# LA CLASE EXTRA

Audrey McAllen

## CONCLUSION DEL PRÓLOGO DE 1985

Los ejercicios indicados en este libro nos muestran el camino. Los procesos de desarrollo se experimentan otra vez, y el niño puede introducirse en su propio cuerpo de nuevo. Esto despeja el camino para que desarrolle un verdadero interés por aprender. Presenciar la alegría que muestra el niño en estas circunstancias es algo que desearía que experimentaran todos los maestros. La clase extra hace esto posible.

Claartje Wijnbergh
The Tobias School for Children
with Learning Díffículties
Amsterdam, Países Bajos

## NOTA DE LA AUTORA

El obstáculo de los patrones primitivos de movimiento retenidos y de la extrema interrupción en la integración de los sentidos inferiores volitivos no tuvieron impacto en los alumnos con los que trabajé en los años sesenta y setenta. Sólo después de retirarme, los colegas me alertaron sobre este problema, un síntoma del cambio dramático en la cultura de la infancia desde los años sesenta. La investigación pertinente ha sido recogida y puesta en contexto por mi colega Ingun Schneider en los capítulos 4 y 5.

Al pasar la publicación de este libro de Inglaterra a los EE UU, en colaboración con Ingun Schneider, la ortografía y algún término han cambiado [en la edición en lengua inglesa]. Los términos "cuerpo etéreo" y "cuerpo vital" se usan indistintamente en el texto, así como "cuerpo astral", "cuerpo anímico" y "cuerpo del alma". Cuando en el texto se utiliza un pronombre para referirse a un niño, alumno o maestro se usa el género masculino.

Audrey McAllen Stroud, mayo de 1998

## NOTA DE LA EDITORA AMERICANA

Durante los años que he estado trabajando con la Clase Extra, este libro ha sido una guía digna de confianza. Cada nueva edición que veía la luz la llevaba conmigo hasta que quedaba manchada, manoseada y anotada. A lo largo de los últimos años, he pasado mucho tiempo enseñando a maestros sobre la Clase Extra, y con frecuencia solicitaban aclaraciones del texto. Cuando un ejercicio se podía describir más ampliamente, consultaba con Audrey. Inicialmente, estas consultas eran por correo o por teléfono y luego, cada pocos años, viajaba a Stroud para pasar un tiempo con ella. A medida que avanzaba la tecnología, empezamos a comunicarnos enviándonos faxes. Me impresionó cómo Audrey aprendió a usar y a apreciar esta tecnología moderna. Gracias a nuestros frecuentes faxes de ida y vuelta, puedes ver esta última edición de La clase extra. He intentado reorganizar el maravilloso material de Audrey con el objetivo de la claridad y la facilidad en el uso del libro, para que sirva como guía para el apoyo educativo (recuperación) y para los maestros tutores. Se imparten cursos para la formación de maestros de apoyo educativo en todo el mundo.

En el mundo de hoy en día, vemos un número creciente de niños que no pueden aprender a calcular, escribir y leer fácilmente. Cuando Audrey McAllen empezó a trabajar individualmente con niños a principios de los años sesenta, comprendió que las almas de estos niños habían perdido contacto con la forma humana arquetípica. Se preguntó a sí misma cómo podía, en una clase de una hora semanal, darles una verdadera imagen de su alma y espíritu, una imagen que ellos pudieran tomar y trabajar durante el sueño. Gradualmente, mediante el estudio de las conferencias pedagógicas y antroposóficas de Rudolf Steiner, y mediante sus propias experiencias y conversaciones con colegas, médicos antroposóficos y otros profesionales, desarrolló sus ejercicios de movimiento, dibujo y pintura. Lo ideal sería que cada maestro desarrollara la habilidad de ver y comprender cómo dar respuesta a cada niño para que logre la mayor libertad interna dentro del marco de lo que el mundo actual ofrece y espera del individuo. Pocos maestros tienen las posibilidades que Audrey tuvo en los años sesenta: un fuerte sentimiento de la necesidad de

desarrollar una orientación sensata, tanto interna como externamente, colegas y médicos experimentados cerca de ella, muchos años de experiencia como maestra tutora y trabajo diario como maestra de apoyo con alumnos con dificultades de aprendizaje, incluyendo tiempo para su valiosa investigación.

Audrey McAllen también nos alerta sobre el alumno que no tiene signos externos de dificultades de aprendizaje, pero que todavía puede mostrar cierta torpeza en sus movimientos y en relación con las dimensiones del espacio. Este alumno con frecuencia no está especialmente activo y puede ser claramente intelectual. Incluso este alumno se beneficiaría mucho de los ejercicios de este libro. Se sentiría entonces más "en casa" en su cuerpo y tendría una mejor base desde la que establecer una relación con el mundo. Desde esta base se vuelve capaz de reconocer el espíritu que vive en él y en el mundo que le rodea, especialmente durante el desarrollo del alma consciente entre los 35 y 42 años.

Ingun Schneider Carmichael, California, mayo de 1998

# INTRODUCCIÓN

## El desarrollo de las propias facultades

La educación se basa en el desarrollo de las facultades. La facultad es la capacidad o aptitud inherente del niño para desarrollar las habilidades que necesita para su vida sobre la Tierra. Hoy en día, encontramos más y más niños que no son capaces de desplegar las destrezas básicas que son necesarias para escribir, leer y calcular, limitando de este modo seriamente su recepción de la educación tal como se da hoy en día[1].

Como maestros, impartimos nuestro conocimiento y nos agrada cuando se refleja de forma original. Como educadores, tenemos que preguntarnos: ¿qué facultad (capacidad) produce nuestra materia y qué efecto tiene nuestro método de enseñanza en la salud y desarrollo corporal de nuestros alumnos? Al revisar un conjunto de cuadernos de niños entre los 6 y 8 años de edad, nuestro ojo de educador verá con agrado trabajos bellamente escritos y con desagrado el trabajo mal hecho, desordenado y sucio. Pero nuestro ojo de educador nos hará detenernos y pensar: "¿Es esta limpieza y habilidad demasiado precisa para la edad del niño? ¿Existe peligro de que haya un lapso a los 9 años aproximadamente, cuando se produce un cambio en la relación entre la experiencia del niño de sí mismo y de su entorno?[2] ¿Nos presentará este alumno siete u ocho páginas de descripción repetitiva cuando tenga 12 años? ¿Oculta el trabajo chapucero la habilidad de describir una experiencia en unas pocas palabras gráficas?, o ¿es el desarrollo corporal tan difícil que quedarán lisiadas las facultades (aptitudes) del niño y se desarrollarán la apatía, el desánimo y las perturbaciones emocionales?".

Si nosotros, como educadores, no hemos sido capaces de sacar la facultad, tendremos que preguntarnos entonces: "¿No han sido suficientes las experiencias mediante las que estas facultades (capacidades) deberían haberse desarrollado? o ¿no se le han dado al niño a la edad adecuada?".

Los métodos de trabajo desarrollados por quien escribe esto tienen que ver con encontrar medios educativos para ayudar al niño a desarrollar cualquier facultad que sea posible y adecuada para su edad. La educación basada en el trabajo de Rudolf Steiner tiene como premisa básica que el ser humano es más que la suma total del entorno, la herencia y la psicología personal; tiene, por encima de estos atributos físicos, un centro espiritual y una biografía. Los hechos observables del ser humano sugieren que el cuerpo físico, tal como lo vemos con toda su compleja neurología, fisiología y anatomía, tiene tras él agentes no perceptibles físicamente. Éstos organizan lo que estamos acostumbrados a advertir mediante nuestros sentidos y, de hecho, estos mismos sentidos son los reflectores físicamente manifiestos de estos agentes suprasensibles.

**Los cuerpos suprasensibles del ser humano**

Si observamos un cadáver, nos damos cuenta de que ha desaparecido algo que estaba ahí dando energía a sus órganos, manteniéndolo vivo. Sin esta fuerza de la vida, comienza la descomposición química. Esta fuerza vital impidió durante setenta y pico años que las sustancias físicas del cuerpo siguieran las leyes químicas normales. Y es esta fuerza vital o cuerpo etéreo (para usar el término que aplica Steiner) la que hace crecer al niño.

Un sencillo ejemplo de la manifestación de esta fuerza y su retirada puede verse en el desarrollo del bulbo de un narciso: cómo se hincha y presiona para salir de la vaina marrón, y cómo el verde cambia a un amarillo brillante a medida que se expanden los pétalos. El momento de madurez llega cuando aparece el amarillo intenso; luego, en las puntas de los pétalos, este "algo" invisible que los había presionado hasta la expansión, comienza a retroceder. Deja detrás la red material de las venas de los pétalos. Aquí vemos obrar a un agente suprasensible: el cuerpo vital (etéreo) de la planta. Es esta fuerza la que diferencia a la semilla que brota de la que no germinará.

Cuando dormimos somos como una planta, pero a medida que nos despertamos algo más se introduce en este cuerpo físico y vital que yace tumbado en la cama. Se llena de conciencia, y este cuerpo de conciencia se da cuenta del dolor y del placer, todo el espectro de la vida del alma (pensar, sentir, querer). Se puede llamar el cuerpo astral (anímico) del ser humano. Sin embargo, no estamos a merced de este cuerpo anímico. Todavía tenemos otro miembro de nuestro ser que nos eleva por encima del animal y nos convierte en una especie aparte. Es el espíritu humano, o yo, que puede controlar nuestra vida anímica y dar una dirección intencional a nuestra voluntad. El yo, nuestro miembro espiritual, tiene la capacidad de dirigir el pensamiento, el sentimiento y la voluntad: nuestras fuerzas anímicas (cuerpo astral). Las fuerzas vitales de crecimiento impregnan las funciones del cuerpo físico: respiración, circulación, metabolismo. La anatomía del cuerpo físico (huesos, músculos, nervios) es el "instrumento" u "órgano" que refleja la conciencia del pensar, sentir y querer tal como la dirige el miembro espiritual, el yo.

**La estructura tripartita del ser humano**

Si miramos la forma del cuerpo del adulto, vemos que tiene una clara estructura tripartita:

• La cabeza, donde la organización sensoria culmina en la conciencia asociada al cerebro. Aquí estamos despiertos en nuestra actividad pensante.

• El pecho, que protege nuestros pulmones y corazón es la sede de nuestros sistemas respiratorio y circulatorio. Es el centro de nuestra vida emocional: nuestro corazón "palpita de alegría"; "contenemos la respiración" por miedo.

• Las extremidades y el metabolismo que las sustenta (con la asimilación de la comida), que nos capacitan para movernos y dirigir nuestra voluntad a nuestras extremidades. El hambre nos debilita y nuestras extremidades ya no siguen nuestra voluntad.

Esta estructura tripartita de nuestra alma (cuerpo astral) responde a las intenciones de nuestra individualidad, nuestro yo.

**Impronta**

El alma-espíritu de la individualidad en crecimiento, trabajando dentro de la organización corporal, deja una impronta en el cuerpo vital y físico de esta imagen tripartita del ser humano. Esta impronta es la base del desarrollo de las facultades. El exterior (el entorno) también tiene que dejar como impronta una imagen similar en los cuerpos físico y vital. Esta imagen complementaria se produce por los efectos del entorno, tanto moral como físico, trabajando sobre la organización sensoria del cuerpo físico. Esta estructuración/modelado desde el exterior, recibido por los sentidos, es el fundamento del desarrollo de las destrezas. Tanto la impronta interior como la exterior son necesarias para que se produzca el aprendizaje de forma natural y sin obstáculos. Es el movimiento el que inserta el cuerpo físico en el funcionamiento del cuerpo vital, tal como describe Rudolf Steiner en la segunda conferencia de La estructuración de la enseñanza basada en el conocimiento del hombre[3]. Idealmente, esta imagen interna y externa de la forma humana tripartita deberían estar en armonía, deberían casar. Durante los siete primeros años de vida, esta impronta desde el exterior tiene lugar son el movimiento y el habla.

En este libro, hablaremos con frecuencia del funcionamiento de estos "cuerpos" invisibles: vital, astral y yo. Cuando nace el niño, las tareas de la paternidad y las educativas son ayudarle a unir su alma y espíritu dentro de los cuerpos vital y físico que sus padres le han ofrecido mediante la herencia. Estos dos elementos de los que se compone cada ser humano (alma/espíritu y vital/físico) tienen una relación viva y fluctuante que recuerda al proceso respiratorio de inspiración y espiración. Este principio está elaborado en detalle en la pedagogía Waldorf de Steiner[4]. Los problemas de aprendizaje con los que muchos niños normales se encuentran hoy en día son ejemplos concretos de cuando este "proceso respiratorio" no está bien. Por ejemplo, el cuerpo físico puede verse interferido por los efectos secundarios de fármacos, tranquilizantes, calmantes y otras circunstancias ambientales, normalmente efectos de los cambios en nuestra cultura respecto a cómo criamos a los bebés y a los niños[5]. También es posible que la individualidad no tenga, sin el apoyo médico y educativo individual, la fortaleza interna para dominar el tipo de herencia que la constitución de los padres le ofrece.

## El cuerpo físico estructural

Estos factores exigen que miremos atentamente al cuerpo físico en su organización estructural, es decir, esqueleto, músculos y nervios, en el momento en el que el alma y el espíritu de la individualidad entran en más estrecho contacto en su desarrollo, es decir, el periodo desde el nacimiento hasta el cambio de dientes que sucede entre los 6 y 7 años[6].

Este cuerpo físico estructural (que es ofrecido al individuo con alma y espíritu mediante la corriente de la herencia) es el trabajo, durante antiguos eones de tiempo, de los seres espirituales que han creado nuestro universo, herencia espiritual del género humano; de ahí que todos los esqueletos tengan la misma construcción arquetípica. Nuestros músculos están sujetos al esqueleto en los mismos lugares y están organizados para elevarlo y moverlo, y nuestros nervios para sentir su respuesta en relación con la percepción. Éste es un hecho común a toda la humanidad; desde luego que nuestras respuestas son individuales, pero estructuralmente compartimos el mismo cuerpo físico arquetípico, que es un órgano espacial para la conciencia de nuestra individualidad tal como vivimos y nos movemos en el planeta Tierra.

## La organización suprasensible del ser humano y de la Tierra

En un importante ciclo de conferencias dado en Berlín en 1909[7], Steiner pone la base de tres aspectos importantes de nuestro trabajo: la comprensión de los sentidos; la interconexión entre la organización suprasensible del hombre y la de la Tierra; y los resultados de las direcciones de la escritura sobre las diferentes constituciones del alma. En estas conferencias, nos proporciona una comprensión fundamental de las relaciones de los movimientos entre el cuerpo astral por un lado y los cuerpos físico y vital por otro. Los nervios, los músculos y el esqueleto son manifestaciones físicas de los movimientos de estos tres cuerpos.

Steiner dice que cuando hacemos un movimiento con nuestro cuerpo, las corrientes del cuerpo astral se mueven en la dirección contraria (a la de los cuerpos físico y vital)[8]. Además, en estas conferencias relaciona los tres cuerpos con los movimientos de los aspectos suprasensibles de la Tierra en sí[9].

Hoy en día, la idea de la Tierra como organismo vivo ha entrado en el campo de los conceptos cotidianos. Al igual que el cuerpo físico de cada ser humano, animal y planta está sustentado por un cuerpo vital, del mismo modo lo está la Tierra. El cuerpo vital de la Tierra se manifiesta en la capa de vegetación sobre su superficie; cuando esta vegetación retrocede, tenernos los desiertos o los terrenos semidesérticos. El ritmo de las estaciones es una manifestación de la vida del alma de la Tierra (cuerpo astral), y los climas geográficos guardan una relación con el factor individualizador de la personalidad (yo). Nuestro planeta es el resultado del desarrollo durante eones. En este proceso evolutivo, el ser humano se ha convertido en un ser libre; puede destruir o crear. La elección es suya[10].

Las consideraciones anteriores pueden darnos otra dimensión en la comprensión de los problemas de movimiento espacial del niño; estas consideraciones son el fundamento de los ejercicios de movimiento de este libro.

Steiner también nos muestra que durante el día el movimiento de nuestro cuerpo anímico a través de los cuerpos físico y vital tiene forma de espiral[11]. Si observamos las propiedades espaciales del movimiento en espiral, podemos ver la relación entre la organización espacial del cuerpo físico (que el yo del niño eleva al espacio tridimensional cuando se pone de pie) y esta espiral del alma. Al dibujar una espiral, nos movemos de arriba a abajo, de izquierda a derecha, de fuera a dentro (este último corresponde a delante y detrás). Del mismo modo, podemos observar la interrelación de estos movimientos espaciales con los movimientos en espiral de la artesanía y las actividades domésticas, por ejemplo, tejer, hilar, remover una comida, escurrir la colada, etc. Todas estas actividades hacen brotar inteligencia, como sabrá cualquiera que se dedique a la educación.

Las indicaciones anteriores, junto con el hecho de que es en el espacio entre las terminaciones nerviosas (la sinapsis) donde somos interpenetrados por el mundo espiritual[12], justifican la necesidad de crear ejercicios de movimiento, dibujo y pintura que tomen en cuenta estos principios científico espiritual. Entonces, puede establecerse una relación saludable entre la respiración del alma-espíritu de la individualidad que se encarna y sus cuerpos físico y vital.

Además, este espacio terrenal en el que vivimos, aunque aparentemente "vacío" para nuestros sentidos durante el día, está en realidad penetrado por fuerzas morales que mantienen y alimentan nuestro ser anímico y espiritual. "Vivimos" en estas fuerzas morales durante el sueño. Los ejercicios de movimiento de este libro tienen en cuenta y se corresponden con los movimientos suprasensibles de nuestro planeta Tierra; por lo tanto, estos ejercicios arquetípicos nos ponen en relación con las fuerzas morales.

El contenido de este libro es un intento de relacionar el enfoque que inició Rudolf Steiner con los problemas que presenta el niño con dificultades de aprendizaje.

# CAPÍTULO UNO

## EL DESARROLLO DEL MOVIMIENTO EN LOS SIETE PRIMEROS AÑOS

### Nacimiento y periodo perinatal

El primer despertar del niño a su cuerpo físico, la primera experiencia que tiene el niño de la *impronta de su geografía corporal,* se produce cuando deja el seno materno y comienza su viaje por el canal del parto. El niño se encuentra atrapado por la expansión y contracción de los músculos de su madre, un ritmo que "masajea" todo su cuerpo y estimula los nervios que tienen su centro en el tallo cerebral. Cada uno de nuestros sentidos contiene dentro el elemento táctil. Durante las horas del parto, la totalidad de los sentidos, que son la manifestación del cuerpo físicos, entra en juego lista para coordinar el momento supremo en el que el aire exterior se adentra en los pulmones y el niño respira. La intensidad del primer llanto es de gran importancia, pues es la toma de aliento la que fuerza a la sangre a fluir, por vez primera, por los pulmones. Los pulmones, previamente contraídos, se expanden; el foramen oval entre las dos aurículas cardíacas, se cierra. Los tres vasos del cordón umbilical se obturan, y todo el sistema de los órganos inferiores, Hígado, bazo y riñones, y sus reflejos, se activan. Todo esto sucede en cuestión de segundos. No es de extrañar que siempre haya habido preocupación y se haya dado importancia respecto al primer llanto del bebé. El trabajo de la individualidad durante su estancia en el seno materno, creando un cuerpo capaz de llevar la vida y la conciencia, culmina en este momento[14].

No es tanto el trauma del nacimiento el que causa problemas en un periodo posterior, ya que, después de todo, los niños han nacido en todo tipo de situaciones, en condiciones difíciles, a lo largo de los siglos. Lo que ahora es diferente es la mezcla de impresiones sensoriales que les llega a raudales a partir del día en que nacen: ruidos de la radio, la televisión, de la aspiradora cerca de la cuna, el traqueteo de la lavadora y el lavavajillas, la gente que llega y se va, las luces que se encienden y se apagan. Qué diferente es esto del latido rítmico del corazón de la madre, el suave

oleaje de la sangre circulando y el sonido amortiguado de su voz que las investigaciones modernas nos dicen que el bebé oye en el útero.

Compárese el tipo de ruidos de los hogares de hoy en día con el, no tan lejano, ambiente Victoriano de la habitación del recién nacido, con las persianas bajadas durante los primeros días, muy pocas visitas hasta el bautizo seis semanas después, y luego un periodo tranquilo con los hermanos y hermanas a los que sólo se les dejaba mirarlo durante unos minutos hasta que el bebé tenía edad para elevar la cabeza por sí mismo. O compárese con otras culturas en las que la madre y el niño permanecen sin salir, tranquilos y protegidos durante los primeros cuarenta días después del nacimiento.

Estas observaciones no abogan por una vuelta a las normas, hábitos y costumbres pasadas, sino que más bien sugieren que ser padres es la profesión más elevada, que exige mucho más conocimiento, formación y reflexión de lo que, en la actualidad, le dedicamos. Una comprensión concienzuda del desarrollo del niño corno ser espiritual y material abre conceptos y posibilidades totalmente nuevos y emocionantes para ser creativo en muchas formas, y eleva el cambio de pañales a otro contexto. Replantearse el hogar y el estilo de vida de uno no significa reordenar uno su vida alrededor del bebé y ser su "esclavo", sino que en vez de eso nos invita a tornar decisiones conscientes. En vez de decir: "¡Oh!, el bebé tiene que aprender a adaptarse a nosotros", exigencia que apenas pediríamos a un adulto, intentaremos ponernos en armonía con las necesidades del bebé y hacer los cambios que permitan satisfacer estas necesidades mientras cumplimos con nuestras responsabilidades como adultos.

