha sido dado al hombre para comprender su verdadera naturaleza, para reconocer la verdad acerca de su espíritu inmortal y para experimentar lo eterno en él.»

—Basado en palabras de Sathya Sai Baba



El Instituto Sathya Sai de Educación en Valores Humanos de la Argentina tiene interés en hacerle conocer su propuesta.

Somos una Fundación sin fines de lucro que trabaja para una sociedad más plena abordando el desafío desde la Educación en Valores Humanos. Desarrollamos cursos de formación docente, trabajo con las familias y planes de acción concretos para escuelas que estén interesadas en la propuesta.

Para mayor información:

*Carlos Casares 1245 (1712) Castelar
secretaria@issevha.org
www.issevha.org*

El programa Sathya Sai de Educación en Valores Humanos Educare ha sido declarado de interés educativo y cultural por las provincias de Buenos Aires y de Misiones.

Código interno: 3048
ISBN 987-21467-0-5

