

CAPÍTULO PRIMERO

LA IMAGEN Y LA PERCEPCIÓN

La imagen del propio cuerpo se va elaborando gracias a las distintas percepciones que el ser humano va "coleccionando" desde que nace. Estas percepciones le llegan a través de los distintos canales que nos comunican tanto con el exterior como con nuestro propio interior.

Los canales por los que recibimos los estímulos que nos provocan las distintas sensaciones no se reducen a los sentidos que todos conocemos desde la escuela, visto, oído, olfato, gusto y tacto, nuestras sensaciones son mucho más sutiles y numerosas como para poder reducirlas a estos cinco canales de "admisión".

En realidad nuestras sensaciones se deben a once sistemas diferentes, los cinco sentidos conocidos más:

- ✍ sentido laberíntico-vestibular (situación espacial),
- ✍ sentido de contacto-presión,
- ✍ sentido del dolor,
- ✍ sentido del frío y el calor (variación térmica),
- ✍ sentido kinestésico (percepción del movimiento y las posiciones),
- ✍ sentido cenestésico (sensibilidad visceral),

Pero cuando sentimos no lo hacemos con uno o con siete sentidos, Laín Entralgo nos dice que "en el acto de sentir juega un papel esencial el cuerpo entero, pero no como la suma de sensaciones; el cuerpo siente de forma global, y al analizar este acto es cuando descomponemos el sentimiento en las distintas etapas que la integran, correspondientes a las

actividades psicoorgánicas de cada uno de sus órganos, aparatos y sistemas⁵".

Las primeras sensaciones que experimentamos son las de frío, calor, hambre o sed. Más adelante recibimos información de lo que acontece a nuestro alrededor y después descubrimos que formamos parte de él y que podemos modificarlo, manipularlo y adaptarlo a nuestras necesidades y conveniencia.

En la comparación de nuestro cuerpo con todo lo que le rodea es de donde surge la idea de nuestra imagen corporal y esta comparación se hace posible gracias a todo lo que podemos recibir a través de nuestros sentidos.

El conocimiento de lo que podemos hacer con nuestro cuerpo en relación con todo lo demás nos lo proporciona la percepción del espacio y del tiempo, y jugando con nuestro cuerpo en el espacio y apreciando el tiempo es como descubrimos nuestra parte más real y tangible.

En relación a la percepción del espacio Lain⁶ nos previene que dentro de la percepción espacial deben "discernirse: la impresión de distancia, que lleva consigo la distinción entre un "espacio de captura" (aquel en el que podemos apresar las cosas que lo integran), el "espacio remoto" (el que forman las cosas que vemos y no podemos atrapar) y el "espacio imaginado" (el que hay más allá de lo que vemos)".

Todas aquellas actividades que proporcionen a nuestros alumnos las posibilidades de recibir estas informaciones contribuirán a cumplir los objetivos de esta etapa del currículo y a determinar su esquema corporal.

Podemos definir el esquema corporal como el conjunto de sensaciones del propio cuerpo determinadas por los estímulos del mundo exterior. Pero también tenemos un mundo interior de sensaciones que delimitan, y enriquecen, nuestro conocimiento sobre nosotros mismos.

⁵Lain Entralgo, (1989): "El cuerpo humano. Teoría actual", Espasa, Madrid. p.156.

⁶Lain Entralgo, (1989): "El cuerpo humano. Teoría actual", Espasa, Madrid. p.156.

OBJETIVOS EN EDUCACIÓN PRIMARIA.

PRIMER CICLO	SEGUNDO CICLO	TERCER CICLO
<ul style="list-style-type: none">*Explorar de las posibilidades de movimiento.*Interiorizar del esquema corporal.*Afirmación de la lateralidad.*Iniciación en la toma de conciencia de las diferentes partes del cuerpo que se mueven.*Descubrir las posibilidades de los sentidos: vista, oído y tacto.	<ul style="list-style-type: none">*Aceptación de las diferencias del propio cuerpo.*Reconocimiento de las partes del cuerpo de los otros.*Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio.*Desarrollo de autoestima.*Interiorizar la utilidad de los sentidos.	<ul style="list-style-type: none">*Valoración de la propia realidad corporal.*Desarrolla de la autoestima como consecuencia del mayor conocimiento corporal.*Percepción corporal global como un conjunto de elementos.*Profundización del concepto de respiración y la relajación muscular.*Perfeccionar la discriminación de sensaciones a través de los sentidos.