Esta paz de la era victoriana permitía que se dieran cambios fisiológicos y anímicos. Los huesos del cráneo, muy comprimidos por su paso por el canal del parto, tienen que aflojarse y expandirse, de forma que el complicado proceso del crecimiento celular de la estructura cerebral pueda llevarse a cabo, pueda establecerse el pulso craneal, y la cabeza pueda lograr la hermosa forma de bóveda redondeada que refleje el mundo espiritual del que ha venido el alma[15]. (La *cabeza* del bebé está tan

activa como la colmena en su etapa de crecimiento y desarrollo.) El antiguo ritmo regular de la vida diaria del bebé era un proceso curativo en sí. Al bebé actual rara vez se le permite esta calma con la que recuperarse del agotador esfuerzo del nacimiento, o el tiempo para penetrar en su organismo, sin ser molestado por nuestras exigentes y mecanizadas rutinas cotidianas[16]. Como comentó una madre observadora: "Después de unos pocos días de tranquilidad y calma, los bebés están más tranquilos, alegres, más centrados y extrovertidos. Parecen darse cuenta de dónde están. Cuando tienen días en los que suceden muchas cosas a su alrededor, se vuelven irritables y malhumorados".

**Desarrollo del movimiento en el primer año**

Durante los primeros meses de su vida, el bebé pasará los días tumbado sobre la espalda. Desde esta *posición horizontal,* llegará con sus sentidos a lo que le rodea; los ojos seguirán a su madre según se mueva por la habitación, y *girará* los ojos en la dirección de los sonidos que oiga o incluso de los olores que huela. Necesita do esta posición estable corno punto de referencia para relacionar una experiencia con otra. Si se altera esta posición, por ejemplo, apoyándole sobre una almohada, interferimos entonces sobre este punto de referencia para coordinar sus percepciones. Sería mejor mover la cuna o el carrito a diferentes posiciones para darle una variedad de experiencias que cambiar la posición del cuerpo prematuramente. De nuevo, el hábito moderno de dejar que el bebé repose sobre el estómago, antes de que tenga fuerza suficiente, para que eleve la cabeza y se dé la vuelta por sí mismo, le priva de estirarse . girar los brazos en el aire con libertad, la alegría de querer tocar os rayos de sol y el absorbente interés de contemplar sus manos, tumbarle sobre la tripa durante breves periodos para hacer ejercicio, sí pero no como posición para dormir durante el día o la noche[17].

Durante los nueve primeros meses, integrar y superar la atracción Je la gravedad (el peso del cuerpo) exige muchos esfuerzos por parte del niño. Los primeros en lograr esto son la cabeza y las extremidades superiores, permitiéndole rodar de lado a lado levantando la cabeza. ¿En cuántas ocasiones se niega al bebé la experiencia de levantar la

cabeza por sí mismo? Mucho antes de que los músculos de la cabeza estén listos para sujetarla, con demasiada frecuencia se le mantiene recto durante excesivo tiempo, o incluso se queda dormido en una bolsa canguro, con la cabeza cayéndose hacia atrás o de lado con el peso del cráneo sobre los hombros, y presionando fácilmente los huesos del cuello fuera de su sitio.

En estos nueve primeros meses, la cabeza, las manos y los brazos son los medios por los que el niño se mueve por sí mismo, llevando finalmente las manos y los brazos gran parte de su peso. Con frecuencia, los adultos acortan este periodo animando al niño a usar las extremidades inferiores como órganos portadores del peso ayudándole a apoyarse sobre las piernas mientras le sujetan, usando ayudas para caminar o sentándole derecho en andadores o columpios[a]. Pero si hacemos esto, le estamos poniendo prematuramente en posición vertical y privándole del tiempo que necesita para desarrollar el control de la postura de su cuerpo[18]; tampoco puede llevarse a cabo la coordinación natural de las percepciones y movimientos que deberían desarrollarse a partir de la posición horizontal[19]. La profunda alegría que experimenta el niño al ..lograr por sí mismo estas etapas de desarrollo arquetípicas es la base de la verdadera sensación de valía propia, de la autoestima tan proclamada en los círculos educativos hoy en día.

Por supuesto que es un momento grandioso aquel en el que el bebé (al año aproximadamente), por sus propias fuerzas, puede coordinar todos los músculos y elevar su cuerpo recto en el espacio y dar los primeros pasos sobre la tierra. Es un logro formidable. El hombre que se "eleva" superando la gravedad anuncia la posición única del ser humano en el esquema de los seres creados. Ahora es libre para moverse en el espacio: hacia la derecha, hacia la izquierda, hacia delante y hacia atrás, mirar (y pronto escalar) arriba y abajo. Todos *los pasos hacia el logro de esta posición humana son importantes para que la capacidad del cuerpo logre destrezas posteriores.* La coordinación espontánea desarrollada entre la estructura del esqueleto, los músculos y los nervios le capacita para que a su debido momento maneje los objetos, asimile las impresiones sensoriales. las reproduzca según sea necesario, por ejemplo, al escribir y al leer, y finalmente logre el pensamiento abstracto.

**Etapas de desarrollo de los siete primeros años**

Los pasos principales que conducen a la *orientación espacial,* la habilidad de estar de pie derecho, para moverse libremente y "sentirse en :asa" en el espacio, son: arrastrarse (estar tumbado sobre el estómago y estirar una mano hacia delante mientras la mira y presiona sobre el suelo con la parte interna y el dedo gordo del pie contrario, repitiendo esto con el otro lado del cuerpo) y gatear (levantarse apoyándose sobre las manos y rodillas para moverse por la habitación). En el primero, él mismo se "estira" hacia la gravedad. El segundo, que se 5uma al primero, parece necesario para completar la integración completa del sistema nervioso central que nos refleja nuestra conciencia espacial y corporal (orientación espacial y geografía corporal).

Habiendo logrado esta verticalidad, el bebé usa ahora sus lados derecho e izquierdo indiscriminadamente; esto es una repetición, en otro nivel, de la etapa anterior de rodar de lado a lado. En otras palacras, pasa por una etapa temporal ambidiestra (simetría de los dos lados)[20], pues la naturaleza ha puesto una "barrera" protectora entre os lados derecho e izquierdo del cuerpo. Vemos esto cuando observamos a un niño de cuatro años que lleva, de pie. su avión volando; cuando su mano llega al centro de su cuerpo, algo le impulsa a tomar el avión con la otra mano para continuar su vuelo. Este "algo" se cono-:e como la *barrera de la línea media vertical* (véanse los capítulos 4 y *5)* lúe pide a ambas manos entrar en movimiento, cada una en su lado, activando de este modo los dos hemisferios cerebrales. Es en este momento cuando muchos padres se engañan creyendo que su peque-*"•r*\ es zurdo. Debido a que no se da ninguna educación, como aseso-'amiento para que se use el lado derecho del cuerpo al vestirle (primero el brazo derecho en el abrigo, primero el zapato derecho en el re derecho), y debido quizá a la confusión en la nomenclatura (en inglés usamos la palabra "right" [derecha/o] cuando queremos decir 'correcto"), muchos niños quedan confundidos durante esta época y permanecen en este estado ambidiestro más allá de su periodo de utilidad. Si el escolar todavía es ambidiestro, veremos que esta condición se revela cuando comparemos la Dominancia "Simple" del niño con su Patrón de Dominancia (véase el capítulo 4). La lateralidad sin confirmar es la base de la dominancia cruzada que puede impedir las facultades de aprendizaje.

La *dominancia,* la preferencia en el uso de un lado del cuerpo (se prefiere una extremidad, ojo y oído sobre el otro), normalmente se logra entre los 6 y 7 años, después de que se ha integrado la barrera de la línea media vertical y se completa la etapa ambidiestra. En este momento, hay una aceleración del crecimiento en el hemisferio izquierdo del cerebro, y ambos hemisferios desarrollan sus funciones holísticas y locales. La individualidad puede usarlos ahora de acuerdo con la clase concreta de ocupación en que esté involucrada; de ahí que se alargue el tiempo de concentración, se desarrolle la imaginación en relación con el lenguaje y comience el verdadero juego social.

La última etapa en el desarrollo del movimiento es cuando todo se mueve. El crecimiento se acelera; los brazos y las piernas logran su proporción adulta en relación con el tronco del cuerpo; la cabeza (antes demasiado grande en proporción con el resto del cuerpo) se asienta serena sobre el cuello ahora visible. Poniendo el brazo alrededor de la cabeza, la mano puede agarrar el lóbulo de la oreja opuesta, un signo de que el alma y el espíritu han penetrado en los miembros y que éstos han alcanzado su crecimiento proporcional normal. Está presente la *estructura tripartita* de la forma del cuerpo. El niño ha encontrado el camino dentro de su cuerpo físico y puede experimentar su relación con todas sus partes; la geografía corporal ha madurado. Esto se ve en la habilidad del niño para proyectar la estructura tripartita del cuerpo en sus dibujos[21].

Ahora el niño está en posesión de su cuerpo; la característica de este acontecimiento es que los dientes de leche del cuerpo heredado son empujados hacia fuera y los dientes propios toman su lugar. Alrededor de los 7 años el cuerpo está "maduro para el colegio" y la individualidad del niño puede esperar que éste le produzca las capacidades que necesita para aprender: la orientación espacial y la geografía corporal, la coordinación del movimiento y la capacidad para poder cambiar instantáneamente su percepción visual entre el espacio tridimensional y el bidimensional. Para entonces, estas capacidades deberían estar funcionando subconscientemente y, por lo tanto, estar a su disposición[22].

Estos elementos, junto con la *confirmación de la dominancia,* son el resultado de la exploración del movimiento que el niño ha llevado a cabo en relación con su cuerpo y su entorno. Son los frutos de sus siete primeros años de vida, y son las capacidades que el maestro necesitará fomentar para que el niño aprenda.

El desarrollo neuropsicológico que he descrito en el capítulo precedente es común a todos los niños y está relacionado con el logro de 25 destrezas. En los libros Las *etapas evolutivas del niño* de B. Levegoed y *The Incarnating Child* de J. Salter puede encontrarse una descripción del desarrollo físico, constitucional y anímico del que dependen las facultades latentes del individuo.

# CAPÍTULO DOS

## CÓMO ME INTRODUZCO EN MI CUERPO

Ésta es la pregunta no expresada que cada niño hace a sus padres . maestros. Los adultos que hay alrededor del niño le dan respuesta mediante sus propios movimientos, gestos y actitudes. El niño los imitará con devoción con cada movimiento de su cuerpo hasta que sean parte de él. Si caminamos detrás de una madre con un niño de 3 ó 4 años veremos con qué amor y atención interna el niño ha reproducido el ejemplo dado. Camina ahora detrás de un grupo de escolares que vuelven a casa. Algunos caminarán dando botes sobre las puntas de los pies, los talones apenas tocarán el suelo. Otros irán dando pisotones con las plantas de los pies. Algunos irán con los dedos de los pies hacia dentro, sus traseros sobresaldrán y los movimientos carecerán de ritmo. Otros niños darán pasos firmes y confiados con un ritmo constante; éstos son los que, mediante la fortaleza de sus individualidades, están transformando gradualmente los patrones imitados en expresiones de sus propias habilidades latentes.

Cuando los niños están sumergidos en movimientos imitados y no tienen la fortaleza para liberarse por sí mismos, el cuerpo no *se* ajuste a ellos "como un guante", sino que se convierte en un lastre frustrante que tienen que acarrear. La evaluación del capítulo 4 nos dará una imagen de la situación del niño, si es que ha llegado a este estado.

### "Estiramiento" y "elevación"

¿Cómo nos introducimos en nuestros cuerpos? Podemos hacernos una idea de esta pregunta si observamos a alguien despertarse. De pronto, nos damos cuenta de que está despierto; hemos observado un movimiento casi imperceptible. Luego se estira, elevando la cabeza y el brazo y, probablemente, hablando. En estos movimientos (la secuencia *estiramiento-elevación-habla)* vemos cómo el adulto se adentra en su cuerpo y se hace con él. En el momento del nacimiento, estos movimientos están

todos juntos, como plegados. En los tres primeros años de vida, siguen esta secuencia en una sucesión rítmica[23]. Cada mañana, en unos pocos segundos, repetimos los logros de nuestros tres primeros años de vida.

Tan pronto como el bebé puede mover la cabeza y dirigir la mirada, mientras reposa sobre la espalda, la moverá usando los músculos del cuello para encontrar el origen de la voz de los padres que acaba de oír; más tarde, estirará las manos para asir lo que ve. En estos movimientos de la mano de *estiramiento-asir,* coordina los ojos con la orientación en el espacio; se *estira* o extiende hacia el mundo de las percepciones sensoriales que le rodean. (Mediante este hacerse con el mundo sensorial entramos en el elemento gravitatorio y de peso de nuestro cuerpo físico.) El niño imita la forma y la actividad. Sus respuestas individuales (dolor, placer, duda, miedo) se reflejan internamente como gestos contenidos en su sistema de movimiento *elevador.* Cada niño tiene su propio momento personal de superar con éxito la gravedad, ponerse en pie y *andar nada* delante. Este es un enorme logro de la voluntad. Por medio del elevarnos, caminar y bailar, afirmamos nuestra voluntad sobre el peso de nuestro cuerpo físico con todo lo que le ha dado forma a partir de la herencia y la imitación del entorno. En los movimientos de *estiramiento-asir* y de *elevación,* vemos la interrelación entre los efectos del mundo de los sentidos y la capacidad del individuo de responder mediante la voluntad[24].

Desde el nacimiento, un caos de impresiones sensoriales rodea al niño, aunque en la actualidad muchas son de una naturaleza que no es propia de la experiencia natural de la infancia[25]; por ejemplo, la duplicación de "imágenes" que aparecen y desaparecen sin nuestro control, como cuando vemos la televisión[26] o cuando vamos montados en automóvil. Estos problemas se ven agravados por los juegos de vídeo y de ordenador que tantos niños pueden usar indiscriminadamente y, ¡qué pena!, por la enseñanza por ordenador que ahora está disponible incluso para los niños de jardín de infancia[27]. Todas estas cosas producen una fuerte reacción en la vida emotiva de los niños; pueden dar por resultado gestos *internos de retraimiento.* Estos ¿estos gradualmente quedan arraigados como gestos-hábitos ocultos en el sistema *elevador*[28]*,* la parte del sistema muscular que reacciona con movimientos a las

impresiones sensoriales. Los gestos ⌜etenidos internamente en los músculos actúan entonces como una obstrucción al movimiento integrado. El niño siente esta frustración je su voluntad e intenta encontrar un modo de superar los obstáculos evitándolos hábilmente o utilizando técnicas de compensación. El resultado puede ser la dominancia cruzada, zurdera o problemas de comportamiento, hasta que finalmente los fallos en el desarrollo re las facultades llaman la atención sobre su problema. La sobreimportancia de los movimientos de *estiramiento* por nuestro modo de .da actual, con la importancia de la presión psicológica para obtener logros intelectuales tempranos, se basa en la coordinación sensorial y en las respuestas rápidas. Al niño al que se le da la oportunidad de llegar a cada etapa de desarrollo por sí mismo, sin la interferencia de adultos ansiosos por que logre ciertas etapas, es capaz, gradualmente, de desarrollar una destreza tras otra y crear, por tanto, el fundamento de las habilidades de aprendizaje futuras[29].

**Reflexión en espejo convexo y cóncavo:**

**Correspondencia interior con la orientación espacial**

La secuencia arquetípica del desarrollo de los movimientos del niño es parte del proceso de encarnación que conduce a una experiencia completa de las dimensiones del espacio. Mediante el uso de es sentidos del tacto, vital, movimiento propio y equilibrio, el niño experimenta e interioriza este desarrollo. Los logros tempranos de ciertas destrezas, sin tiempo para la consolidación, afectan al desarrollo de las relaciones espaciales (izquierda/derecha, arriba/abajo, :e ante/detrás). La voluntad del niño debe tomar parte activa en la correspondencia interna de *reflexión en espejo convexo y cóncavo,* que la capacidad interna que se corresponde con la habilidad externa te orientarse completamente en el espacio tridimensional. Esta experiencia de las dimensiones y los planos del espacio se gana mediante los movimientos arquetípicos que cada niño, si se le da tiempo suficiente para moverse libremente, *realizará.* Tanto si los niños omitieron parte de este desarrollo como si no, es importante que los maestros realicen actividades que den al niño la oportunidad de desarrollar la orientación espacial. Mediante los ejercicios de este libro y los juegos y

movimientos Waldorf (Dinámica Espacial/gimnasia Bothmer), los maestros se esfuerzan por dar a los niños experiencias de movimiento que apoyen el desarrollo de la orientación espacial, fundamento para el futuro aprendizaje de habilidades[30].

Vemos que las dificultades con estas *reflexiones convexo/cóncavas* se proyectan en la escritura del niño, en las inversiones y rotaciones de las letras. Veamos cómo estos procesos de reflexión en espejo están presentes en el uso diario. Utilizamos la *reflexión en espejo lineal convexo* cuando describimos un paisaje a una persona; damos las direcciones de la posición en el paisaje de acuerdo con la izquierda y la derecha de nuestra posición; del mismo modo aparece nuestra imagen en un espejo o en la parte posterior de una cuchara brillante que sujetamos frente a nosotros. Pero si en el paisaje hay una persona con una cesta en la mano derecha, describimos la mano que la sujeta de acuerdo a nuestra mano derecha y a la suya, y aquí cruzamos nuestro punto de vista; ésta es la *reflexión en espejo de lente cóncava* en el espacio tridimensional. Pongamos ahora la parte anterior de la cuchara brillante frente a nosotros y tendremos una sorpresa: nuestra mano derecha se refleja en el lado izquierdo de la cuchara y la izquierda en el derecho, pero estamos invertidos. La fuerza volitiva visual del ser humano parece ser capaz de dar la vuelta a esta imagen sensorial, al menos en el espacio tridimensional. Cuando pasamos al espacio bidimensional, es decir, cuando colocamos la cuchara cóncava en ángulo recto con una hoja de papel (dos dimensiones), la situación cóncava se complica más aún: en el centro de nuestra cuchara se copian la forma y el movimiento (no se reflejan) y no están invertidos; aquí uno puede leer las palabras tal como están escritas en el papel. Pero en la parte biselada de la cuchara, una línea vertical trazada en el papel se parte de repente en dos líneas: hacia la izquierda y hacia la derecha.

Constantemente nos dedicamos a transformar estas relaciones convexo / cóncavas bi y tridimensionales mediante movimientos volitivos internos dentro del contenido de nuestra vida de pensamiento y sentimiento. Como adultos lo hacemos con éxito, pero cuando las impresiones sensoriales complejas han abrumado al niño en crecimiento, vemos los resultados de sus luchas por dominarlas cuando no puede reproducir correctamente la "actividad volitiva" convexo/cóncava en el espacio bidimensional.

Entonces pone las letras boca abajo e invierte las secuencias como en la dislexia[31]; de aquí que tenga sentido trazar una línea vertical en el papel: es una adaptación al espacio bidimensional. Produce de inmediato una situación de izquierda/derecha. Cuando se traza una línea horizontal, tenemos el espacio dividido en arriba/abajo; ambas son situaciones convexas. Pero cuando se usa una línea diagonal, surge entonces la naturaleza dual de la situación cóncava en la que se pide que la actividad de la voluntad dé una respuesta personal interna, en contraste con la recepción más pasiva de as impresiones convexas. El ojo se mueve en la cuenca de izquierda a derecha, de arriba a abajo y en círculo; podemos reproducir esto en dos dimensiones, pero para llevar al ojo al movimiento de perspectiva de cerca y lejos, tenemos que usar las extremidades para moverlo hacia delante y hacia atrás, representado por la línea diagonal en el espacio bidimensional.

Cuando observamos los movimientos de los niños, la forma en que dibujan y pintan, y su relación con el movimiento al escribir, vemos romo la sobrestimulación del elemento de *estiramiento,* que pertenece a la captación de las impresiones espaciales externas, parece presionar tan profundamente en el sistema *elevador* que muchos de es movimientos naturales del "elemento volitivo" se han invertido[32].

Los ejercicios que se describen en los capítulos siguientes producen los movimientos y direcciones correctos, ya que están basados en las relaciones de movimiento arquetípicas entre el alma y espíritu y los cuerpos vital y físico, así como con sus relaciones con los movimientos suprasensibles de la Tierra en sí. El niño descubre estos arquetipos mediante su propia actividad, y se siente fortalecido en su identidad y confianza. Sobre esta base podemos desarrollar sus des

# CAPÍTULO TRES

## NIÑOS CON PROBLEMAS DE ESCRITURA, LECTURA Y CÁLCULO

### Estudio del niño

Cada semana, los maestros de las escuelas Waldorf se reúnen cara estudiar conferencias de Steiner relativas a su profesión[34]. Después, darán una "imagen" de niños de sus clases, no sólo de los ZJB causan preocupación, sino también de aquellos cuyo trabajo y desarrollo alegran a sus maestros. Excepto en caso de emergencia, romo que un niño tenga un accidente o una muerte en su familia, os maestros saben previamente cada semana de qué niños se hablará, de forma que puedan observarlos en el colegio. También ruede haber fotos de la clase para identificarlos más fácilmente. El maestro tutor de primaria o secundaria, preparará una breve biografía del alumno y reunirá información de los maestros especialistas. En la reunión mostrará esto y los cuadernos de la clase principal, así como otros materiales pertinentes.

