

# EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

## Hoy, ¡a mover el esqueleto!



Para aprender, los niños necesitan moverse para poder explorar, investigar, manipular el entorno. A través del movimiento adquieren muchos conceptos y sobre todo van conociendo su cuerpo. La capacidad cognitiva está relacionada con el movimiento, por eso es muy importante potenciar el movimiento libre desde pequeños. Ahí van una serie de pautas para trabajar en familia de forma lúdica y sencilla el movimiento:

**Ir al parque.** Sobre todo a columpiarse, ya que ayuda a la integración del sistema vestibular, encargado de nuestro equilibrio necesario para el aprendizaje. Disfrutarán de toboganes, balancines, casitas..., ayudándoles, por nuestra parte, cuando lo necesiten.

**Bailar.** Podéis bailar en familia, creando o reforzando el vínculo de conexión familiar. Bailando movemos todo el cuerpo y trabajamos la coordinación, el equilibrio, la lateralidad y la orientación espacial, que nos ayudan en el aprendizaje.

**Hacer circuitos.** Aprovechar los objetos que tengáis por casa y elaborar un circuito donde se trabaje todo el cuerpo. Podemos usar cojines para caminar sobre ellos; zapatos, que nos pueden servir como conos para ir sorteándolos; cajas para saltarlas; mesas para pasar por debajo... ¡creatividad al poder! Los circuitos caseros son geniales y a los niños les encantan.

**Gatear, reptar.** Vamos a aprovechar el pasillo de casa. Es fundamental que los niños gateen mucho desde pequeños. El gateo conecta los dos hemisferios cerebrales y crea rutas de información cruciales para la maduración de las diferentes funciones cognitivas, fomenta la conciencia espacial y desarrolla la coordinación ojo-mano, fundamental a la hora de leer y escribir.

**Las escaleras.** Os podéis plantear un día sin ascensor y subir las escaleras de dos en dos, por ejemplo, e ir diciendo los números. O subir saltando. Con un ejercicio tan sencillo mueven todo su cuerpo a la vez que trabajan la coordinación, el equilibrio...

**Caminar y caminar.** Como los pingüinos, las serpientes, como los equilibristas, sobre una cinta, sobre diferentes texturas, de puntillas, de talones..., para sentir por completo nuestro pie.

**A saltar.** Sobre la cama o el sofá, en el suelo o en colchonetas, así los niños empiezan a conocer la sensación que produce la gravedad en nuestro cuerpo. Los adultos, por un día, también podemos volvernos niños y disfrutar saltando en la cama.

**Adivina, adivinanza.** Con los ojos tapados, tocar al niño una parte de su cuerpo y que él luego la señale. Así trabajará la conciencia corporal y el conocimiento de su propio cuerpo.

**Yincana casera.** Podéis organizarla con carrera de sacos, lanzamiento de pelotas, bolos, explotar globos... Seguro que se convierte en una de nuestras actividades familiares favoritas.

Por: **Ana Rojo de la Vega** Maestra y orientadora educativa, miembro de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

# EXPERIENCIAS

# Experiencia novedosa de aprendizaje

Alumnos de Proyectos Audiovisuales del IES Martínez Vargas de Barbastro realizan vídeos de promoción turística para la Comarca de la Ribagorza



Los alumnos, en la reunión de clausura del proyecto. IES MARTÍNEZ VARGAS

Alumnos de 2º curso del Ciclo Formativo del Grado Superior de Realización de Proyectos Audiovisuales y Espectáculos del IES Martínez Vargas de Barbastro, en estrecha colaboración con Turismo de la Comarca de la Ribagorza y la UNED, han desarrollado un proyecto piloto en el que los estudiantes realizaron un audiovisual en condiciones prácticamente reales y con la ventaja añadida de ser tutelados por sus profesores, por la UNED y por la propia Comarca.

### Una valiosa oportunidad

Esta pequeña producción de tres vídeos se ha organizado por zonas geográficas -Valle del Isábena y Valle de Lierp, Valle del Noguera Ribagorzana y Valle del Ésera-, mostrando los establecimientos turísticos comprometidos con el programa Sicted (Calidad Turística en Destino). Terminadas las tres grabaciones, el pasado 15 de febrero se celebró la reunión de clausura del proyecto.

Las tres instituciones y los alumnos pudieron intercambiar opiniones y hacer una puesta en común. Resaltaron «lo valioso de esta novedosa experiencia de aprendizaje» y valoraron esta oportunidad de manera «especialmente positiva».

«El encargo de un trabajo audiovisual profesional a alumnos que todavía no han finalizado sus estudios implica un riesgo, pero también supone una enorme muestra de confianza en su potencial», comentan desde el IES Martínez Vargas, destacando, además, que la materialización de este trabajo audiovisual no solo favorece la profesionalización de nuestros alumnos, también supone una comprometida apuesta por la enseñanza pública y por la capacidad creativa y laboral de los

lugares alejados de los grandes núcleos de población. «Es, además -continúan-, una muestra de la capacidad de las instituciones de generar sinergias en la búsqueda de formas de colaboración que llevan implícita una defensa del territorio y de sus recursos humanos y técnicos».

El pasado jueves, 4 de marzo, la Comarca de la Ribagorza estrenó el tercero de los tres vídeos promocionales, producidos por alumnos del Ciclo Formativo de Realización de Proyectos Audiovisuales y Espectáculos de Barbastro. Podéis ver los vídeos en el canal de YouTube de la Comarca de la Ribagorza: <https://www.youtube.com/user/laribagorza/videos>.

Por: **Niko Romea**

## Panel de científicas en el Británico



Los escolares muestran el resultado de su actividad. COLEGIO BRITÁNICO DE ARAGÓN

El pasado 11 de febrero, el alumnado de 6º de primaria del Colegio Británico de Aragón celebramos el día de la Mujer y de la Niña en la Ciencia. Repasamos nombres de inventores y científicos: Einstein, Tesla, Eddison, Marie Curie..., reflexionamos sobre la poca presencia femenina y visualizamos el corto 'No More Matildas', que nos invita a imagi-

nar qué hubiera ocurrido si Einstein hubiera sido mujer. Las sensaciones entre el alumnado eran claras: «¡No tiene sentido!»; «¡no se puede seguir así!»; «¡necesitamos devolver a la historia a todas las grandes científicas que han existido y a las que trabajan para facilitarnos la vida!». Y nos pusimos a indagar. Pudimos conocer a algunas de ellas a través de unos

vídeos que nos hicieron llegar al cole, explicándonos a qué se dedican y enseñándonos sus laboratorios. ¡Fue tan interesante que nos quedamos con ganas de más! Terminamos el día profundizando sobre la vida de 50 científicas y su aportación a la ciencia y a la humanidad.

Por: **Laura, Andrea y Carmen**  
Tutoras de 6º de primaria