IMAGEN Y PERCEPCIÓN

SESIONES PRÁCTICAS

IMAGEN Y PERCEPCIÓN





SESIÓN	PRIMERA	PÁGINA	1/1
EDAD	6-7 años		
OBJETIVOS	Diferenciar distintas partes corporales, percepciones espacio-temporales		
MATERIAL	Un pandero		
<p> Caminamos por el espacio, al ritmo que marque el pandero, con...</p> <ul style="list-style-type: none"> - las manos en la cabeza, - las manos en los hombros, - las manos en la cintura, - las manos en los pies, etc. <p> Corremos por el espacio, y a la señal del profesor (cuando el pandero suene más fuerte) tocamos a un compañero en...</p> <ul style="list-style-type: none"> - la espalda, - las rodillas, - los codos, - los pies, etc. <p> Caminamos por todo el espacio y a la señal del profesor corremos a tocar a un compañero...</p> <ul style="list-style-type: none"> - codo con codo, - rodilla con rodilla, - espalda con espalda, - frente con frente, etc. <p> Corremos por el espacio y a la señal nos juntaremos con...</p> <ul style="list-style-type: none"> - los compañeros que tengan el mismo color de pelo, - los que tengan la misma estatura, - los que sean igual de flacos, - los que tengan el pantalón del mismo color, etc. 			
JUEGO	1,2,3 Pollito Inglés		
<p>Este juego no necesita explicación.</p> <p>Será el profesor quien se sitúe primero en el lugar elegido para marcar los tiempos del juego; así todos los alumnos experimentarán las percepciones de espacio y tiempo que requiere el juego.</p> <p>En este juego es necesario ser estrictos, si queremos que nuestros alumnos descubran las sensaciones de tránsito entre su cuerpo estático y su cuerpo dinámico, "sancionando" al que se mueva.</p>			

IMAGEN Y PERCEPCIÓN

SESIÓN	SEGUNDA	PÁGINA	1/2
EDAD	6-7 años		
OBJETIVOS	Conocimiento corporal, percepciones espacio-temporales, lejos, cerca		
MATERIAL	Un pandero		
<p>✍ Corremos por el espacio y a la señal del pandero nos colocamos como...</p> <ul style="list-style-type: none">- un jarrón,- una cigüeña,- una silla,- un libro,- una televisión, etc. <p>(Conviene aprovechar el momento de acción de la orden para adelantar cómo será la siguiente, cuando el pandero está en silencio. Ej. Cuando los niños están haciendo el jarrón: "la próxima vez seremos cigüeñas").</p> <p>✍ Corremos y a la señal tocamos con un compañero...</p> <ul style="list-style-type: none">- mano derecha con mano derecha,- codo derecho con codo derecho,- rodilla derecha con rodilla derecha, etc. <p>✍ Caminamos por el espacio como...</p> <ul style="list-style-type: none">- elefantes,- gusanos,- canguros,- hormigas, etc. <p>✍ Corremos por el espacio y a la señal del profesor nos colocamos...</p> <ul style="list-style-type: none">- muy lejos del profesor,- muy cerca de la puerta,- a medio camino entre la puerta y el profesor,- lo más lejos posible del suelo,- muy lejos de nuestro amigo, etc. <p>(continúa en página siguiente)</p>			

IMAGEN Y PERCEPCIÓN

SESIÓN	SEGUNDA	PÁGINA	2/2
EDAD	6-7 años		
OBJETIVOS	Conocimiento corporal, percepciones espacio-temporales, lejos, cerca		
MATERIAL	Un pandero		
<p> Caminamos por el espacio...</p> <ul style="list-style-type: none"> - con los brazos abiertos, - con los ojos muy abiertos, - con la lengua fuera, - con un ojo cerrado, - con la frente arrugada, etc. 			
JUEGO	Cambia la espalda y suma		
<p>Todos tendremos que correr por el espacio y a la señal del profesor, uniendo nuestra espalda a la espalda de otro compañero, nos sentaremos en suelo y eso valdrá un punto.</p> <p>Lo repetiremos tantas veces como alumnos menos uno haya en la clase, cada vez que cambiemos de espalda contaremos un punto y si repetimos de pareja un 0.</p> <p>Al final el que tenga más puntos ganará el juego.</p>			
GRÁFICOS	Gráfico nº 1		