Después de esta presentación, idealmente, el médico escolar des-cribe la constitución del niño, y los otros maestros pueden añadir sus observaciones. De esta forma, lentamente, año a año, todos los alumnos se llevan a la conciencia del cuerpo docente; y de esta forma se crea un soporte anímico para el desarrollo del niño. En 1-iuchos casos, este proceso, con frecuencia con apoyo médico, ruede ser suficiente para ayudar a un alumno en un momento difícil. Por ejemplo, un niño de sexto grado se estaba volviendo muy ruidoso e interrumpía la clase sin motivo evidente. El maestro tutor había observado sus ojos ligeramente rosados, no una inflamación, sino como si hubiera estado llorando. El médico escolar le vio. En el estudio del niño, el médico dijo que había observado que los latidos cardíacos eran ligeramente más rápidos de lo normal. Para esta condición le recetó aurum (oro) potenciado y baños medicinales da romero, y, al poco tiempo de seguir el tratamiento, el comportamiento del niño volvió a ser normal.

Muchos problemas constitucionales como el asma y el estreñimiento pueden recibir gran ayuda de la euritmia terapéutica[35], mientras que tanto los problemas físicos como los emocionales pueden mejorarse con el trabajo y la terapia artísticos.

**Tipos constitucionales: cabeza grande, cabeza pequeña**

Un requisito básico cuando se trabaja con la pedagogía Waldorf es que los maestros observen qué niños de sus clases tienen la cabeza grande y cuáles tienen la cabeza pequeña. Si se juega al juego de los "sombreros musicales", se distinguirá fácilmente quiénes son, ya que un sombrero de niño de talla normal a algunos no les cabrá y a otros les estará bien o les estará grande. Esto nos da una pista de la disposición y constitución innatas del alma en relación con el cuerpo. El niño descabeza grande tiene una conexión más cercana con el alma-espíritu. El niño de cabeza pequeña entra en conexión más íntima con los cuerpos vital y físico. Ambas constituciones pueden ser mejoradas o mitigadas por la fortaleza o debilidad del cuerpo vital individual. Aquí la experiencia del médico escolar puede ser esencial para que los maestros diferencien estos aspectos más sutiles de la constitución del niño. Rudolf Steiner describe más "tipos constitucionales" en el *Grado de educación especial*[36].

Para nuestros propósitos, basta decir que el niño de cabeza grande normalmente tiene una rica imaginación y es esencialmente artístico, al leer ve la palabra completa, pero no se da cuenta de cada una de las letras, por lo que tiende a tener mala ortografía. El niño de cabeza pequeña normalmente tiene una mente más lógica y puede ser *práctico* y hábil con las extremidades. Ve los detalles y sabrá la ortografía, pero es posible que no tenga una comprensión tan directa de la esencia de lo que lee. Partiendo de esta situación, podemos ver fácilmente que si la "inspiración" del alma-espíritu es muy fuerte o muy débil, se trastorna entonces el equilibrio normal de estos dos tipos constitucionales y pueden surgir problemas de aprendizaje. Por la forma en que escriben, ambos tipos de niños mostrarán si tienen problemas motores. Es posible que las letras del niño de cabeza grande sigan siendo grandes, mal espaciadas y las escriba de forma vacilante. El niño de cabeza pequeña tiende a

amontonar las letras, hacer las letras pequeñas y escribe con facilidad, pero con presión excesiva.

Cuando hay inversiones de las letras y una ortografía rara, entonces ésta alterada la secuencia de reflexión en espejo convexo/cóncavo. Cualquiera de los dos tipos de niño está expuesto a mostrar los clásicos síntomas de dislexia: confusión entre los símbolos e incapacidad *para* distinguir entre los diferentes sonidos y sus símbolos[37].

**Otros factores**

La situación de inspiración entre el alma-espíritu y el cuerpo vital le complica más aún con las presiones ambientales, las situaciones del hogar, las relaciones de los padres con los hijos y entre hermanos; la capacidad de aprendizaje del niño puede verse interrumpida por factores emocionales.

Otro factor a tener en cuenta en la situación general son las etapas de desarrollo incompletas de los siete primeros años. La necesaria integración de los patrones primitivos de movimiento (reflejos arcaicos y las respuestas posicionales. así como la terminación de la etapa ambidiestra[38], afectan especialmente a la postura y a la escritura. Sin embargo, con todos los diferentes síntomas que pueden estar presentes, mi experiencia me dice que, con frecuencia, lo que no ha logrado suficientemente es la etapa final de los siete primeros años de desarrollo, es decir, la impronta de la imagen corporal (geografía corporal) y el logro de la orientación espacial[39]. Las dos son necesarias para tener un punto estable de autoidentificación que es crucial para el aprendizaje y que son esenciales para que el niño pase más tarde armónicamente por el cambio de los nueve años.

**Observaciones de clase**

Las siguientes observaciones de clase nos dicen qué alumno necesita una evaluación para fijar las necesidades concretas para sus problemas:

- El niño inquieto y que interrumpe la clase continuamente.

- El niño que permanece solo de pie en el patio y deja que los niños se choquen con él.
- El niño patoso que tropieza y se le caen las cosas.
- El niño que corretea alocado, choca con otros niños y, sin embargo, no juega con ellos.
- El niño que prefiere jugar con niños mucho más pequeños.
- El niño que no puede *atrapar* una pelota con facilidad.
- El niño que titubea al hablar, omitiendo o añadiendo sílabas a las palabras.
- El niño que no puede hacer oraciones y que no encuentra las palabras que necesita.
- El niño que no puede escribir con limpieza y no puede sujetar el lápiz con comodidad.

Todos éstos son síntomas de dificultades de coordinación de movimiento y de orientación espacial, normalmente debidos a un desarrollo incompleto de las etapas entre el nacimiento y el séptimo año. Necesitan atención inmediata antes de que empiecen las reacciones psicológicas secundarias (con frecuencia el niño termina diciendo "soy tonto").

La observación de diagnóstico más sencilla que podemos hacer es fijarnos en qué niños de la clase eligen el lápiz de cera o el lápiz con la mano izquierda y luego pasan a la derecha para escribir. Estos niños ya tienen dificultades con su geografía corporal y orientación espacial. Éstos, como los otros anteriormente mencionados, necesitan apoyo inmediato de forma que el desarrollo de las facultades pueda seguir su grado con normalidad.

En las reuniones de maestros, con frecuencia se manda a estos niños a hacer trabajo de recuperación, de forma que se ha ideado la "clase" siguiente en la que se hace al alumno una serie de "preguntas" relacionadas con su desarrollo durante los siete primeros años y sobre las destrezas resultantes que son necesarias para el aprendizaje.

# CAPITULO CUATRO

## LA PRIMERA CLASE DE APOYO EDUCATIVO

### Introducción

El fundamento de la escritura es la buena coordinación ojo-mano que surge de un movimiento rítmico e integrado. La investigación moderna nos dice que la lectura se produce como resultado de pausas mínimas en las que se captan y conceptualizan los movimientos rápidos que el ojo hace alrededor de las formas de las letras[40]. Este movimiento ocular involucra a todo el cuerpo, incluyendo la interacción de los nervios las sinapsis entre las terminaciones nerviosas desempeñan un papel importante) con los músculos. Los factores de reflexión en espejo entre c-s cuerpos físico/vital y los cuerpos de conciencia (cuerpo astral y yo) son expresiones de estas interacciones. Debemos observar en qué medida el niño se encuentra a gusto y bien organizado en la coordinación de estas facultades; por lo tanto, la *primera fase* de apoyo *educativo* está planeada como una serie de "preguntas" al niño. Al alumno se le pregunta sobre su coordinación izquierda/derecha cuando se le dice que imite al maestro lanzando un saquito de frijoles al aire mientras pasa un segundo saquito a la mano ahora vacía. Una vez que el vio, ha observado al maestro, intenta hacer esta secuencia de movimientos y la continúa varias veces para ver si la puede mantener rítmicamente, (véase "Integración Izquierda/Derecha"). Con otros ejercicios, al alumno se le "pregunta" si ha logrado la reflexión en espejo de lente adecuada para el niño de nueve años (véase "Reflexión en espejo convexo y cóncavo"), y cómo ha desarrollado su dominio del espacio véase "Patrón de Dominancia" y "Afinidad Ojo-Color"). Luego hay unas "peguntas" sutiles sobre la coordinación mano, ojo y habla (véase 'Coordinación Mano, Ojo y Habla") y sobre la integración del sistema postural que se mostrará en el Patrón de Dominancia, por ejemplo.

Tanto como sea posible, la técnica es **invitar a que** el alumno **copie** lo que el maestro está haciendo. Esto significa que *el maestro debe estar totalmente familiarizado con los ejercicios y ser capaz de llevarlos* a *cabo correctamente.* Como el alumno tiende a

imitar inconscientemente, el maestro de la Clase Extra debe ser consciente de cada detalle de los ejercicios que demuestra, incluyendo cómo respira, cómo atienden sus ojos a la actividad y cómo coloca los pies. El maestro usa imágenes adecuadas para la edad del niño, pero en general no da muchas instrucciones o explicaciones verbales sobre cómo hacer los ejercicios. En la mayoría de las actividades no se corrige al alumno. Si el alumno no entiende bien la instrucción, el maestro puede intentar darle otra imagen mientras demuestra la actividad de nuevo. Al actuar de este modo, tenemos una evaluación que es también una clase de recuperación que ayuda, ya que excepto para las "preguntas" de la Prueba de la Cruz y la Afinidad Ojo-Color, todas *las demás actividades son su propio remedio y se usan en una clase normal de apoyo educativo de la Clase Extra.*

Nuestro objetivo es que el niño más pequeño deje esta primera clase con la sensación de que ha logrado algo que no sabía que podía hacer y que hay cosas interesantes que puede aprender con práctica. El alumno mayor también debe sentir que se ha percibido su "problema" y que la ayuda está en marcha. Nosotros mismos obtenemos una imagen del carácter y las habilidades del niño, con pruebas factuales de su desarrollo durante los siete primeros años. Esto se puede llevar a la reunión semanal de los maestros.

Inicialmente, esta clase de evaluación se confeccionó para niños de once años en adelante. Como hoy en día se reconoce antes a los niños en situación de riesgo o los que ya tienen problemas de aprendizaje o comportamiento, se dan las edades específicas para algunas de las "preguntas", así como para los ejercicios generales. Todas las actividades pueden practicarse desde los once años hasta la edad adulta. El estudio del niño por parte del cuerpo docente puede sacar a la luz la conveniencia de apoyo terapéutico, preferiblemente euritmia terapéutica o terapia artística Hauschka bien simultáneamente, bien alternándose en bloques con las Clases Extras. Desde luego, debe consultarse al médico antroposófico. En algunos casos pueden ser recomendables el masaje rítmico (Hauschka la quirofonética la terapia del lenguaje, (antroposófica), la terapia visual, la terapia sacrocraneal, la terapia musical o la terapia o del juego o junto con el apoyo educativo de la Clase Extra[41].

**Ejercicios de evaluación:**

**Procedimientos, observaciones, interpretaciones y recomendaciones**

Las diversas actividades que se describen a continuación deben practicarse con flexibilidad de acuerdo con la sensibilidad del maestro y las expectativas del alumno. Puede ser más adecuado comenzar con algunas de las actividades de movimiento descritas del III al XII.

## I. Prueba de la Cruz (a partir de 7 años)

Para que el maestro pueda observar cómo trabaja el alumno, es mejor sentarse a la izquierda del alumno diestro y a la derecha del zurdo. En un momento adecuado de la clase (que con frecuencia es después de que el niño haya realizado algunas de las actividades de movimiento) podemos pedirle que escriba algo, sin convertirlo en una orden. Primero le pedimos que dibuje una cruz como se describe a continuación.

Usa una hoja suelta que pueda archivarse (tamaño A-4); colócala en posición horizontal delante del alumno y pídele hacer lo siguiente:

1 Dibuja una línea hacia abajo en el centro del papel (que lo divida visualmente en izquierda y derecha).

2 A continuación, en uno de los espacios, dibuja una cruz en cualquier sitio del papel.

***Consideraciones***

Es posible que pregunte qué clase de cruz; dile que elija la que prefiera. Observa si el movimiento del brazo está libre de los movimientos del hombro, tronco y cabeza, o si el niño se mueve hacia atrás con todo el cuerpo para dibujar la línea, manteniendo el brazo junto al cuerpo. Puede incluso inclinar la cabeza hacía abajo y/o a un lado según traza la línea hacia abajo. Esto muestra cómo la cabeza está ligada a los movimientos de la mano/brazo. A veces, esto es debido a que los movimientos

oculares todavía no tienen suficiente libertad; también puede ser debido a patrones primitivos de movimientos retenidos[42]. Cuando la cabeza y el tronco tienen que moverse para trazar la línea, podemos sospechar que hay algún problema estructural si hay otros síntomas en otros ejercicios[43].

Cuando pedimos al niño que divida el papel con una línea vertical, sacamos a relucir la relación entre la izquierda y la derecha. ¿En qué lado ha elegido el niño poner la cruz? Si es a la izquierda de la línea, indica que tiene la posibilidad de poner en relación lo que hace (movimiento) con lo que percibe. Cuando pone la cruz a la derecha de la línea, muestra que puede tener dificultades a este respecto; puede tener lapsus de concentración momentos de ausencia, que quizás le causen más frustración de lo que causarían a otros niños.

¿Por qué le pedimos que dibuje una cruz? Cuando el niño comienza por primera vez a garabatear en el papel, está proyectando, para sí mismo, fuerzas en las que ha sido sumergido y de las que su conciencia está emergiendo. Si seguimos la dinámica de los primeros dibujos de un niño, encontraremos que la progresión es la siguiente: "Desde el primer remolino hasta la forma del círculo, desde las primeras oscilaciones entretejidas hasta la cruz. Este es un camino desde el mecerse en ritmos libres hasta lo abstracto geométrico, desde un fluir creativo libre hasta dibujar formas... después amplía la cruz que se transforma en un estrella. La cruz se inserta en las direcciones del espacio"[44].

La etapa de la "estrella" en los dibujos de los niños está compuesta de la cruz vertical y diagonal. En una edad más tardía, cuando se dibujan las primeras casas, esta estrella se separa en las dos cruces. Las ventanas de la casa están en un principio protegidas por la cruz diagonal (la cruz de san Andrés, relacionada con el agua y lo etéreo). Esto muestra cómo la conciencia emergente se está haciendo con los procesos de la vida. Posteriormente, toma su lugar la cruz vertical (la de san Jorge). De este modo, se nos muestra la etapa siguiente del desarrollo en "la casa": el establecimiento de la conciencia del cuerpo físico estructural, el esqueleto, con sus músculos y nervios, que nos mantiene rectos (verticales).

A la edad de siete años, el conjunto de fuerzas formativas que trabajan en lo fisiológico se ha retirado. Podemos ver entonces, por la elección de la cruz que hace el niño, si su centro de conciencia está establecido más firmemente. Cuando elige la cruz vertical de san Jorge nos dice que su capacidad visual de orientación izquierda/derecha y arriba/abajo está despierta; puede experimentar el espacio tridimensional. Se sentirá a gusto en el cuerpo físico estructural y tendrá reacciones de movimiento rápidas a las impresiones sensoriales. La elección de la cruz diagonal muestra que está retraído en los procesos de la vida, en el cuerpo físico constitucional[45]. Se encuentra más a gusto en la relación con elemento espacial bidimensional (la orientación arriba y abajo), con reacciones de movimiento más lentas a las percepciones.

Haciendo una caracterización, el niño que dibuja la cruz vertical a la izquierda de la línea verá que algo cae y lo atrapará a tiempo, pero no necesariamente apreciará lo que causó el incidente. Su alma/espíritu se integra armoniosamente con los cuerpos físico/etéreo. Cuando la cruz diagonal se coloca a la izquierda, el niño verá que algo cae y podrá explicar por qué, pero no es probable que impida el accidente a tiempo sin un gran esfuerzo de la voluntad por su parte. Su alma/espíritu no es capaz de penetrar completamente en el cuerpo físico. La impronta desde el interior (véase la "Introducción") alcanza el cuerpo etéreo, pero no al cuerpo físico. Esto puede estar relacionado con tendencias kármicas, hereditarias o constitucionales.

Es probable que muchos de nuestros alumnos de recuperación hagan la cruz que elijan ala derecha de la línea. Esto indica que hay obstrucciones que vienen del organismo que obstaculizan las acciones físicas a las percepciones sensoriales. Podemos alegrarnos mucho cuando los niños elijan finalmente el lado izquierdo de la línea. Esto mostrará que nuestro trabajo está causando efecto. Es muy raro que cambie el tipo de cruz.

Si en la Prueba de la Cruz tuviéramos la anomalía de que el niño dibujara una línea sobre la vertical que divide la página en derecha e izquierda, el desarrollo puede ser muy lento y difícil. En algunos *de* estos historiales podemos sospechar la existencia de algún daño fisiológico.

*Al* igual que con las demás actividades de esta primera clase de apoyo educativo, la Prueba de la Cruz no debe verse de forma aislada. Debe estar correlacionada con el resto de lo que encontremos en la clase. Las demás actividades confirmarán lo que hallemos en esta prueba.

**II. Escritura**

Cuando le digas al niño que escriba, usa palabras con las que el niño **se** encuentre a gusto; pídele al niño que comparta contigo lo que ha escrito, en vez de ordenarle que escriba. El niño debe sentirse apoyase, no puesto en un aprieto.

En la misma página de la Prueba de la Cruz ya terminada, pídele al alumno que:
1. Escriba su nombre en la esquina inferior derecha de la hoja, dejando espacio para lo siguiente:
2. Escribir la fecha del día bajo el nombre.
3. Escribir su dirección; esto es para los alumnos mayores, de aproximadamente cuarto grado en adelante.
4. En el espacio no utilizado del papel podemos pedir al alumno que escriba algunas palabras con letra cursiva enlazada (con letra de imprenta, si no ha aprendido la letra cursiva enlazada). Ejemplos: pan, luna, perro, salto, pera, ratón, cubo, queso, cine, escuela, barco, pueblo, brazo, cereza, llave, humo, hueso, guitarra, yate, voy.
5. Después de preguntarle si le gustan las matemáticas, dale al alumno algunos problemas de repaso de matemáticas para que los resuelva.

*Consideraciones*

1.Escribir su nombre: señala la esquina derecha si ves que no sabe cuál es la derecha, lo que ya es una observación importante. La mayoría de los niños sabe escribir su nombre; muchos no saben escribir bien sus apellidos. Observa si el alumno invierte alguna letra de su nombre y si escribe alguna letra de abajo a arriba. ¿Escribe su nombre completo en la página o ha calculado mal el espacio que necesita para su nombre y para la fecha bajo él?

El resultado nos da una imagen de su relación con el espacio bidimensional.

2.Escribir la fecha: muy pocos de los niños que se envían a las clases de apoyo educativo parecen saber la fecha y/o cómo escribirla. Hoy en día tanto los niños parecen haber perdido la conexión con los cambios de tiempo cronológico y de estación.

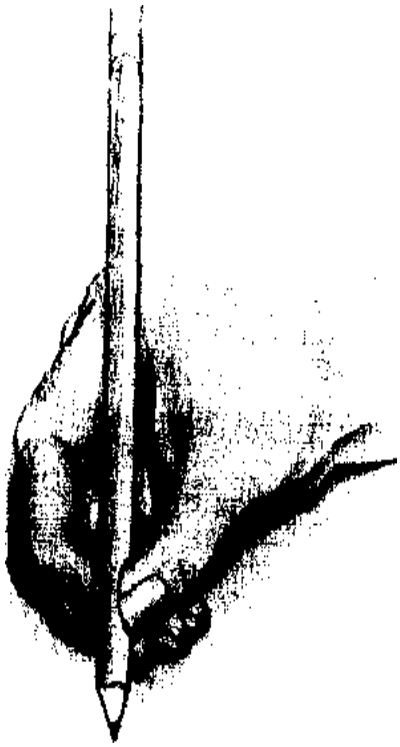
3.Escribir su dirección: es posible que algunos de los niños mayores sean capaces de realizar esta tarea. Observa la expresión del niño: ¿se pone atemorizado o pone la expresión seria? Estate preparado para rescatar al alumno que se atasca. Ésta es una buena forma de conocer su escritura. Observa cómo forma las letras, ya sea que escriba con letra cursiva enlazada o con letras de imprenta minúsculas o mayúsculas (o una mezcla de minúsculas y mayúsculas). Cómo forma las letras de imprenta: ¿las invierte o las escribe de abajo a arriba? Si escribe con letra cursiva enlazada: ¿forma y enlaza las letras correctamente?

4.Escribir palabras con letra cursiva enlazada: observa, de nuevo, la formación de las letras. Busca inversiones y rotaciones de las letras. ¿Puede distinguir los diptongos, sílabas inversas y trabadas? (procesamiento/memoria auditivos)[46].

5. Problemas de matemáticas: si parece dubitativo respecto a las matemáticas, dale problemas más fáciles y estate preparado para ayudarle. Observa cómo calcula los problemas: ¿sabe las tablas?, ¿todavía usa los dedos? Observa también cómo forma os números: ¿alguna inversión o números escritos de abajo a arriba?

En todas las actividades anteriores, observa la prensión del lápiz: es tensa?; ¿presiona el alumno fuertemente contra el papel?; ¿mantiene los dedos y el pulgar en posiciones torpes? ¿Mueve el niño la lengua y/o la mandíbula inferior mientras mueve la mano? Esto es una señal de la concentración y el esfuerzo que le exige la tarea. Una presión del lápiz relajada, coordinada y madura tiene los extremos de los dedos pulgar e índice frente a frente en la parte de la punta del lápiz, y un lado del extremo del dedo medio sujeta al lápiz por abajo. Las dos articulaciones del dedo índice están ligeramente flexionadas, o la articulación interfalangeal distal (la más cercana a la punta del dedo) está recta (no hiperextendida) mientras que la articulación interfalangeal proximal (en la mitad del dedo) está ligeramente flexionada. Los dedos meñique y anular actúan como un apoyo estable para la mano sobre la superficie de escritura. La parte superior del lápiz descansa sobre la base del dedo índice (junto a

la articulación metacarpofalangeal). (Véase la ilustración 1.) Esta prensión permite



que la mano descanse sobre un lado manteniendo en equilibrio los movimientos de motricidad fina y gruesa[47].

*Ilustración I: Mano con lápiz*

La realización de las tareas de escritura y de matemáticas por parte del alumno nos da una idea de la magnitud de sus necesidades de apoyo educativo. Los ejercicios de este libro ayudan y fomentan el desarrollo de los niños que muestran prensiones torpes del lápiz, les cuesta hacer las letras y los números, y muestran poca conciencia del espacio de la página (espacio bidimensional). Los ejercicios de geografía corporal y de orientación espacial son especialmente útiles. Todos los ejercicios de dibujo son particularmente adecuados para los niños con estas dificultades, al igual que son apropiados para todas las edades los ejercicios de dibujo de formas. Los ejercicios se hacen de acuerdo con la edad del niño y con las demás dificultades que muestre en la primera clase de apoyo y siguientes. Cualquier niño al que le cuesten las destrezas de motricidad fina se beneficiaria de la realización diaria de arte y manualidades, juegos con los dedos, así como tareas que impliquen el uso de las manos en casa, en la clase y en el jardín (véase el capítulo 5). Rudolf Steiner también, recomendaba que los niños

con dificultades de escritura escribieran con el pie (del lado dominante)[48]. Los niños con problemas de procesamiento y memoria auditivos se beneficiarán con las actividades de audición con los ojos cerrados.

Las actividades siguientes se usan durante la primera clase de apoyo educativo para evaluar si se han completado las etapas de desarrollo de los siete primeros años. Muchas de estas actividades, especialmente aquellas que son su propio "remedio", se usarán en las Clases Extras posteriores, y también en la evaluación para el ingreso en primer grado y en las evaluaciones de toda la clase. Es esencial que el maestro demuestre correctamente los ejercicios de acuerdo con las indicaciones. Esto incluye el uso que el maestro hace de la voz, postura, posición de los píes, uso de los ojos y realización de forma relajada.

**III. Dominancia "Simple"**

La dominancia es la preferencia en el uso de un lado del cuerpo respecto al otro; la mayor parte de nosotros elegimos el lado derecho. Normalmente tenemos dominancia de ojo derecho, oído derecho, mano derecha y pie/pierna derechos. Al nacer los niños son ambidiestros y la dominancia normalmente se desarrolla de forma natural (véase el capítulo 2), pero el cuidado inadecuado, el desajuste estructural sutil debido a una pequeña lesión, o la sobre estimulación del organismo sensorio puede hacer que lo que hubiera sido una dominancia diestra normal cambie de un lado del cuerpo al otro. Por ejemplo, la dominancia puede haber cambiado del ojo derecho al izquierdo o del pie derecho al izquierdo. La zurdera de mano es un cambio de dominancia drástico y además puede complicarse por la dominancia de ojo derecho y/o pie derecho. Con frecuencia se encuentran dominancias mixtas o cruzadas junto con dificultades de lectura y escritura.

Podemos ayudar al niño a que cambie la dominancia de ojo y pierna del lado izquierdo al derecho cuando *es* diestro. Igualmente, podemos ayudar al ojo (o pierna) a cambiar de la dominancia derecha a la izquierda si es zurdo. La decisión de cualquier cambio de dominancia de mano sólo puede hacerla el médico escolar previa consulta con los padres y debe realizarse bajo supervisión médica[49].

## A. Comprobación de Dominancia de Mano (a partir de 7 años)

### *Consideraciones*

Además de observar con qué mano escribe y dibuja el alumno, observa cuál es la mano preferida durante todas las actividades de la primera clase de apoyo educativo: con qué mano toma el lápiz/lápiz de cera, el catalejo o las cuentas, con qué mano lanza el saquito de frijoles o la pelota, y qué mano usa primero en las demás actividades.

Si el alumno alterna las manos, pregúntale qué mano usa para cepillarse los dientes, para comer, para peinarse. Si parece que no hay una marcada preferencia por una mano sobre la otra, pide a los padres y al maestro tutor que observen al alumno durante una semana aproximadamente, prestando atención a qué mano elige en todas las actividades del día.

A veces el alumno usará sólo una mano, dejando que la otra permanezca bastante pasiva, no usándola siquiera como "mano auxiliar" de la dominante. También debe observarse este "abandono" de una mano; explora la posibilidad de que haya un trauma en el hombro, cráneo o cuello/columna.

Si el alumno es ambidiestro (todavía no ha establecido la preferencia por una mano), se le puede enseñar a escribir con la mano derecha. Las actividades de la Clase Extra le ayudarán a establecer la dominancia. También se beneficiaría del apoyo de la medicina antroposófica y de la euritmia terapéutica. Si hay un historial de accidentes (incluso de aparentes caídas "sin importancia") o trauma de nacimiento, puede ser recomendable el tratamiento con osteopatía craneal (terapia sacrocraneal). Para la reeducación del sistema de movimiento en relación con esta terapia, son necesarios los ejercicios apropiados para cada edad que aparecen en este libro.

**B. Comprobación de la Dominancia de Ojo (a partir de 7 años)**

1. Para la primera observación de la dominancia de ojo del alumno, coloca un "catalejo" de papel enrollado delante del niño y pídele que mire un cuadro (o por la ventana) a través de él y que describa lo que ve.
2. Pídele que mire por el catalejo con el otro ojo, ¿ve lo mismo?
3. Puedes comprobar de nuevo la dominancia de ojo pidiéndole que mire por un pequeño agujero realizado en una tarjeta de cartulina (o papel) con el agujero situado encima de una moneda que está sobre la mesa. Entonces lleva la tarjeta a un ojo mientras mantiene la moneda a la vista.
4. Pide también al alumno que cierre un ojo cada vez.

***Consideraciones***

*1.*Observa con qué mano toma el catalejo y qué ojo elige. *Dominancia establecida:* Mano derecha a ojo derecho o mano izquierda a ojo izquierdo.

***Dominancia cruzada:***

Mano derecha a ojo izquierdo o mano izquierda a ojo derecho.

2. Observa cómo cambia el catalejo. ¿Lo lleva directamente al otro ojo, cruzando la línea media con la misma mano, o lo pasa primero a la otra mano?
3. A cierta distancia, e! alumno normalmente dudará antes de llevar la tarjeta al ojo dominante según la sube.
4. Observa si usa la mano para cerrar el ojo o puede hacerlo mus-cularmente con cada ojo. Si el niño sólo puede cerrar uno de los párpados muscularmente observa cuál es. Éste no tiene por qué ser el ojo dominante. Si un niño no puede cerrar un ojo cada vez, enséñale que practique un juego. Puede mantener un dedo muy ligeramente sobre el párpado cerrado mientras el otro ojo está abierto, liberando gradualmente la presión hasta desarrollar la habilidad.

Hay niños que no parecen ser conscientes de que tienen dos ojos. Cuando se les dice

que miren por el catalejo o el agujero de la tarjeta de cartulina, lo llevan hasta la base de la nariz, manteniendo ambos ojos abiertos. Esto nos da idea de que no se dan cuenta de la "dependencia de los ojos; todavía se encuentran en una etapa temprana de desarrollo[50]. Con estos niños necesitamos fortalecer el "proceso de inspiración" mediante actividades de movimiento como los juegos de puntería. Éstos son algunos de ellos: los bolos, lanzar anillos a un gancho, saquitos de frijoles a una cesta. Si esto no es eficaz, el médico puede prescribir ejercicios oculares de euritmia terapéutica.

**C. Comprobación de la dominancia de oído (a partir de 7 años)**

Se pone centrada y delante del alumno una bonita caracola. Se le pide:

1.Que la tome y que escuche el ruido del mar.
Si un alumno con dominancia diestra lleva la caracola al oído izquierdo, o si parece haber otras situaciones de dominancia cruza da, pon centrado y delante del alumno un reloj, luego pídele:
2. Que lo tome y oiga el tic-tac.
Si es necesario, hay otras dos formas en que se puede comprobar la preferencia de oído en la primera clase de apoyo:
3. El alumno pone un oído contra la mesa para escuchar los ritmos que se golpean suavemente en la superficie de debajo de la mesa.
4. El alumno permanece de pie a cierta distancia del maestro mientras escucha con un oído girado hacia el maestro que le susurra.

**Consideraciones**

Si el alumno elige continuamente el oído opuesto al del lado dominante o si la elección de oídos cambia, uno debe averiguar si el alumno tiene alguna deficiencia auditiva. A veces un niño tiene una audición intermitente debido a alergias o inflamaciones en el oído. La audición irregular a veces pasa inadvertida, y el niño que parece estar en Babia pierde partes de lo que se dice a su alrededor.

El niño que hace preguntas clarificadoras, o que repite las instrucciones para sí mismo durante la clase de evaluación, está levantando una "bandera roja". Estos niños pueden mostrar irregularidades en el habla, distraerse fácilmente por los sonidos del entorno (ruidos del tráfico, ruidos de máquinas de fondo, sillas contra el

suelo), tienen dificultades para "sintonizar" y oír las voces de las maestras (voces agudas) y normalmente no pueden procesar adecuadamente una serie de instrucciones. Incluso algunos niños compensan su redición interrumpida aprendiendo a leer los labios sin darse cuenta. Un niño que oye intermitentemente es como un niño que no ha ido a la escuela durante una semana; le faltan partes de la enseñanza.

Se recomienda un examen auditivo completo si no se ha hecho todavía. El problema del examen auditivo es que se puede hacer ruando la audición del niño esté bien y, luego, en otro momento del día cuando las alergias empeoren, el niño no oiga muy bien de nuevo.

Los ejercicios del habla, tararear con la boca cerrada, cantar hacien-10 eco, tocar la flauta dulce y otros instrumentos son experiencias -^portantes para estos niños. Otras sugerencias para fortalecer las capacidades auditivas son: juegos de escucha auditiva (especialmente con los ojos vendados), repetir ritmos de palmas/golpecitos/pitos con los dedos/golpes con los pies, que se han escuchado con los ojos cerrados, y esperar a llevar a cabo una secuencia de instrucciones de 3eografía Corporal hasta que no se dé la señal "mágica" (véase el capítulo 5, "Geografía Corporal"). También son terapias valiosas la euritmia tonal, la terapia musical, la terapia del lenguaje antroposófica y la quirofonéticas[51].

**D**. Comprobación de la dominancia de pie (a partir de 7 años)

1. Pide al niño que permanezca en pie sobre un pie.
2. Puede haber una dominancia de pie mixta (no confirmada), por lo que: vuelve a comprobar pidiéndole ahora que permanezca de pie sobre un pie con los ojos cerrados; con frecuencia se cambia el pie por un momento y luego se vuelve a elegir el original.
3. También puedes pedir al niño que golpee un pie contra el suelo.
4. Saltar sobre un pie; y/o
5. Dar una patada flojita contra una pelota que se rueda hacia él.

**Consideraciones**

Si está establecida la dominancia de pie/pierna del niño, usaría el mismo pie para cada una de estas actividades. Si el niño alterna los pies, hay una dominancia mixta (no confirmada) de los pies. La dominancia mixta de los pies/piernas nos muestra que la dominancia desde arriba hasta abajo no está establecida. Los juegos de saltar a la pata coja, como la rayuela, en el que atamos una cinta alrededor del tobillo derecho del niño para indicar el "pie que salta", ayudan a establecer la preferencia diestra de pie. (También ayuda que el maestro enseñe al niño a golpear el suelo con el pie derecho durante las actividades rítmicas en corro y al dar pasos en las tablas de multiplicación pares.)

Cuando se hace que el niño permanezca sobre un pie con los ojos abiertos, y luego cerrados, observa también su habilidad para mantener el equilibrio. Una buena imagen a utilizar es pedir al niño que permanezca de pie como una cigüeña (o flamenco) con las alas dobladas hacia delante (el niño mantiene los brazos rectos hacia delante). Después de un rato, la cigüeña se echa un sueñecito (el niño cierra ambos ojos). Si el niño se balancea y le cuesta mantenerse en equilibrio, especialmente al hablar al mismo tiempo (por ejemplo, al contar) es posible que haya un problema vestibular (de equilibrio). Normalmente, un niño de siete años es capaz de mantener el equilibrio, con los ojos cerrados, de pie sobre un pie mientras cuenta hasta diez, sin caerse. Observa también si usa técnicas compensatorias para intentar mantener el equilibrio, por ejemplo, doblando la rodilla de la pierna sobre la que se apoya, presionando las rodillas entre ellas o tocando ligeramente el suelo con los dedos del pie que está elevado (véanse en la sección IX de este capítulo datos adicionales sobre el sentido del equilibrio; véanse en el capítulo 5 los ejercicios para confirmar la dominancia).

### IV. Coordinación Mano, Ojo y Habla (a partir de 7 años)

**A.** Coloca frente al niño un montoncito de cuentas de madera, cristal o cerámica de los colores azul cobalto y rojo carmín mezcladas y ante él un vaso a la derecha y otro a la izquierda. Pídele que clasifique las cuentas, las azules en el vaso izquierdo y las rojas en el derecho.

**B.** Una vez que haya clasificado las cuentas, pregúntale qué color le gusta más y cuántas hay de ese color en el vaso. Es bastante normal que el niño rehúse hacer una estimación. Cualquiera que sea la reacción, vuelca un vaso y pídele que ponga de nuevo las cuentas en el vaso, contándolas en voz alta.

**C.** Ahora pregúntale cuántas cuentas cree que hay en el otro vaso. De nuevo vuelca este vaso y hazle contarlas mientras las pone de nuevo en él.

***Consideraciones***

**A.** Observa los diferentes métodos utilizados:

1. Alternando las manos indiscriminadamente mientras recoge las cuentas y las pone en el vaso.
2. Clasificando todas las cuentas de un color primero.
3. Tomando un montón en una mano (observa qué mano) y:

a. Poniendo las cuentas en el vaso con esa mano, o

b. Recogiendo las cuentas de este montón en la mano y poniéndolas en el vaso con la otra mano.

4. Recogiendo y poniendo las cuentas primero con una mano y después con la otra.
5. Otras variaciones.

El método que elija el niño muestra el grado de incertidumbre y/o fatiga en la coordinación de la motricidad fina. A medida que aumenta nuestra experiencia, puede surgir una percepción sutil del tipo de ¿esto que encierran estos movimientos. ¿Agarra o mantiene el niño un puñado de cuentas con un gesto de codicia o miedo? Esta conciencia nos preparará para el momento en el que le contemos la anécdota adecuada o digamos las palabras de ánimo que puedan en su desarrollo moral.

**B.** El esfuerzo por hablar o moverse puede producir profundos sustos. mostrando la poca fortaleza que tiene del ritmo. El conteo puede adelantarse al movimiento, o el movimiento al habla.

**C.** A pesar de tener la comparación del número de cuentas del primer vaso, con frecuencia la respuesta está fuera de toda proporción.

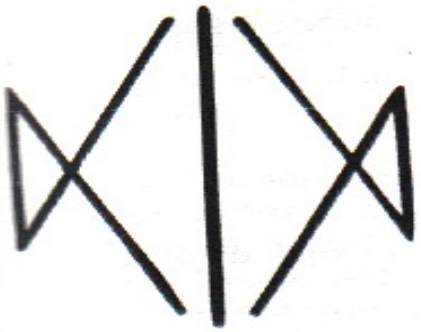
Observa también cualquier tensión o movimiento de la lengua y de la mandíbula; éstas son señales del esfuerzo que le exige esta actividad de motricidad fina. Dar Vueltas a Bolas de Cera de Abeja, Cubos entre los Dedos, Girar las Bolas y Devanar Lana son, todos ellos, buenos ejercicios para desarrollar el control de la motricidad fina y para liberar la tensión.

Si el niño tiene dificultades para llevar a cabo esta actividad con las cuentas azules y rojas de forma relajada y coordinada, se puede usar como ejercicio de apoyo educativo. (Véanse también en el capítulo 6 las formas de usar este ejercicio para reforzar la destreza en el cálculo.)

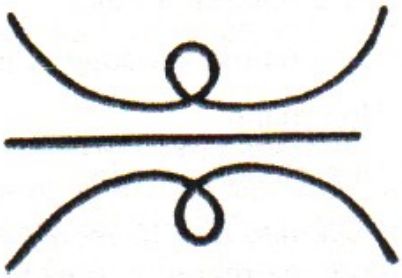
### V. Patrón de Dominancia: relación con el espacio tridimensional (a partir de 7 años)

Para este ejercicio, necesitamos dos cartulinas fuertes (de 50 x 75 cm). En una de ellas, dibuja una circunferencia de color rojo carmín tan grande como sea posible. En la otra, dibuja una forma simétrica respecto al eje horizontal y en la parte de atrás de la cartulina una forma simétrica respecto al eje vertical, utilizando rojo carmín, azul ultramar y verde (sirve la cera n° 7 de Stockmar). (Véanse las ilustraciones 2 a, b, c, d.) En todas las cartulinas con formas verticales las líneas azules están a la izquierda y las rojas a la derecha; en todas las cartulinas con formas horizontales las líneas azules están *arriba* y las rojas abajo. Las formas más sencillas se usan hasta el tercer grado (hasta los 10 años), mientras que las más complejas, que pueden dibujarse un poco más altas y más anchas (para las piernas y brazos más largos de los niños mayores) son para cuarto grado en adelante (véanse las ilustraciones 2, 3 y 4). También se puede usar papel de estraza blanco fuerte. Éste se puede enrollar para transportarlo y luego pegarse con celo en la pared. Ahora vamos a averiguar qué clase de patrón de ojo, mano y pie tiene el niño en relación con las formas en el espacio.

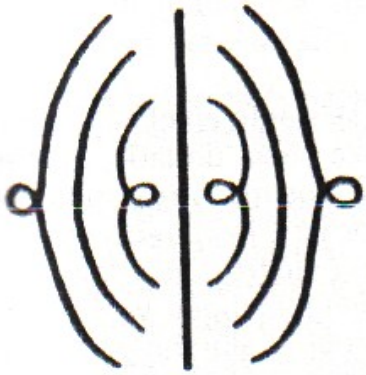
**A.** Dile al niño que se quite los zapatos y se siente en el suelo frente a la cartulina de la circunferencia, que está colocada recta contra la pared. Después dile que haga que los pies sigan la circunferencia, los dos pies juntos, tocando la cartulina. Ahora traza la circunferencia eligiendo diferentes lados del cuerpo en el orden siguiente:



*a*
línea izquierda azul
línea media verde
línea derecha roja



*b*
línea superior azul
línea media verde
línea inferior roja



*c*
las tres líneas izquierdas azules

línea media verde
las tres líneas derechas rojas



*d*
las tres líneas superiores azules
línea media verde
las tres líneas inferiores rojas

*Ilustración 2 a, b, c, d: Formas del Patrón de Dominancia.*
2 a y 2 b: de 7 a 10 años.
2 c y 2 d: de 10 años en adelante.

1. Los dos pies juntos (según se dijo).
2. Un pie.
3. Un pie y una mano juntos.
4. Un pie y un ojo (comprueba si puede cerrar cada ojo independientemente; si no puede, dile que puede usar una mano para taparse un ojo).
5. Las dos manos sujetas juntas.
6. Una mano.
7. Una mano y un ojo.
8. Después, que la recorra siguiéndola con un ojo, el otro tapado con una mano o cerrado muscularmente.

**B.** Repite esta secuencia con la forma vertical (ilustración 2 a o 2 c) colocada recta contra la pared.

**C.** Repite esta secuencia con la forma horizontal (ilustración 2 b o 2 d) colocada recta contra la pared.

**Consideraciones**

Para empezar, asegúrate de que el niño se siente en el centro frente a las formas. Si se inclina o se desplaza hacia un lado, anótalo; está evitando cruzar la línea media vertical. Los maestros anotan los puntos de comienzo en cada una de las formas, las direcciones y la extremidad elegida (usa las hojas de registro del Patrón de Dominancia, ilustraciones 3 y 4). Se pueden fotocopiar y usar estas hojas para registrar la extremidad elegida por el alumno y las direcciones descritas. El alumno con una encarnación saludable t*razará* la circunferencia empezando en la parte de

arriba yendo en el sentido horario, y trazará las líneas de las formas simétricas empezando por la esquina superior izquierda, trazando hacia abajo y hacia la derecha (las direcciones en las que escribimos nuestras letras mayúsculas y los números).

Éstos son algunos ejemplos e interpretaciones de patrones de trazado:

1. Trata las formas como circunferencias:

a. El trazado de la forma vertical puede empezar yendo de la parte de arriba de una línea azul a la izquierda hacia abajo y continuar hacia arriba desde debajo de una línea roja a la derecha, o viceversa.

b. La forma horizontal se puede trazar empezando desde la derecha y yendo hacia la izquierda sobre la azul, luego sobre la línea roja desde la izquierda a la derecha, continuando sobre otra línea azul desde la derecha, dando así más y más vueltas.

Trazar estas formas simétricas del Patrón de Dominancia de esta manera continua y circular muestra que el yo no es capaz de dejar .-a impronta astral en los cuerpos etéreo y físico. Esta impronta desde el interior, del lado constitucional (véase la "Introducción"), puede verse interrumpida debido a que el niño queda retenido en el elemento constitucional/etéreo[52].

*2.* Las líneas se trazan con movimientos de arriba a abajo o en vaivén:

a. El trazado de la forma vertical comienza en la parte de arriba (o de abajo), luego hacia arriba (ó hacia abajo) la línea que está junto a ésa, siguiendo arriba y abajo hasta que se trazan todas las líneas.

b. En la forma horizontal, una línea se traza desde la izquierda, la que está junto a ésa desde la derecha, y así sucesivamente.

Este patrón de trazo en forma de péndulo sugiere que las etapas tempranas del desarrollo motor permanecen fijas. Es posible que se haya esperado mucho del niño a una edad temprana; con frecuencia se le han dado demasiadas opciones y por lo tanto ha tenido que tomar demasiadas decisiones.

*3.* Al trazar con las dos extremidades:

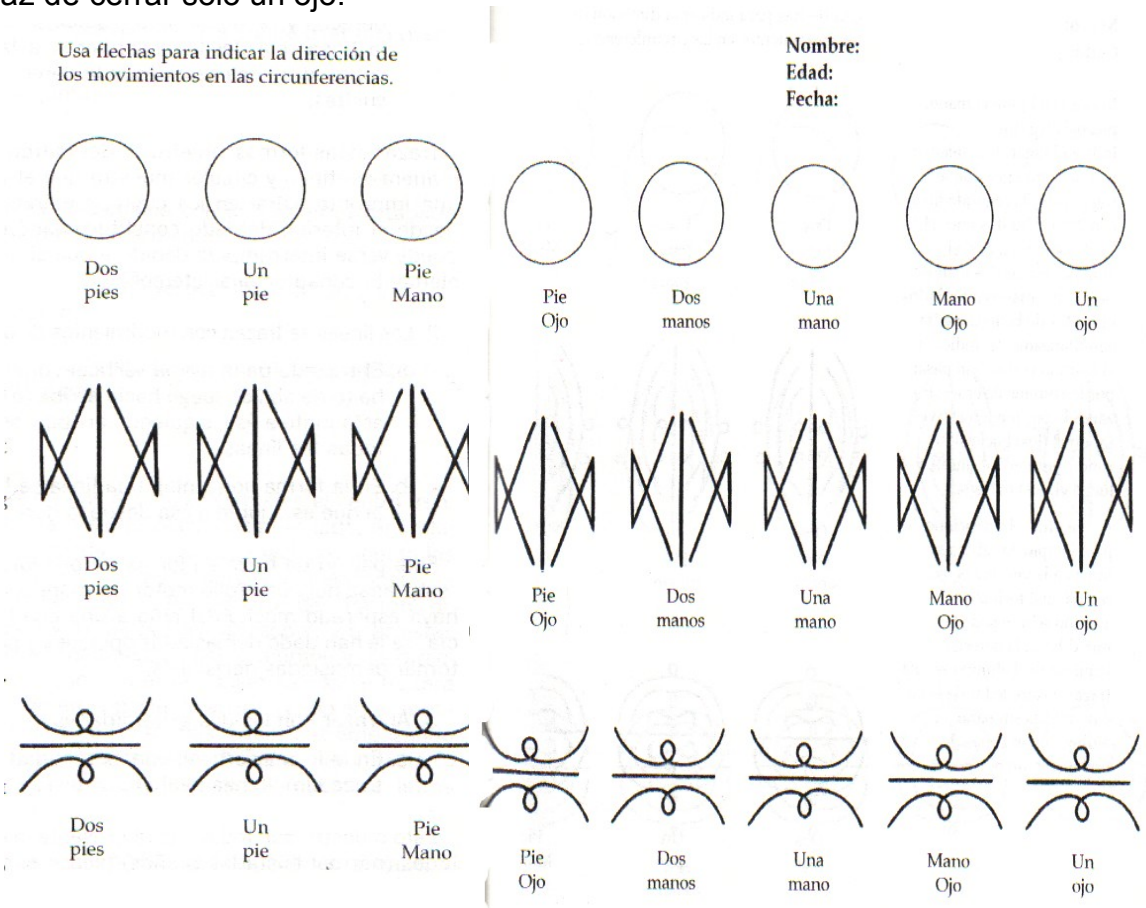
a. En la forma vertical, una extremidad traza la derecha; la otra traza simultáneamente la izquierda.

Esto muestra que todavía está presente la etapa de simetría de dos lados (normal hasta los 5 años) (véase el capítulo 1). Es muy probable que no se haya completado la integración bilateral y la unificación del cerebro; debe evaluarse la posible presencia de la línea media vertical.

**REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL PATRÓN DE DOMINACIA DE 7 A 10 AÑOS**
**DOMINANCIA**
**Ojo:**
**Pie:**
**Mano:**
**Oído:**

Indica D o I para la mano, pie, ojo elegidos. Indica el lugar de comienzo y la primera línea que se traza con 1, la segunda línea con 2, etc. Usa dos unos *(1, 1) si* el alumno usa las dos manos, pies, o pie-mano en los lados opuestos de la línea media Simultáneamente. Indica si el alumno la traza sin pasar por los puntos de cruce: trazándola por fuera o atravesando el (los) bucle(s) y/o triángulo(s); trazando primero las líneas, luego el (los) bucle(s) y/o triángulo(s).

Anota otras observaciones, por ejemplo: la cabeza se movía a la vez que el ojo seguía la(s) forma(s); el alumno se movía de la mitad hacia la derecha (o izquierda); el alumno seguía trazando alrededor de la circunferencia sin parar; el alumno no es capaz de cerrar sólo un ojo.

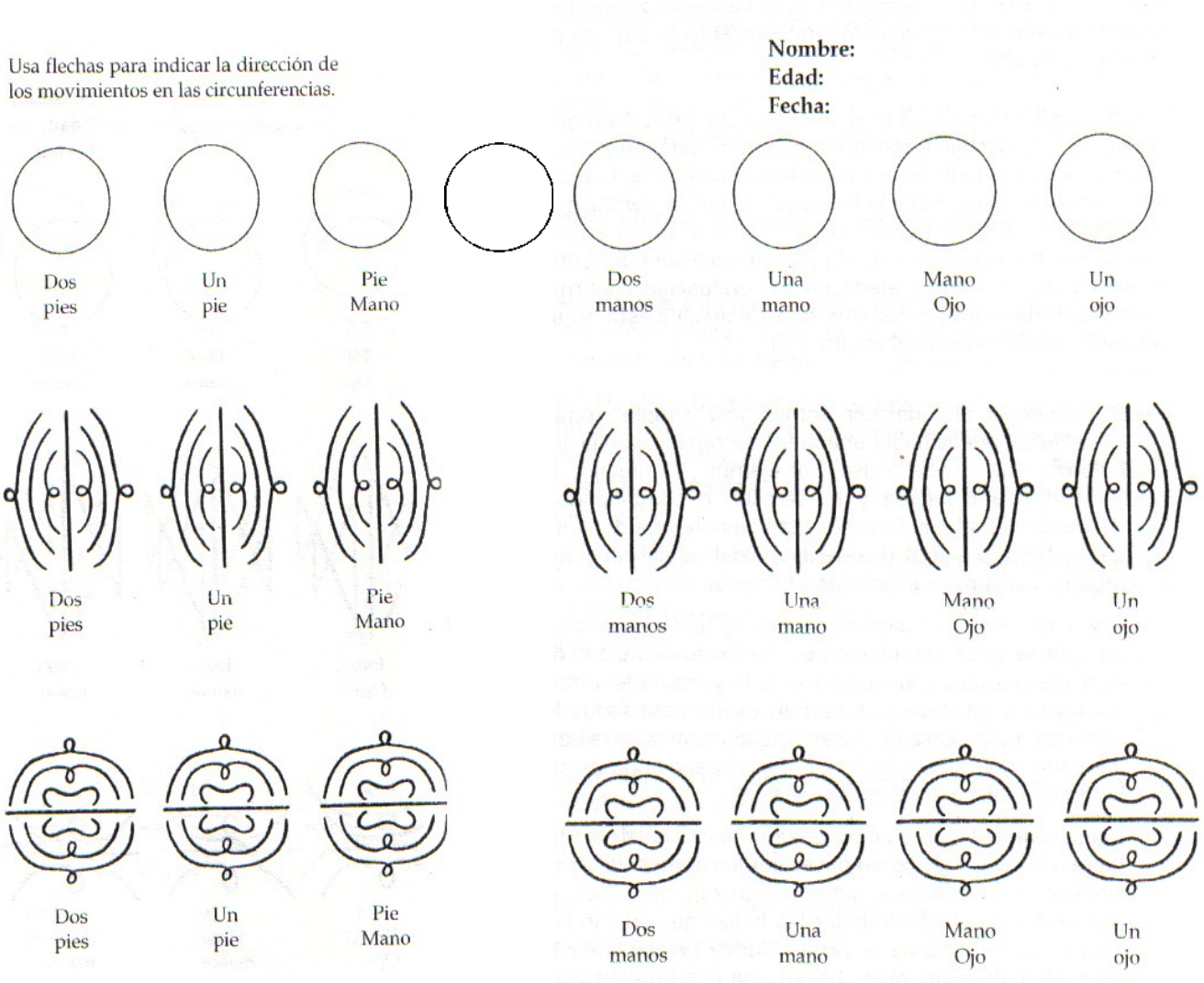


**REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL PATRÓN DE DOMINACIA A PARTIR DE 10 AÑOS**

**DOMINANCIA de: Ojo: Pie:Mano:Oído:**

Indica D o I para la mano, pie, ojo elegidos. Indica el lugar de comienzo y la primera línea que se traza con 1, la segunda línea con 2, etc. Usa dos unos (1, 1), dos doses (2, 2) si el alumno usa las dos manos, pies, o pie-mano en los lados opuestos de la línea media simultáneamente. Indica si el alumno la traza sin pasar por los puntos de cruce: trazándola por fuera o atravesando el (los) bucle(s); trazando primero las líneas, y luego el (los) bucle(s).

Anota otras observaciones, por ejemplo: la cabeza se movía a la vez que el ojo seguía la(s) forma(s); el alumno se movía de la mitad hacia la derecha (o izquierda); el alumno seguía trazando alrededor de la circunferencia sin parar; el alumno no es capa/, de cerrar sólo un ojo. Ilustración *4:*



b. En la forma horizontal, una extremidad traza la que está arriba de la línea horizontal mientras que la otra simultáneamente traza la que está debajo.

Aquí el niño está mostrando que sus fuerzas no han llegado completamente a la organización del sistema metabólico-extremidades Todavía puede estar (parcialmente) presente la barrera de la línea media horizontal.

Tanto en 3 a como en *3* b, al igual que con otros patrones raros de trazo, la organización sensorial del niño está en confusión y la impronta no puede llevarse a cabo adecuadamente. Los patrones de trazo caóticos muestran una inversión de las corrientes normales en sentido horario y antihorario cuya impronta queda en el subconsciente, con frecuencia debido al predominio o falta de control del elemento astral. Los otros ejercicios de evaluación confirmarán esta idea. Aquí, de nuevo, el sistema de *estiramiento* está abrumando al sistema *elevador* (véase el capítulo 2).

4. Incluso en los alumnos con dominancia "simple" completa diestra o zurda, puede haber una gran discrepancia en la elección del lado del cuerpo que se usa, por ejemplo, cambiando una y otra vez entre la izquierda y la derecha o combinando la mano izquierda con el pie derecho. Esto sugiere una débil integración del sistema postural (los sentidos del equilibrio y movimiento propio) y una mala integración bilateral.

5. Ocasionalmente, un alumno elegirá no trazar la forma a un lado de la línea verde, omitiendo de este modo el trazado de las líneas azules o rojas, aun cuando se le haya invitado a trazarlas con las mismas palabras que se han usado para todos los demás alumnos. Esto indica la presencia significativa de la barrera de la línea media vertical y/u horizontal, dependiendo de si omite un lado de la forma horizontal o vertical.

6. Ocasionalmente, un alumno *trazará* los bucles de las formas por fuera o atravesándolos sin pasar por los puntos de cruce. Con frecuencia, estos mismos niños no cruzan los ochos al escribir números y no pueden dibujar las líneas que cruzan la línea vertical en el ejercicio de la Varilla Florida (véase la ilustración 6). Normalmente estos niños tienen una débil organización del yo. Se recomienda que el médico antroposófico les haga un examen médico.

Este ejercicio de evaluación nos da una idea de hasta dónde han penetrado las fuerzas del niño en la voluntad de forma que ésta pueda mantenerse en la orientación espacial (espacio tridimensional).

Más adelante se describirá un ejercicio para establecer la dominancia coordinada y producir los movimientos correctos (movimientos fisiológicos en relación con los movimientos suprasensibles de la "ierra[53] para el lado derecho del cuerpo en relación con el cuerpo astral (anímico), etéreo (vital) y físico, y otro para el lado izquierdo); 55 el Ejercicio del Triángulo Rectángulo (véase el capítulo 5).

### VI. La Varilla Florida: reflexión en espejo convexo/cóncavo[54] (a partir de 8 años)

Pídele al niño que elija dos lápices de cera (o de colores) entre un conjunto de colores, y luego que te entregue uno de ellos. Siéntate junto él, a la izquierda del niño diestro y a la derecha del zurdo; después:

1. Haz que el niño dibuje una línea vertical en el centro de una hoja tamaño A-4, colocada en posición vertical. Puedes ayudarle poniendo dos puntos, uno a 4 ó 5 cm de la parte superior del papel y el otro cerca de la inferior; el niño une los dos puntos con una línea recta.

2. Dibuja luego un lado de una lemniscata proporcionada, empezando en el punto superior yendo hacia la izquierda, dividiendo la línea en dos (véase la ilustración 5).

3. Pídele que dibuje la misma forma al otro lado de la línea, haciendo la forma simétrica de la original. La mayoría de los niños empezará donde tú lo hiciste, en la parte superior; otros continuarán la línea hacia arriba desde donde terminaste.

4. A continuación, di que has dibujado la yema y el bulbo de una flor. Ahora llega el sol y sale una hoja de la yema; empezando en la parte superior izquierda lejos de la forma cerrada, el maestro dibuja media lemniscata abierta por arriba.

5. De nuevo el niño hace la forma simétrica.

6. Repite esto una vez más.

7. En una nueva hoja, repite toda la forma desde el paso 1; el maestro empieza en la esquina superior derecha y el niño hace !a forma simétrica en el otro lado.

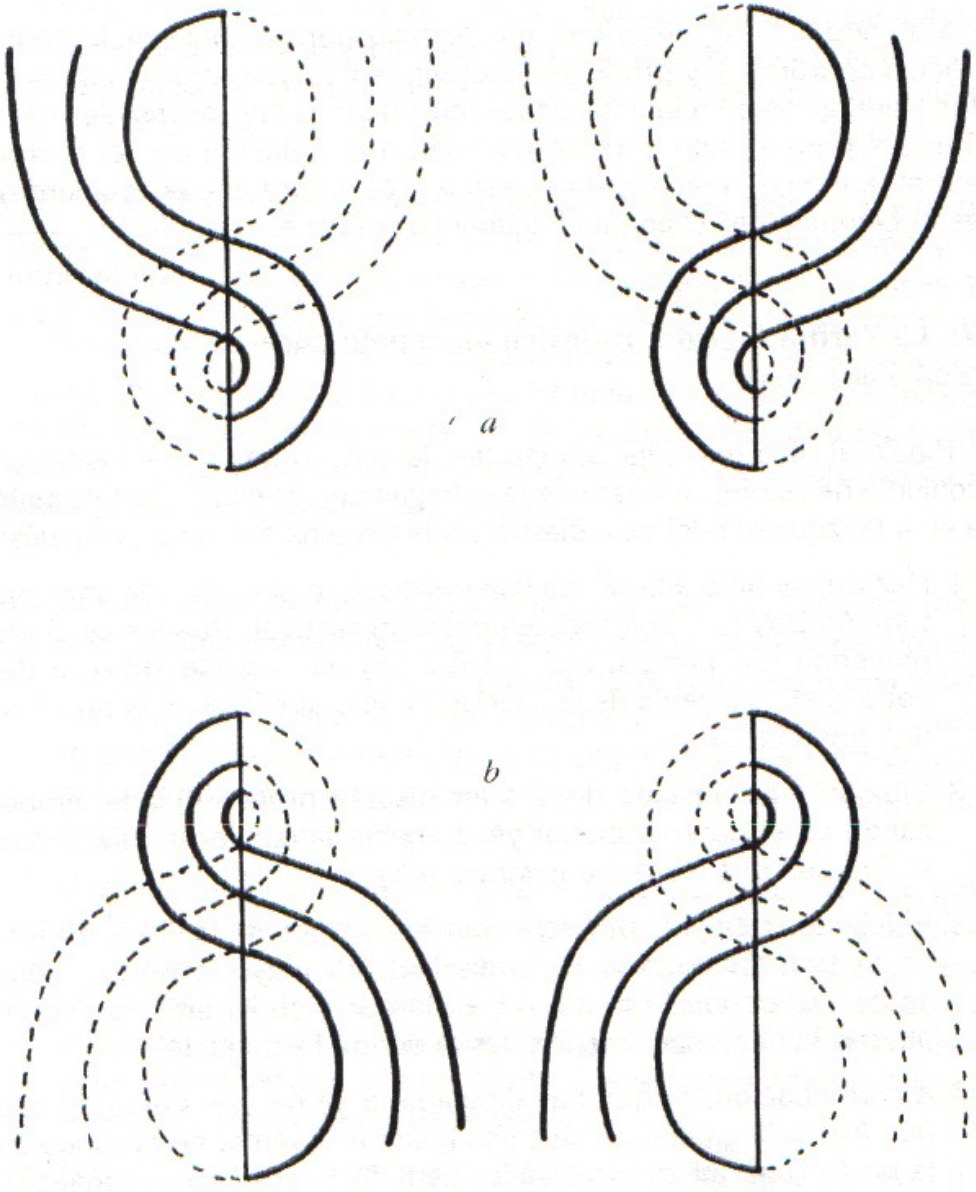



*Ilustración 5: Varilla Florida.*
5 a: Versión para las clases.
5 b: Versión de tarea para casa.

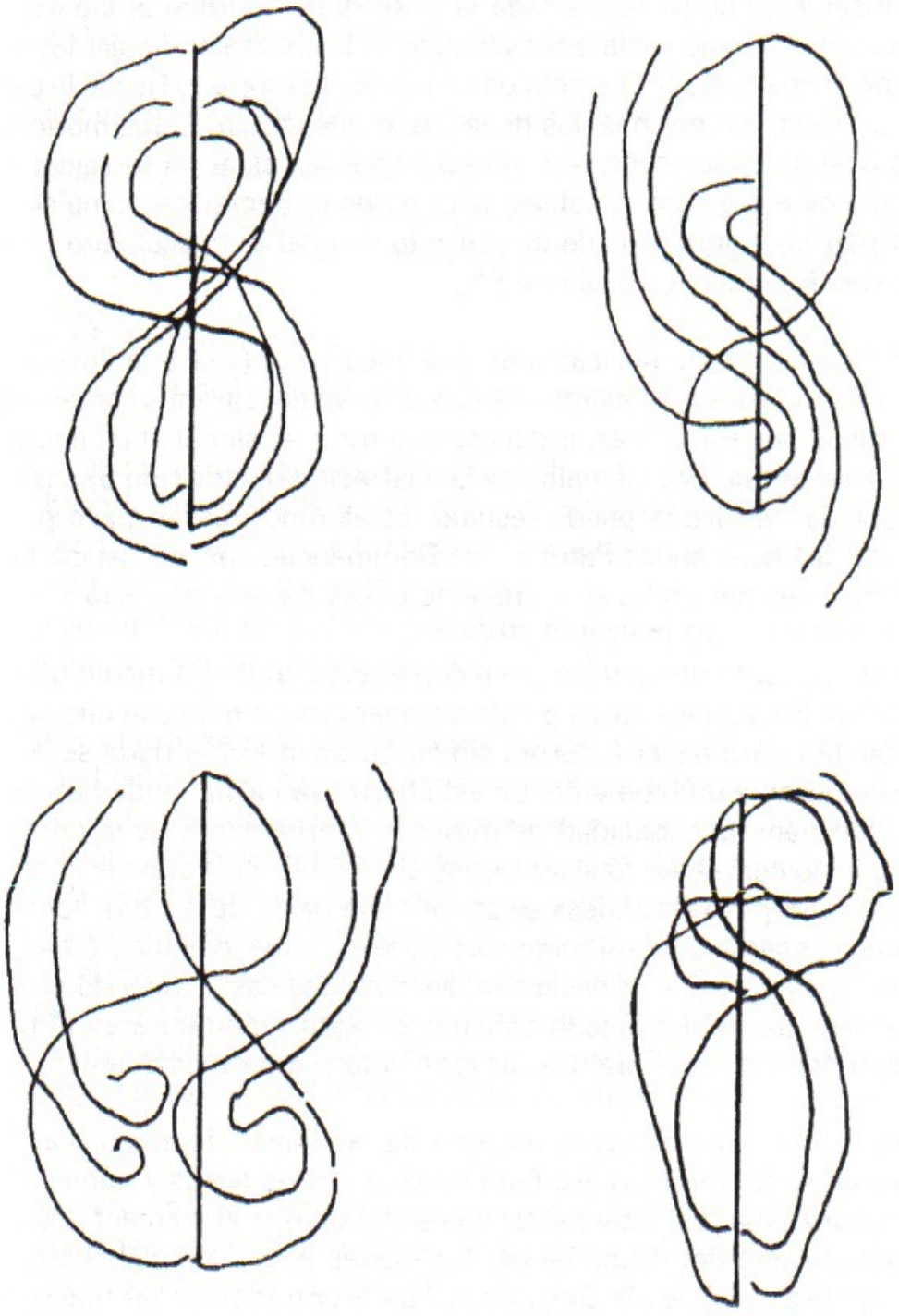


*Ilustración 6: Ejemplos de Varilla Florida de terceras versiones.*

8. Finalmente, en una tercera hoja, pide al niño que dibuje toda la forma de memoria, incluyendo la línea vertical (versión tercera).

***Consideraciones***

Observa cómo se ve afectada la postura del alumno al dibujar las líneas. ¿Se inclina hacia atrás y/o agacha la *cabeza* al dibujar las líneas de arriba a abajo? ¿Levanta uno o los dos hombros? ¿Tiende la cabeza a seguir los movimientos de la mano que dibuja? Estos movimientos posturales son señales de tensión y pueden estar relacionados con bloqueos estructurales sutiles, falta de una integración completa de los patrones primitivos de movimiento y/o débil musculatura ocular (véase "Movimientos oculares")[55].

Este ejercicio, lemniscatas en una línea recta (véase la ilustración 5), nos muestra si el alumno es capaz de visualizar internamente las dimensiones espaciales, ir del espacio tridimensional al bidimensional y viceversa. Los ejemplos de la ilustración (ilustración 6) nos dan una idea de lo que puede resultar. El alumno que no pasó por el cruce de líneas en los Patrones de Dominancia, con frecuencia tiene dificultades para dibujar el cruce de líneas de este ejercicio.

Éste es tanto un ejercicio de recuperación como un medio de evaluación. En algunos casos puede suceder que un niño con una buena habilidad para hacer la forma simétrica de la forma dada se venga abajo durante un momento. En esta hermosa forma, podemos ver si el niño tiene la capacidad de moverse internamente de la reflexión en espejo convexo a cóncavo (véase el capítulo 2), y si tiene el deseo de ser receptivo (las líneas se abren en la parte de arriba). También tiene connotaciones arquetípicas para el alma del niño (véase la "Introducción" y la "Conclusión: Formas básicas"). Cuando el lado del maestro está dibujado bellamente, esto repercutirá en el niño, quien finalmente podrá dibujar toda la forma hermosamente.

El alumno que dibuja la mayoría de las líneas de abajo a arriba, normalmente también escribirá muchas de las letras y números de abajo a arriba. Esto puede ser una señal de que el elemento de *estiramiento* está dominando a las cualidades *elevadoras* del cuerpo; el "empuje astral" desde abajo no se ha encontrado con las fuerzas de la organización del yo desde arriba[56].

## VII. Afinidad Ojo-Color (a partir de 7 años)

Con una hoja de papel tamaño A-4 en posición apaisada sobre la mesa y una gama de colores (lo mejor es de 18 a 24 colores) de la que pueda elegir, pide al alumno:

1. Que escriba su nombre en la esquina inferior derecha.

2. Después, que dibuje "una luna azul y un sol rojo"; es esencial que la instrucción se dé en este orden. (La parte de atrás de la hoja se puede usar para el dibujo de Persona-Casa-Árbol.)

### *Consideraciones*

Observa con qué mano toma el lápiz de color o de cera.

Si el niño pregunta si debe dibujar una luna llena o media luna, dile que haga la que más le guste. Algunos niños no oirán "Dibuja una línea azul y un sol rojo", y tomarán el amarillo en vez del rojo. Otros tornarán un rojo llama (rojo bermellón). Algunos pueden cubrir el rojo con amarillo. Es posible que otros rodeen el rojo con naranja y amarillo. No *corrijas el color elegido.*

Hasta ahora hemos estado tratando de averiguar cómo experimenta el niño su cuerpo en relación con el espacio que le rodea y si puede visualizar este espacio internamente. Con esta actividad de evaluación, estamos intentando tener una idea del grado de libertad ton que vive en su conciencia del espacio interno. Los colores azul y rojo tienen su propia cualidad objetiva. El azul pertenece al espacio que se expande, rodea y nos incluye; experimentamos esto en el azul del cielo. El rojo es un color que tiende a concentrar y viene hacia uno; es un color activo. El azul es un color pasivo. Cuando experimentamos estos colores internamente, nuestros sentimientos se animan.

Nuestros ojos tienen funciones concretas. El ojo izquierdo es más activo inspeccionando el espacio; el derecho es el que selecciona un punto específico y se ajusta a él, como, por ejemplo, al apuntar con una flecha a un blanco. Las observaciones que hizo Ernst Lehrs en su libro *Man or Matter* muestran que también

hay una relación fisiológica objetiva entre el ojo izquierdo y el color azul, así como entre el ojo derecho y el color rojo[57].

Cuando se le pide a un alumno que haga un dibujo de una luna azul y un sol rojo, algunos lo hacen con el color azul, que corresponde al ojo izquierdo, a la izquierda del papel y con el rojo, que corresponde al ojo derecho, a la derecha del papel. Otros niños "invierten" los colores. Vemos que cuando el alumno con los colores "invertidos" ha trabajado durante un tiempo con los ejercicios descritos en este libro, se mostrará su progreso en la colocación correcta de estos colores: el azul a la izquierda y el rojo a la derecha.

Las mezclas de los colores elegidos para el sol son, todas ellas, señales de tensiones y sobrestimulación del elemento de *estiramiento.* A medida que se logra la relajación y la armonía, desaparecen estos colores extra y se usa el rojo carmín. La experiencia muestra que si se repiten las elecciones inusuales y extrañas de color, por ejemplo, el rojo amarillento, o mezclar colores uno encima del otro, junto con la colocación no natural de las formas, por ejemplo, formas muy pequeñas en las esquinas superiores del papel o muy juntas, significan que al niño le debe ver un médico para descartar dificultades psiquiátricas. Los problemas por los que nos lo han enviado tienen su origen en causas más profundas de las que podemos tratar tan sólo con medios educativos.

Las lunas crecientes normalmente crecen y se hacen llenas cuando se ha usado el Ejercicio del Triángulo Rectángulo (véase el capítulo 5), mostrando que se ha producido un equilibrio entre el *estiramiento* y la *elevación* (véase los capítulos 1 y 2).

Uno puede decir que cuando la Afinidad Ojo-Color está "invertida", las fuerzas de la voluntad del individuo se mantienen en los patrones de hábito y actividades orgánicas del cuerpo, que está "dormido" y vive pasivamente en lo que ha imitado de su entorno y heredado de sus padres. Haciendo una caracterización, con esta evaluación preguntamos: "¿Montas tu caballo o tienes que *cargar* con él?". Cuando, mediante las clases, el alumno tiene éxito en establecer las afinidades de color correctas, sabemos que hemos fortalecido la individualidad en su interior; que está teniendo lugar una inspiración y espiración completas entre el alma-espíritu y los cuerpos físico y vital durante el ciclo de las 24 horas.

Cuando los colores están "invertidos" en un niño sin problemas evidentes, muestra que puede estar en proceso de adaptarse a una nueva etapa de desarrollo. La "inversión" se corrige por sí misma se complete este paso, por ejemplo, durante el cambio de los nueve años cuando el niño se siente una entidad separada de su entorno[58.] También se pueden "invertir" los colores cuando el niño muy tenso física o intelectualmente, o cuando hay dificultades emocionales en la vida en el hogar, por ejemplo, problemas entre los que durante un tiempo antes y después de una enfermedad. Las tensiones" son un primer aviso de problemas que pueden resolverse usando el ejercicio adecuado de uno de los grupos de ejercicios. Cuando se autocorrige, muestra que el niño tiene fuerza suficiente para continuar su desarrollo sin ayuda.

Por tanto si la evaluación de la Afinidad Ojo-Color se "invierte" o se colorea intensamente, debemos mirar:

La constitución del niño. ¿Es enfermizo? ¿Tiene mala respiración? ¿Tiene pequeñas enfermedades continuamente? Si el sistema nervioso está bien, la escritura y lectura no tienen que verse afectados sí la vitalidad del niño ha sufrido, es más probable que el sistema nervioso haya sido sobrestimulado.

Problemas de comportamiento en clase y en casa. ¿Están haciendo el entorno y la herencia que el niño "cargue con el caballo en vez de "montar el caballo"?

**Desarrollo de la facultad intelectual.**

A menos que se dé ayuda, es probable que haya un bloqueo en uno ; es anteriores. Si el dibujo de la Varilla Florida también es entonces el problema es profundo y los resultados tardarán un tiempo en aparecer.

Se muestran cuatro ejemplos de la Afinidad Ojo-Color. Mostrando el proceso de cambio durante el tiempo de trabajo con las Clases Extras (véase las ilustraciones 7 a, b, c, d). Observa la versión final 7 d correctamente colocada con formas completas y redondas que ocupan toda la página.

**Afinidad Ojo-*Color: consideraciones adicionales***

Por las conferencias pedagógicas de Steiner[59], sabemos que en los nervios tenemos la expresión física de las fuerzas de la antipatía, de las que surge la posibilidad de nuestra vida conceptual, mientras que en la sangre tienen su raíz las fuerzas anímicas de la simpatía. Estas últimas fuerzas con las que está unida nuestra voluntad. El ojo es el órgano en el que el nervio y la sangre están tan perfectamente equilibrados que son posibles las percepciones visuales objetivas.

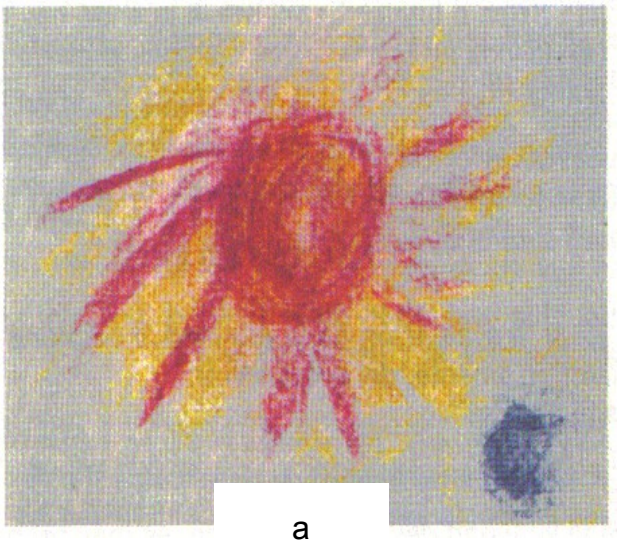
Los colores azul y rojo están sugeridos por estas funciones: la frialdad del azul conectada con el pensamiento y el calor del rojo con la voluntad. ¿A qué ojo pertenecen estos colores? ¿Quién lo sabría? El artista sería nuestro mejor maestro en la investigación. Entre los pintores, sabemos que Turner es quien hizo un estudio profundo de la teoría del color de Goethe. En sus cuadros encontramos una y otra vez que los tonos azules están a la izquierda y que los rojos y amarillos están a la derecha cuando miramos sus paisajes[60]. Sus “investigasiones" normalmente son explicables debido a que el tema esta pintado de noche, por ejemplo, *Fuego en el Támesis.*

Yendo hacia atrás en la historia para ver la colocación de estos colores, llegamos asta la madona, la figura del ser anímico universal de la humanidad. Está vestida de azul y rojo, y del equilibrio perfecto del alma surge la capacidad de llevar al hijo del hombre arquetípico. El pasado nos llega desde la izquierda, todo lo que tiene que ver con el desarrollo de la Tierra; de la derecha vienen los poderes rejuvenecedores de la vida[61]. En este sendero imaginativo, encentra el elemento factual descrito anteriormente en el estudio de Lehr sobre la teoría de los colores de Goethe[62].

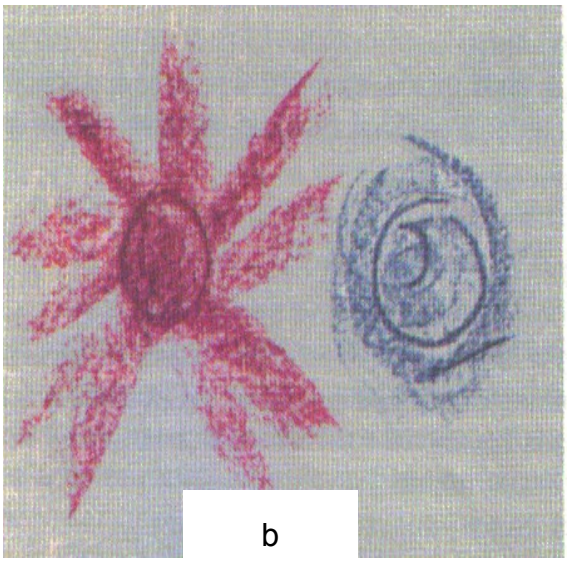
Las consideraciones anteriores apuntan a la afinidad objetiva que tiene el alma hacia estas fuerzas que están objetivadas en el ojo. Cuando revestimos esta afinidad con un dibujo imaginativo, en el niño nos puede mostrar su relación con estas fuerzas que obran en su constitución corporal.

Es muy importante observar la independencia entre la vista, la dominancia y la

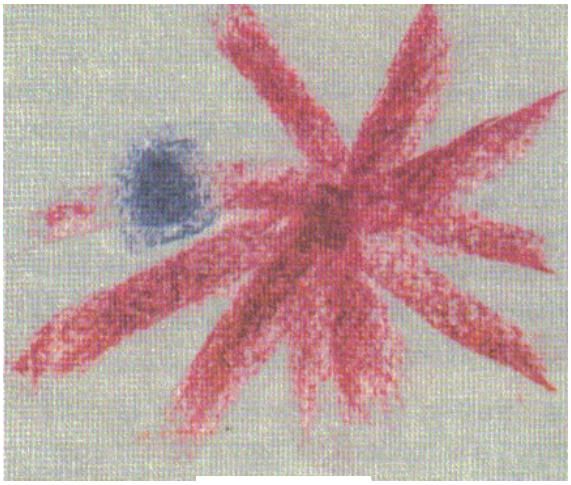
Afinidad Ojo-Color. De ningún modo se condicionan entre ellas. La fortaleza de la vista, la miopía o presbicia, un ojo más fuerte que otro y el astigmatismo tienen que ver con la constitución física y no afectan necesariamente a la elección de la dominancia. Por ejemplo, un niño puede tener un ojo izquierdo con muy vista con una dominancia bien establecida diestra de mano y de ojo. Un niño con una dominancia zurda totalmente establecida puede tener la Afinidad Ojo-Color correcta, como también pueden tenerla los niños con mala vista en uno o en los dos ojos.



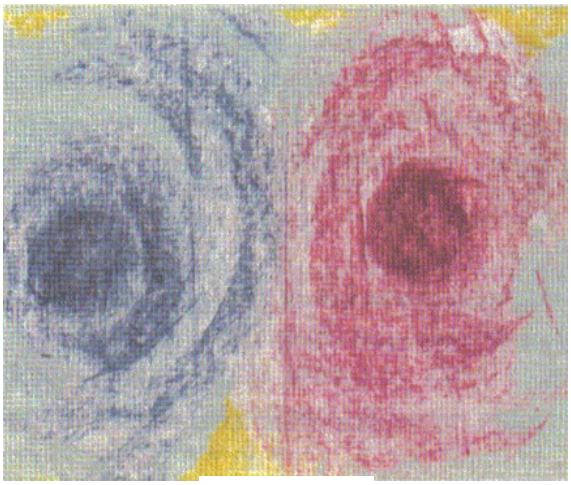
a



b



c



d

La cuestión de la Afinidad Ojo-Color (la relación interna con el espacio) fue sugerida por la prescripción de un médico escolar para cambiar la dominancia ocular de un alumno del ojo izquierdo al derecho. La sugerencia que dio fue que se le debería cubrir el ojo izquierdo con una lente de color y después escribir con un lápiz del mismo color. Esto me condujo a la Afinidad Ojo-Color (azul para el ojo izquierdo, rojo para el derecho) que normalmente se fija entre los 6 y 7 años. Esta actividad de evaluación puede convertirse en un lenguaje vivo para el maestro. Es la respuesta que el niño da a la pregunta no formulada: "¿Puedes introducirte en tu cuerpo? ¿Estás adecuadamente 'despierto' en él?".

## VIII. Espejo (a partir de 9 años)

De pie frente a frente. El maestro dice y hace este ejercicio con el niño, viendo si obedece a la palabra de mando y no a la imagen visual.

A. Con los puños cerrados y los brazos cruzados a la altura del pecho, el maestro hace y dice lo siguiente, y el alumno sigue las instrucciones del maestro:

1. "Mano derecha": mientras estira la mano y brazo derechos separándolos del cuerpo, abre el puño y estira los dedos; vuelve a la posición original.

2. "Mano izquierda": la mano izquierda hace los movimientos correspondientes separándose del cuerpo y vuelve.

3 "Las dos y las dos juntas": a la voz de "las dos", los brazos derecho e izquierdo se descruzan, separándose mientras que las manos se abren como antes; vuelven a la posición original a la voz de "y". Repite esta última secuencia de movimientos con "las dos juntas".

4. Repite del 1 al 3 hasta que se establezca un buen ritmo. V hagas correcciones durante este ejercicio.

B. Usa ahora los pies. Los dos de pie con los pies juntos, el maestro hace y dice lo siguiente, y el alumno sigue las instrucciones:

1. Pie derecho": el pie derecho da un paso a la derecha y de nuevo al centro.
2. Pie izquierdo": el pie izquierdo a la izquierda y de nuevo al centro.

3. "Salto": salta a horcajadas.
4. "Cruzados": salta cruzando los pies.
5. "Salto": salta a horcajadas.
6. "Juntos": salta juntando los pies.
7. Repite la secuencia hasta que se establezca un ritmo.

**C.** Cuando las manos y pies del alumno no hagan directamente en espejo los movimientos del maestro, sino que sigan la instrucción verbal de a qué lado moverse, combina la secuencia A con la secuencia B, usando las palabras siguientes: "Derecha, izquierda, los dos, cruzados, los dos, juntos". Cambia ocasionalmente los movimientos de los brazos: arriba, abajo, luego alternos.

***Consideraciones***

Aunque no es necesario, puede realizarse el ejercicio de Espejo en la primera clase de apoyo educativo para explorar si se ha establecido la independencia entre la audición y la actividad visual[63].

Deja que la actividad de movimiento penetre gradualmente en la conciencia continuando el ejercicio durante un rato, sin hacer correcciones. El alumno oirá la orden de qué lado utilizar cuando los movimientos *elevadores* estén liberados del dominio de los de *estira-miento* (véanse los capítulos 1 y 2).

Es posible que las manos estén flojas, sin conciencia de sus movimientos. Algunos niños con dificultades en la parte superior de los brazos los mantendrán pegados al cuerpo, lo que da como resultado que los crucen y descrucen mecánicamente. Cuando uses este ejercicio como apoyo educativo, exagera los movimientos de tus brazos hasta que el niño los imite. Si los movimientos de las manos son flojos, véase en el capítulo 5 un ejercicio de dibujar y colorear manos (Contornear y Colorear Manos).

## IX. Patrones primitivos de movimiento y los sentidos del tacto, tita), movimiento propio y equilibrio

Algunos niños manifiestan bloqueos sutiles en sus movimientos de motricidad fina y/o

gruesa. Parece haber patrones de movimiento involuntario que interfieren con los movimientos que desea el niño, con la libertad de los movimientos bien coordinados. Normalmente, estas respuestas de movimiento automático (Karl Konig las llamó motricidad heredada"[64]) se integran durante el desarrollo del movimiento en los siete primeros años de vida a medida que el niño se encarna gradualmente en su cuerpo y los movimientos se vuelven más y más coordinados, intencionales y controlados (véase el capítulo 1). Algunas de estas respuestas primitivas de movimiento "quedan inhibidas" (se integran) de forma natural durante el primer año mediante las actividades de arrastre y gateo. Otras son una función de maduración del sistema vestibular (sentido del equilibrio) que registra la atracción de la gravedad de la tierra sobre el cuerpo. El niño comienza a elevarse en contra de la atracción de la gravedad elevando la cabeza mientras está tumbado sobre la espalda o el estómago. En una etapa, el niño está tumbado sobre el estómago y simultáneamente sube la cabeza, los brazos y las piernas rectas hacia arriba (como un pájaro, véase *The Incarnating Child* de Joan Salter). Al final del primer año, el niño es *capaz* de vencer la atracción de la gravedad hasta el punto de que puede ponerse en pie y caminar con libertad. Más tarde, el niño podrá saltar con los dos pies y luego con uno. Hay un conjunto de respuestas primitivas de movimiento que se conocen corno reflejos arcaicos. Éstos forman parte de un área de trabajos de las disciplinas de las terapias física y ocupacional y de la psicología neurofisiológica[65].

Esta área es importante para la educación porque una ligera retención de determinados reflejos puede interferir en la postura y la libertad de movimiento especialmente necesaria para escribir y copiar de la pizarra. En las clases, las malas posturas cuando están sentados están causadas con frecuencia por retenciones sutiles de estas respuestas de movimiento casi imperceptibles. Éstas deben reconocerse como un síntoma que requiere atención ya que el niño de edad escolar normalmente no las supera por sí mismo. Anteriormente se mencionó al niño cuya cabeza sigue los movimientos de las manos te el ejercicio de la Varilla Florida. Otro ejemplo es el del niño que ocupa más espacio que el de su pupitre, invadiendo el territorio de su compañero, porque, al girar la cabeza, el brazo se estira. Para hacer que sus manos se pongan sobre el papel para escribir tiene que extenderse hacia un lado. Algunos niños tampoco sujetan los papeles con la mano no dominante porque el brazo tiende a

doblarse, y disfrazan este movimiento usando el brazo doblado para apoyar la cabeza. También son los niños que con frecuencia se sientan sobre| una pierna doblada encima de la silla.

Estos patrones primitivos de movimiento sutilmente retenidos y/o sentidos del movimiento propio y del equilibrio mal integrados pueden impedir también que la euritmia, la gimnasia y los juegos sean un; experiencia alegre, tanto como para que los niños inventen forma: para no participar en ellas, por ejemplo, portándose mal. Alguno; niños mayores todavía tienen que usar ambas manos para atrapar e balón y son torpes y patosos en los ejercicios con aparatos. Esto puede ser debido a una mala integración bilateral (izquierda/derecha), al no estar todavía completamente superada la barrera de la línea media vertical (véase más adelante). Otros no pueden coordinar los movimientos de los brazos con los de las piernas. Esto puede ser debido a una mala integración arriba/abajo, al estar todavía presente la barrera de la línea media horizontal (véase más adelante).

La retención sutil de las respuestas primitivas de movimiento puede producirse por el desarrollo forzado, por ejemplo, por el use de andadores u otros aparatos de apoyo, antes de que el niño pueda ponerse en pie adecuadamente por su propio esfuerzo. Otras causas son la experiencia insuficiente en las etapas de arrastre y gateo, o su ausencia, y la falta de práctica en levantar el cuerpo verticalmente mediante su propio esfuerzo (véase el capítulo 1). La investigación ha establecido recientemente una complicación adicional que es la del niño que ha integrado con éxito las respuestas primitivas de movimiento y éstas vuelven a presentarse de forma sutil tras haber recibido altas dosis de antibióticos, un accidente en la nuca, una caída o estrés excesivo[66].

La buena integración de los sentidos del tacto, vital, movimiento propio y equilibrio es el fundamento de la maduración de los patrones primitivos de movimiento para "disolver" las barreras de la línea media, el desarrollo de la dominancia, la orientación espacial, la geografía corporal, las destrezas de la motricidad fina y gruesa, el control postural, las capacidades de movimiento ocular, así como el sentido del ritmo, la resistencia y la respiración saludable. Estos sentidos volitivos subconscientes son importantes instrumento mediante los que pueden desarrollarse estas facultades.

La principal integración y maduración de estos cuatro sentidos volitivos tiene gar en el útero y durante los siete primeros años (véase el capítulo 1). Con frecuencia vemos que junto con la mala integración de los sentidos volitivos, el sistema *elevador* del niño está dominado por el sistema de *estiramiento* (véanse los capítulos 1 y 2)[67].

En una conferencia titulada "Los procesos suprasensibles en las actividades de los sentidos humanos", dada el *25* de octubre de 1909 en Berlín, Rudolf Steiner nos cuenta cómo los sentidos vital, movimiento propio y equilibrio están sustentados por los miembros suprasensibles del ser humano que nos fueron otorgados por el mundo espiritual[68]. Describe cómo el *hombre espíritu,* el miembro espiritual del ser humano que se desarrollará en el futuro lejano, interpenetra el sentido vital. El *espíritu* de *vida* obra en el sentido del movimiento propio. El yo *espiritual,* que es la tarea del ser humano para desarroll*ar* en el tiempo presente, sustenta el sentido del equilibrio. Por lo tanto, estos tres sentidos subconscientes, que nos arraigan a la tierra y que nos dan objetividad, son, al mismo tiempo, órganos de perfección espiritual.

**Procedimientos y consideraciones**

**A.** Durante la primera clase de apoyo educativo, uno observa al alumno especialmente en las actividades siguientes:

1. Mientras e! niño dibuja líneas verticales (Prueba de la Cruz y la Varilla Florida) y horizontales (véase "Ingreso a la escuela") sentado al pupitre; observa si los movimientos de la cabeza están ligados a los movimientos de su mano/brazo, de forma que la cabeza sigue exactamente el movimiento de la mano. En las actividades siguientes el maestro demuestra los movimientos (y participa en ellos):

2 Mientras se arrastra sobre el estómago (como una lagartija).

3. A gatas sobre las manos y las rodillas; ¿son los movimientos del niño cruzados (de los lados contrarios), coordinados y rítmicos?

En el arrastre y gateo cruzados se avanza una mano y el pie/la pierna contrarios al mismo tiempo. ¿Usa el niño el dedo gordo de cada pie para empujarse en el movimiento hacia delante al arrastrarse sobre el estómago? El niño que de forma sutil o

clara evitó poner la tripa sobre el suelo, normalmente es sensible al tacto como se observa en otras situaciones. Algunos niños evitan pone: las palmas de las manos sobre el suelo, prefiriendo apoyarse sobre los dedos o ponerlos en garra. Cuando el niño camina como un "cangrejo" o hace la "carretilla", las manos tienden a estar planas sobre el suelo debido al peso del cuerpo; el ejercicio La Lucha es bueno para ponerse sobre el estómago. (Véanse en el capítulo 5, éste y otros ejercicios para los niños con arrastre y gateo no coordinados Véanse también en el capítulo 5 las actividades que involucran a las palmas de las manos: Cubos entre los Dedos, Dar Vueltas a Bolas de Cera de Abeja y Devanar Lana.)

4. "Gatear" con las rodillas y antebrazos sobre el suelo.

Esto revela muchos gestos ocultos que se están manteniendo inconscientemente dentro del cuerpo. Algunos niños "gatean" con la barbilla entre las manos, levantando los brazos apoyándose sobre los codos. Otros aprietan los puños hasta que los nudillos están blancos y "gatean" brazo sobre brazo con las manos pegadas a cuerpo como si llevaran todo hacia el pecho. A veces una pierna queda atrás o no se puede doblar completamente, o los pies estar flojos y se arrastran en vez de involucrar a los dedos de los pies en la acción. La mayoría de los niños experimenta el peso del cuerpo arrastrándose. Con frecuencia, el cuello queda bloqueado entre los omóplatos de forma que es difícil girar la cabeza. Para ayudar en estas situaciones se puede mostrar a los niños el Arrastre de Oruga (véase el capítulo 5).

5. Observa si el niño está atado a la gravedad (indicando un sentido del equilibrio debilitado, sentido que es nuestro "sensor de la gravedad"):

a. ¿Es incapaz de elevar las piernas (o una de ellas) a suficiente altura para pasar una pelota bajo ella, y en su lugar se inclina hacia abajo, hacia la pierna? (véase "Integración Arriba/Abajo").

Además de indicar un débil sentido del equilibrio, esto muestra una mala integración arriba/abajo.

b. Tumbado sobre el estómago, doblando los brazos de forma que los dedos toquen los hombros (los brazos en forma de alas), eleva entonces la cabeza, parte superior del pecho, brazos y piernas rectas (como las plumas de una larga cola); puedes usar la imagen de un águila elevándose.

Los niños que no pueden elevar las piernas rectas, manteniendo los muslos sobre el suelo o doblando las piernas por las rodillas, nos muestran que son incapaces de elevarse de la gravedad. Se espera que esta posición y las siguientes se mantengan durante treinta segundos cada una. Observa si el niño aguanta la respiración debido al esfuerzo exigido. También puede haber un bloqueo estructural del sacro y/o de la columna.

c. Tumbado sobre la espalda, los brazos a los lados, eleva la cabeza para "saludar" a los dedos de los pies. A continuación, eleva la cabeza y dobla las piernas intentando llevar la frente a las rodillas, con los brazos todavía a los lados. Finalmente, eleva la cabeza y dobla las piernas como se acaba de hacer, abrazando ahora las piernas, enroscándose fuertemente como un bicho bola.

Cuando el niño usa las manos para sujetar la cabeza mientras la eleva, inclina la cabeza hacia un lado y luego hacia arriba, o es incapaz de mantener la cabeza levantada durante más de un breve momento, podemos preguntar a los padres si se ha caído golpeándose la cabeza (o la nuca). La dificultad para enroscarse puede indicar también un bloqueo estructural en el cuello, especialmente si el niño apenas puede mantener la cabeza levantada. La habilidad de enroscarse sin usar las manos muestra que el niño puede superar la gravedad en esta posición.
Muchos niños ruedan hacia un lado cuando se enroscan abrazando las piernas. Esto normalmente indica un sentido del equilibrio débil.

6. Véanse en el capítulo 5, en "Ejercicios de Desarrollo Motor", otros movimientos sobre el suelo de posible evaluación.

7. Véanse también en la "Comprobación de la dominancia de pie" otras observaciones respecto al sentido del equilibrio.

8. Uno también puede observar las respuestas del alumno a la cercanía del maestro y a que le toque ligeramente la espalda, especialmente de forma inesperada. Muchos alumnos a los que se envía a clases de apoyo educativo tienen un sentido del tacto

claramente sensible. Con frecuencia experimentan un toque ligero como doloroso y fácilmente se defienden atacando ("defensividad táctil"), incluso acusando a la persona a la que golpearon de haberlos golpeado primero. Éstos son los niños que se pelear fácilmente cuando están en la fila, y en grupo son aparentemente agresivos. Normalmente son sensibles a los sonidos que hay a su alrededor e intentarán bloquearlos hablando rápidamente todo el tiempo, a veces en voz baja, o haciendo ruidos. Con frecuencia son también sensibles a los olores y serán los primeros en protestar sobre la pintura "maloliente" que lleva un tiempo en el armario de pintura.

Mediante la observación cuidadosa de los movimientos y la postura de los niños, por el modo en que se sientan y mueven en la escuela, podemos ver si sus movimientos están inhibidos por la retención sutil de estas respuestas automáticas o por la mala integración de los sentidos táctil, vital, movimiento propio y/o equilibrio. Con la experiencia se vuelve más fácil darse cuenta de cuándo están los alumnos obstaculizados por la falta de integración de los cuatro sentidos volitivos. Si parece que hay dificultades persistentes con los patrones primitivos de movimiento, o los sentidos del tacto, movimiento propio (propiocepción) y equilibrio (sistema vestibular), puede buscarse el consejo profesional de ¡os terapeutas físico y ocupacional. Se ha comprobado que su especialidad en Integración Sensorial es de mucha ayuda en la integración lúdica de estos bloqueos de movimiento[69]. En el capítulo 5, "Ejercicios para apoyar una mayor integración de los patrones primitivos de movimiento", se dan algunas actividades y juegos que apoyan la integración de los patrones primitivos de movimiento y fomentan el desarrollo de los sentidos volitivos. Como se mencionó anteriormente, todos los ejercicios de este libro trabajan recapitulando el desarrollo de los siete primeros años.

El sentido vital (que está relacionado con la resistencia, la respiración y el bienestar orgánico) se ve fortalecido por la buena alimentación, el sueño saludable y abundante, los ritmos diarios/semanales/estacionales regulares, y un equilibrio entre las actividades de motricidad gruesa (al aire libre) y las actividades artísticas de motricidad fina (música, pintura, dibujo, modelado, manualidades). Cualquier desequilibrio constitucional debe ser tratado por un médico antroposófico. Los "Ejercicios para el desarrollo del sentido del ritmo con armonización del espacio corporal y la respiración" (véase capítulo 5) son también actividades que apoyan este sentido.

## X. Barreras de la línea media

**A.** *Barrera* de la línea media horizontal (a partir de 6 años) Una forma de descubrir si la retención de esta barrera está interfiriendo con los movimientos del alumno es pedirle, esta vez sin mostrárselo, que:

1. Pase por un aro grande que se mantiene en posición vertical apoyado en el suelo.

2. También se puede pedir que recoja algunos objetos que están en el suelo.

3. Otra forma de observar la posible retención de esta barrera es hacer que el niño toque diferentes partes del cuerpo por debajo de la cintura con las instrucciones de geografía corporal que se dan a continuación para observar la posible retención de la barrera de la línea media horizontal. Al niño se le puede pedir que use las dos manos para tocarse los pies, tobillos, talones, dedos gordos de los pies, quintos dedos de los pies, espinillas y/o rodillas.

### Consideraciones

Si esta *barrera* permanece, con frecuencia como un obstáculo casi imperceptible en el sistema de movimiento, el alumno normalmente elegirá bajar el cuerpo doblando las rodillas y agachándose que doblarse hacia delante por la cintura para pasar por el aro, recoger el objeto, o tocar las partes del cuerpo por debajo de la cintura.

Debido a esta barrera invisible, un niño pequeño se agacha sin doblarse por la cintura para recoger una concha de la playa. Esto es normal hasta los cuatro años aproximadamente, y después el niño se dobla a con naturalidad por la cintura. Cuando los escolares siempre quieren llevar cinturones (apretados) o atarse un jersey a la cintura, es posible que estén empezando a experimentar la línea media horizontal. La barriga saliente (como la del niño pequeño) con frecuencia desaparece cuando el escolar integra esta barrera de la línea media Si esta barrera permanece activa en un niño mayor, éste tiene dificultades para conectar la parte superior del cuerpo con la inferior Los movimientos de sus piernas pueden parecer patosos, y puede haber tendencia a tener los pies planos. Esto no siempre interfiere con el trabajo escolar normal. La retención de esta barrera es especialmente notable en las clases de euritmia, gimnasia o juegos.

Los "Ejercicios para desarrollar la geografía corporal" (en el capítulo 5) dan al alumno la oportunidad de *cruzar* la *barrera* de la línea media horizontal. Es importante que el maestro haga hincapié en que los alumnos mantengan los pies sobre el suelo y "entren en e mundo al revés" doblándose hacia delante y mirando la habitador con la cabeza hacia abajo al tocar las partes del cuerpo por debajo de la cintura.

**B. *Barrera* de la línea media vertical (a partir de 8 años)**

Para comprobar la posible retención de esta *barrera,* el maestro *nc demuestra* cómo se hace lo siguiente:

1. Di al alumno que *use las dos manos para:*
    - Tocar la cabeza.
    - Tocar los hombros.
    - Tocar las rodillas.
    - Tocar la cintura.
    - Tocar los codos.
    - Tocar las orejas.
    - Tocar la frente.

2. El maestro también puede pedir al alumno que mantenga las manos y los brazos estirados hacia delante y que trace pequeñas circunferencias en el aire con las manos, haciéndolas gradual mente cada vez más grandes.

3. Observando, en la primera clase de apoyo educativo, la espalda del alumno al realizar las diferentes actividades sobre el pupitre, puedes ver si tiende a apoyarse hacia un lado o girar el tronco c girar el papel 90 grados para evitar trabajar en la línea media vertical (o frente a ella).

**Consideraciones**

1. A la orden de que se toque los codos, si la línea media vertical está completamente retenida, intentará tocarse los codos flexionando las muñecas, intentando alcanzar con los

dedos el codo del mismo lado. Si la barrera sólo está integrada parcialmente, el alumno dudará, tocará entonces primero un codo con la mano contraria y luego el otro. Con la barrera de la línea media vertical completamente integrada, las manos del alumno alcanzarán simultáneamente los codos opuestos atravesando la línea media. Esta actividad de evaluación no es de utilidad si a los niños se les ha enseñado previamente a tocarse los codos de esta forma.

2. Observa si el alumno cruza las manos, o incluso antebrazos, cuando mueve los brazos haciendo grandes circunferencias. El alumno con la barrera de la línea media vertical retenida tiende a evitar cruzarla. Puede cruzar ligeramente las manos unas pocas veces, pero no los brazos.

3. Éstas y otras observaciones confirmarán la presencia de la retención de la barrera de la línea media vertical, mostrando también al observador el grado en que esta *barrera* inhibe al alumno. Este "muro" vertical invisible, que pasa por el centro del cuerpo, lo divide en las mitades izquierda y derecha. Está presente en el niño pequeño para hacer posible que se desarrollen ambos lados del cuerpo. El niño pequeño usará la mano derecha para recoger algo a su derecha y la mano izquierda para recoger algo a su izquierda, Raramente *cruzará para* recoger algo a su izquierda con la mano derecha, ni algo a su derecha con la mano izquierda (véase el capítulo 1 e integración Izquierda/Derecha"). Esta *barrera* debe haber desaparecido a la edad de siete años.

Cuando esta barrera de la línea media está retenida en el escolar con frecuencia tiene problemas con la escritura. El alumno diestro puede poner el papel en el extremo derecho del pupitre para mantenerlo a un lado de la línea media, apoyarse o girar el tronco hacia la izquierda, girarse en la silla y sentarse a un lado del pupitre, o girar e papel, todo ello para evitar trabajar en la línea media o cruzarla.

Con frecuencia la lectura es un problema ya que los ojos tienen que cruzar continuamente la línea media mientras leen una línea y izando vuelven para leer la línea siguiente. A menudo se observan dificultades para que los ojos crucen la línea media en la comprobación de los movimientos oculares. Es posible que el alumno parpadee

involuntariamente cuando los ojos crucen la línea media vertical, los ojos también pueden dar un tirón con un movimiento sutil y delicado, y/o pueden perder el objeto que están siguiendo al llegar a esta línea media.

Los niños que no cruzan la línea media vertical con libertad olvidan con facilidad las "llevadas" en la suma y lo que "pides prestado" en la resta. También es posible que lo pasen mal poniendo los números en columnas rectas al hacer divisiones largas. A estos niños les gusta el papel con líneas para girarlo o el papel con una cuadrícula adecuada para los problemas de matemáticas. Entonces pueden resolver los problemas con menos errores.

Muchos de los ejercicios de este libro apoyan la integración de esta barrera de la línea media. Es especialmente bueno el Ejercicio de la Estrella Numérica (véanse otras actividades en el capítulo 5). El maestro de apoyo educativo puede sugerir que se usen actividades integradoras de la línea media en casa, en clase y en el jardín. El padre o maestro debe asegurarse de que estas actividades involucren a ambas manos en la línea media vertical o cruzándola (véase el capítulo 5).

## XI. Movimientos Oculares (a partir de 7 años)

Observa si los ojos del niño se pueden mover con libertad en todas las direcciones cuando mire la punta de tu dedo o la punta de un lápiz.

1. Mantén el lápiz a unos 25 cm de la cara del alumno y haz circunferencias en sentido horario y antihorario, lenta y regularmente.
2. A continuación, haz movimientos horizontales y diagonales de derecha a izquierda y de izquierda a derecha.
3. Aleja el objeto, luego acércalo, manteniéndolo a una distancia de 3 a 5 cm del puente de la nariz durante un rato para ver si los dos ojos se mueven a la vez.

**Consideraciones**

El parpadeo excesivo, lagrimeo, las paradas o los tirones en la rotación uniforme del ojo, o la incapacidad de uno o de los dos ojos para moverse a la vez a medida que se acerca el objeto, normalmente indican desequilibrios musculares en los delicados músculos oculares.

Las dificultades de los músculos oculares pueden ser debidas a problemas vestibulares (sentido del equilibrio), retención de la barrera de la línea media vertical, sentido del movimiento propio débilmente integrado o a una situación que necesite el examen de un optometrista experimentado en terapia visual[70]. Los ojos que parpadean, se paran dan tirones o pierden el objeto en la línea media normalmente se observan en niños que todavía no han integrado completamente la barrera de la línea media (véase la actividad anterior de evaluación, X). A menudo, un niño con un deficiente control muscular ocular moverá cabeza en vez de desligar los movimientos oculares para que sigan al objeto en movimiento. Si éste es el caso, pide al niño que ponga las manos en la barbilla, "bloqueando" de este modo la barbilla para que se muevan los ojos sin que lo haga la cabeza. Cualquiera de estas dificultades con los movimientos oculares puede afectar al proceso de reflexión en espejo en la lectura y a la coordinación ojo-mano en la pintura. Se debe examinar la agudeza visual del niño y tratarse cualquier cosa que sea necesaria al respecto (véanse los ejercicios correctivos del capítulo 5). Los niños de diez años o más con dificultades continuas con los movimientos oculares, deben ser examinados por un optometrista del desarrollo por si necesitaran terapia visual[71].

**XII. Integración Arriba/Abajo:**

**Lanzamiento de Saquito de Frijoles o de Pelota (a partir de 7 años)**

Da al alumno un saquito de fréjoles. Para el niño pequeño, usa una imagen como la de pasar el saquito de fréjoles por un túnel. Para el de más edad, en la primera clase se usa un saquito de fréjoles para darle confianza. En las clases siguientes, usa pelotas blandas. De muestra y dile lo siguiente:

1 Mantén el saquito de fréjoles en la mano derecha; luego, lanza al aire el saquito por debajo de la pierna derecha y atrápalo con la otra mano.

2 Ahora lanza al aire el saquito bajo la pierna izquierda y atrápalo con la mano derecha.
3. Establece un ritmo haciendo, por ejemplo, que el alumno cuente números o diga las tablas.

**Consideraciones**

¿Es torpe? ¿Tiene que hacer un esfuerzo consciente? Si el alumno tiene dificultades para coordinar los movimientos de mano/brazo con los de las piernas, también observamos con frecuencia que no ha integrado completamente la barrera de la línea media horizontal. Las fuerzas del niño no han penetrado hasta llegar a los pies.

¿Puede elevar la pierna a suficiente altura para lanzar al aire e saquito de frijoles bajo ella, o se inclina hacia abajo hacia la pierna. Esto último es una señal del abrumador efecto del sistema de *estiramiento* yendo hacia la gravedad, y la incapacidad de equilibrar este con el elemento *elevador.* ¿Pierde el equilibrio cuando eleva la pierna, manteniendo por tanto ambos pies en el suelo y se inclina hacia abajo al intentar pasar el saquito de frijoles bajo la pierna?

Después de un rato, ¿tira cruzado, es decir, la mano derecha lanza bajo la pierna izquierda y viceversa? Si es así, entonces el alma-espíritu está impactando demasiado fuertemente en la organización vital-física, debilitando al cuerpo etéreo (mira los resultados de dibujo de la Afinidad Ojo-Color para ver la correlación).

La forma en que el alumno realiza este ejercicio determinará la necesidad de utilizarlo en las clases de apoyo educativo. El alumno usa entonces las direcciones adecuadas para los movimientos y habla y se mueve simultáneamente (poema rítmico o decir las tablas). Cuando el alumno pueda realizar este ejercicio con facilidad, usa el Ejercicio Arriba/Abajo con Dos Pelotas.

## XIII. Integración Izquierda/Derecha: Lanzamiento de Saquitos de réjoles o Pelotas (a partir de 7 años)

En la primera clase usa saquitos de frijoles para dar confianza. En las clases siguientes, usa pelotas blandas, excepto para los niños más pequeños. Manteniendo un saquito de frijoles en cada mano, demuestra y di al alumno lo siguiente:

1. Lanza al aire un saquito de fréjoles.
2. Pasa el otro saquito de frijoles a la mano vacía.
3. Atrapa el saquito de frijoles que baja con la segunda mano.
4. Continúa.
5. Después de un rato, cambia la dirección, lanzando el saquito de frijoles al aire con la otra mano.

### Consideraciones

Cuando se ha superado la etapa ambidiestra y se ha conseguido la integración bilateral, el alumno puede hacer este ejercicio realizando cada mano su tarea: la mano que lanza al aire moviéndose hacia arriba y la otra mano cruzando la línea media vertical, girando la palma hacia abajo para dar el saquito de frijoles a la mano que recibe. Estos movimientos concretos llevan las manos a la gravedad y fuera de ella de manera rítmica. Este ejercicio hace al alumno consciente de su izquierda y su derecha en movimientos *elevadores* (véase movimientos de *elevación y estiramiento).*

Con frecuencia se lanzan al aire las dos pelotas a la vez, mostrando que la voluntad del alumno no penetra en el cuerpo. Es posible lance bien la pelota hacia arriba con la mano derecha primero, al invertir la secuencia (como en el 5), la mano derecha siga el movimiento de la mano izquierda, mostrando que el lado derecho no es pendiente de la actividad del izquierdo; por lo tanto, !a voluntad del individuo no está al mando de la situación corporal. También ocurrir lo contrario, el izquierdo dominado por el derecho, situaciones indican que el alumno está detenido en la etapa ambidiestra de desarrollo, de dos lados (simetría)

(véase el capítulo 1) Los movimientos de las manos del niño pequeño tienden a hacer-; espejo hasta la edad de cinco años aproximadamente. La integración bilateral se desarrolla a medida que la línea media vertical más libremente; entonces puede establecerse la dominancia completamente. Gradualmente las dos manos pueden actuar independientemente y, sin embargo, integradas entre ellas, sin hacer una los movimientos en espejo de la otra, como cuando sujetamos relajadamente una barra de pan con una mano mientras que con la otra la cortamos con cuidado.

Podemos ver en qué medida algunos niños han llegado a estar influidos por los movimientos de *estiramiento.* "Sobreequilibran" estos movimientos, como se observa cuando atrapan la pelota en el aire con un movimiento de agarre de la mano hacia aba)o. Esta necesidad de *agarrar* impresiones sensoriales puede rectificarse con el Ejercicio de Girar las Bolas y el Ejercicio de Botar Pelotas (véase el capítulo 5).

Mira sus ojos. ¿Siguen la pelota o miran fijamente al frente? Esto nos da una indicación de la fortaleza de la coordinación ojo-mano, lo involucrados que están los ojos en los movimientos de las manos. (Véanse en el capítulo 5, "Ejercicio de Pelotas Izquierda/Derecha", otras consideraciones sobre este ejercicio.)

Estos dos últimos ejercicios de evaluación (XII y XIII) sirven también para corregir la condición que revelan.

**XIV. Imagen general de la situación del niño: dibujo de Persona-Casa-Árbol (a partir de 7 años)**

Este dibujo, si se hace bajo las circunstancias siguientes, nos da una imagen general de la geografía corporal del niño, de la orientación espacial y del desarrollo de la lateralidad. Confirma lo que hemos descubierto sobre el niño en las actividades previas. La casa es el arquetipo compuesto de un cuadrado y un triángulo: el cuerpo y el alma. Los detalles de esta casa, ventanas, chimeneas, humo, puerta y sendero, muestran la imagen estructural objetiva del cuerpo. La *persona* nos da una imagen de la organización anímica tripartita del cuerpo; si las fuerzas formativas del alma que fluyen en la construcción del cuerpo han terminado su trabajo. Una figura bien

definida (cabeza, parte superior e inferior del tronco y extremidades: el cuerpo tripartito) muestra una integración armoniosa de las fuerzas que trabajan dentro del cuerpo de fuerzas formativas que ahora, después del cambio de dientes, deberían estar libres para actividades de aprendizaje. El *árbol* tiene varias connotaciones; generalmente la del sistema respiratorio, dentro de éste el elemento nervioso, y (el árbol con manzanas) la riqueza de regalos que el alma puede traer a su vida actual. Ernst Marti, en su bella y clara explicación de la diferencia entre el cuerpo etéreo como tal y el cuerpo de fuerzas formativas, nos da otras observaciones que podemos aplicar al modo en que se dibuja el árbol[72].

Cuando miramos la imagen completa, vemos si la orientación espacial se ha desarrollado de forma satisfactoria. ¿Está la casa sobre el suelo? (experiencia de la tierra). ¿Está el hombre a un lado de la casa y el árbol al otro lado? (experiencia de izquierda y derecha). ¿Hay cielo y suelo? (experiencia de arriba y abajo). ¿Hay una dimensión de delante y detrás con algo delante o detrás de la casa, persona o árbol? ¿Hay chimenea?, ¿sale humo de ella? (lo que denota actividad en la casa, en la voluntad). Al observar a los niños y sus dibujos, uno aprende a "leerlos"[73]. La experiencia muestra que algunos niños de los primeros grados que usan bloques de cera para hacer el dibujo de Persona-Casa-Árbol tienden a cubrir el espacio disponible con trazos rápidos y anchos que no muestran claramente las formas arquetípicas, como el triángulo y el cuadrado. Cuando los escolares pequeños usan bloques de cera, en algunos se puede observar falta de cuidado; con frecuencia, terminan rápidamente el dibujo y te lo entregan minutos después de empezarlo. Cuando los niños de primero, segundo y tercero usan lápices de cera, normal-mente se observan más formas en espiral (árboles, humo, nubes), más detalles, la tripartición de la figura y más aspectos de la casa.

***Procedimientos***

Proporciona una gama completa de lápices de cera y de colores (rojo violeta, azul violeta, rojo carmín, rojo bermellón, naranja, rosa, negro, gris, blanco y dos tonos de los colores marrón, amarillo, verde y azul). Pon el papel A-4 en posición apaisada delante del alumno.

**A**. Antes del dibujo, para que no obtengamos un dibujo "imaginativo", sino una huella de la relación del niño con su cuerpo y con el espacio que le rodea, le pedimos que haga los ejercicios siguientes; *éste* es un *preludio esencial para hacer que el alumno realice el dibujo de Persona-Casa-Árbol.* Con los niños más pequeños, el maestro demuestra y sigue haciendo todos los ejercicios. Se puede dejar que los niños mayores continúen la secuencia ellos solos; de este modo, el maestro puede observar si el niño mantiene el ritmo y las direcciones sin imitar al maestro.

1. Salta tan alto como puedas tres o cuatro veces.

2. Luego, comienza esta secuencia, de pie:

a. Da una palmada alternativamente delante y detrás de la espalda mientras cuentas en voz alta hasta 10 (un número por palmada).

b. Da una palmada alternativamente por encima de la cabeza, detrás de la espalda mientras cuentas en voz alta hasta 10 (un número por palmada).

c. Da una palmada alternativamente por encima de la cabeza y delante del cuerpo, mientras cuentas en voz alta hasta 10 (un número por palmada).

d. Da una palmada por encima de la cabeza, detrás de la espalda, luego delante del cuerpo, en este orden, contando hasta 12 (un número por palmada).

3. Luego repite los cuatro pasos de esta secuencia mientras se cuenta en voz alta, dando palmadas y saltando al mismo tiempo

**B.** Ahora pide al niño que haga un dibujo que contenga una persona, una casa y un árbol, y cualquier otra cosa que le guste para realizar un dibujo bonito.

**Consideraciones**

A. Los niños que invierten las direcciones del movimiento para dar palmadas, con frecuencia también invierten las direcciones del moví miento en otras actividades de evaluación. Éstos son normalmente los niños cuyo sistema de estiramiento domina al sistema elevador. Si los niños tienen dificultades para coordinar las palmadas, saltar y contar, la barrera de la línea media horizontal puede estar interfiriendo.

B. Observa cómo sujeta el niño el lápiz de cera o de color: ¿alguna tensión, tendencia a estar flojos o posición torpe de los dedos? Compara esta prensión con la del lápiz cuando escribe (véase el II, "Escritura", y la ilustración 1). ¿Con qué mano toma el niño el lápiz de cera o de color, y con qué mano dibuja? ¿Da la vuelta al papel, o puede mover con flexibilidad las articulaciones de los dedos, mano, muñeca, ante brazo y brazo para dibujar las diferentes curvas y formas de su dibujo? ¿Qué dibuja en primer, segundo y tercer lugar? ¿Dibuja la persona empezando por la cabeza hacia abajo? ¿Se sienta derecho con el papel exactamente delante de él? ¿Qué hacen sus pies? ¿Mueve la mandíbula o la lengua? ¿Mueve la cabeza a la vez que la mano?

Muchas de estas observaciones confirman lo que hemos visto anteriormente en la clase de evaluación. Las dificultades con la postura, los pies alrededor de las patas de la silla, la cabeza ligada a los movimientos de la mano y las prensiones torpes del lápiz normalmente señalan una integración incompleta del sistema postural sentidos del movimiento propio y equilibrio) y de los patrones primitivos de movimiento. Las prensiones torpes o tensas también indican un desarrollo inmaduro de la motricidad fina (de la mano). Éstos son los niños que han desarrollado de forma incompleta su geografía corporal y con frecuencia también tienen una mala orientación espacial[74].
Cuando la postura y la prensión del lápiz son deficientes, como se rescribió anteriormente, es importante que un médico osteópata lleve a cabo un examen para descartar bloqueos estructurales. Cuando el alumno recibe terapia sacrocraneal, se recomiendan las Clases Extras junto con esta terapia para reeducar el sistema de movimiento. Son de especial ayuda los ejercicios del Gran Gateo, la Espiral Tripartita, la Línea Recta y Lernniscata en Movimiento, así como los ejercicios de las Bolas de Cobre y del Triángulo Rectángulo (véase el capítulo 5). Cuando el desarrollo de la motricidad fina se encuentra retrasado, se debe alertar a los maestros y padres de que niño necesita hacer con regularidad actividades artísticas y manualidades, así como tareas y actividades domésticas (en la cocina) y en clase. Algunas sugerencias de actividades integradoras para las manos son cortar con tijeras, papiroflexia, coser, convertir la lana en fieltro, hacer punto (con los dedos), hacer masa para cocinar, o modelar arcilla, limpiar zapatos, escurrir trapos y lavar

platos a mano. Ya que el niño usa ambas manos en la línea media, estas actividades también sirven para la integración de la barrera de la línea media vertical (véase anteriormente "Barreras de la línea media" y el capitulo 5).

**Ejemplos de interpretaciones de los dibujos de Persona-Casa-Árbol**

Debe entenderse que las siguientes indicaciones para la "lectura" es dibujos de Persona-Casa-Árbol sólo son aplicables cuando se -echo los dibujos bajo las condiciones siguientes: al final de la de evaluación y precedidos de la secuencia espacial dar pal-cas-contar-saltar, como se describió anteriormente. Esto también id ?a en la situación de "prueba rápida" (véase más adelante) [75].

Los dibujos de las ilustraciones 8, 9 y 10 son de tres chicos, llamémosle Tom (7 años y 9 meses), Dick (10 años y 4 meses) y Harry (12 año). Dick vino de un colegio estatal un año antes. Tuvo un buen comienzo, pero luego dejó de progresar y estaba retraído. El psicólogo escolar consideraba que su estado emocional estaba causado por la conmoción por la muerte de su amigo y el tratamiento hospitalario después de un accidente. La escritura de Tom era grande e insegura con muchas inversiones Los otros dos chicos tenían una letra muy puntiaguda y, en el case de Harry, era ilegible. Tom y Dick tenían dominancia cruzada; Harry era completamente zurdo. La elección de extremidades de los tres (en la evaluación del Patrón de Dominancia) era rara, como también lo eran las secuencias de movimiento en este ejercicio de evaluación. Los dibujos de la Afinidad Ojo-Color estaban invertidos. Los ejercicios de la Varilla Florida tenían "cuello de botella": todas las líneas se cruzaban en un punto, y los de Dick y Harry estaban cerrados en la parte de arriba.

**A**. Dibujos de Tom

La casa como arquetipo geométrico consta de un cuadrado (los cuerpos físico y etéreo) y un triángulo (el alma-espíritu). En el primer dibujo de Tom (véase la ilustración 8 a), están definidos estos dos arquetipos, pero la casa tiene el mismo gesto de movimiento que la figura. No hay entrada o salida, ya que omite las puertas y ventanas. No sale humo de la chimenea.

La persona (un hombre, como es normal en los chicos) no muestra el desarrollo tripartito completo de la etapa preescolar. cabeza, parte superior del cuerpo y brazos, parte inferior del cuerpo y piernas). Aquí el cuerpo es un rectángulo, y los brazos salen formando ángulos extraños, como si en un lado sintiera la cruz griega (+) y en el otro la cruz latina (t). Estas dos son etapas arquetípicas y aquí están en conflicto entre ellas. Observa cómo destaca la "inversión" del rojo y del azul, así como en su dibujo de la Afinidad Ojo-Color.



*Ilustración 8a, b:* Dibujos de Tom

Tom comenzó a dibujar el hombre a partir de las piernas, que salen hacia fuera en un ángulo extraño. Tom también movía las piernas de forma anormal como resultado de un accidente. La elección del rojo violeta muestra que es consciente del fluir hacia abajo de las fuerzas de la vida, pero que no llegan a sus pies. Hay manos, pero están dibujadas según la etapa de los 5 años. Superficialmente, parecería que el sombrero es la cosa más natural que puede dibujar un niño, pero la experiencia nos dice otra cosa. Indica que hay algún bloqueo del fluir de las fuerzas formativas de la cabeza al tronco (por ejemplo, debido al caos de impresiones sensoriales meros años; véanse los capítulos 1 y 2).

El árbol como arquetipo está conectado con las múltiples del sistema rítmico; en este caso, su estructura. No hay hojas, que el alma no se está integrando con fuerza suficiente en les pos etéreo/físico, y el gesto de las ramas es errático y sin armonía
Desde el punto de vista espacial, el dibujo es inmaduro. Las dimensiones arriba y abajo sólo están indicadas. A partir de la posición del hombre, hay una sugerencia de delante y detrás, pero está cercado por la casa y el árbol. Tenemos el dibujo de un desarrollo detuvo a los 5 años.

El elemento enigmático del primer dibujo es el gancho que en el cuello. Al preguntarle, supimos que cuando tenía 5 años se había caído de la cama y roto la mandíbula. Se sugirió viera un osteópata, y el examen mostró que la lesión de la bula había resultado en un mal ajuste de los huesos del cuello que estaba causando una sutil disfunción del sistema nervioso.

El segundo dibujo de Tom (véase la ilustración 8 b) lo hizo más tarde, después del tratamiento del osteópata. No se leí dado apoyo educativo individual más allá del trabajo del tutor. Cambió todo: la figura, el árbol y la casa. Lo que muestra el mayor desarrollo adicional es la casa (el cuerpo).

Sale humo de la chimenea y la casa tiene ahora una venta. Las ventanas son un nexo de unión entre las experiencias internas y externas de los sentidos. Su número también nos indica cómo la vida del alma expresa su conexión con el cuerpo. El alma se expande a la experiencia del cosmos durante el sueño; las fuerzas zodiacales que el alma experimenta se reflejan en los cuerpos físico y etéreo. Una ventana muestra que esta experiencia permanece en el alma (el triangulo de la casa), y no es capaz de penetrar en la voluntad/metabolismo. Por lo tanto, el yo permanece en una condición “dormida” en relación con su voluntad para encarnarse. No hay cruz en la ventana por lo que las impresiones sensoriales están abrumando al alma. Las nuevas fuerzas vitales (el rojo violeta del marco de la ventana) intentando fluir, pero son retenidas por el azul violeta (dentro de la ventana).

El nuevo dibujo de Tom es mucho más completo que el anterior, sin embargo el hecho, que no haya suelo, manos, pies, ni puerta, y el sombrero en la cabeza, nos muestra que Tom se beneficiaría de un período de apoyo educativo con la Clase Extra.

**B.** Dibujos de Dick

El dibujo de Dick (véase la ilustración 9 a) es muy pobre, incluso después de un año en una escuela Waldorf. No hay cielo coloreado y sólo una fina línea de tierra. La figura, la casa y el árbol están justo en el borde del papel, de forma que no hay elemento espacial de la voluntad de delante y detrás. El árbol es la "línea de la vida", e incluso ésa es débil. Retrata el camino hacia la organización respiratoria (los conductos del aire), pero sólo de forma tenue. El área de los pulmones se muestra en el verde que lo rodea.

La casa sólo está presente a medias. Se está convirtiendo en un motivo más frecuente. En la casa no hay una huella arquetípica real (triángulo y cuadrado, puerta, chimenea). Hay una ventana con una cruz tosca. Aunque fundida en la casa (no hay línea entre el tejado y el cuadrado de la casa), el alma está intentando protegerse a sí misma (cruz en la ventana) de ser abrumada por las impresiones sensoriales. Tanto la casa como la figura están en marrón oscuro. Los niños usan este color cuando tienen un exceso de "fuerzas antiguas", por ejemplo, una herencia del pasado actuando fuertemente, hábitos e instintos antiguos, etc.

De nuevo la figura es muy primitiva; ni siquiera una natural del tipo de "etapa joven". No hay manos ni pies, y sólo se distingue la boca (mandíbula). Date cuenta de la observación de Steiner de que la mandíbula inferior y su sistema muscular recibe todo lo que se vierte espiritualmente desde la cabeza[76]. Ahora, mira al conjunto de la cabeza sobre el cuello y los brazos. Sabiendo de su accidente, de nuevo pedimos que se le hiciera un examen estructural. En este caso la radiografía mostró que había una vértebra desplazada en la región interior del cuello. Después del tratamiento osteopático (sacrocraneal), Dick dijo: "Oh mamá, ¡ahora me siento tan libre!". Se continuó el trabajo de la Clase Extra de tal forma que pudiera "reeducarse la

coordinación corporal, y el psicólogo escolar y los maestros dieron el resto de la ayuda que fue necesaria.

El segundo dibujo (véase la ilustración 9 b) se hizo un año más tarde (el cuarto de una serie muy interesante). Ahora está presente el espacio tridimensional. El árbol está floreciendo. Ahí está el triángulo del tejado separado de las paredes. El color de esta estructura y el árbol han cambiado a un tono de marrón más saludable. Las dos ventanas nos dicen que el alma está ocupada transformando el cuerpo bipartito de la herencia (cabeza-tronco)[77]. La puerta tiene un tirado y una ventana. En un dibujo anterior (que no se muestra), los colores del interior eran azul y rojo. El rojo violeta de las nuevas fuerzas de la vida está en plena actividad en la casa y en el jardín. Ha aparecido un sendero hasta la puerta, y se acerca una figura; es una mujer (los lectores que hayan leído la primera parte de La educación de Steiner, comprenderán esto). Dick no ha penetrado completamente el cuerpo físico con las fuerzas de su voluntad; todavía no hay chimenea, pero brilla el sol, la figura tiene manos y pies, y el elemento azul violeta (un color que siempre denota tensión del alma o ansiedad) está cambiando al verdadero rojo violeta de las fuerzas de la vida.

**C.** dibujos de Harry

Se muestra en cierta medida la orientación espacial (conciencia de izquierda/derecha, arriba/abajo, delante/detrás), siendo débil la de izquierda/derecha (véase la ilustración 10 a). La lateralidad no se ha establecido firmemente; el árbol domina la imagen; es un árbol “aéreo” sus raíces sólo tocan el suelo. En este árbol vemos el impacto de la respiración (alma) en su vehículo del sistema nervioso. El notable verdor es una señal del elemento intelectual. Harry siempre tenía una respuesta. Sabía dónde estaba cualquiera o cualquier cosa en casa, pero no podía encontrar su propia nariz.

La casa está "hueca", con las ventanas "flotando" en la pared (observa que las ventanas son rojo violeta y la puerta roja). Falta la estructura del triángulo y del cuadrado, estando las dos fundidas. El azul violeta nos habla de una responsabilidad

del alma demasiado temprana (Cuando Harry tenía tres años, nació un hermanito minusválido). La falta de humo muestra que las fuerzas de la voluntad no están completamente involucradas en el metabolismo.

La figura está más alta respecto a la tierra que el árbol, pero es tripartita. El azul/verde puede tener connotaciones temperamentales (flemático, melancólico). La cabeza roja sugiere una aguda actividad sensoria, y el gesto de la figura indica un problema de equilibrio. Rodear el sol de esta forma, aislándolo del cielo, indica una situación de celos.

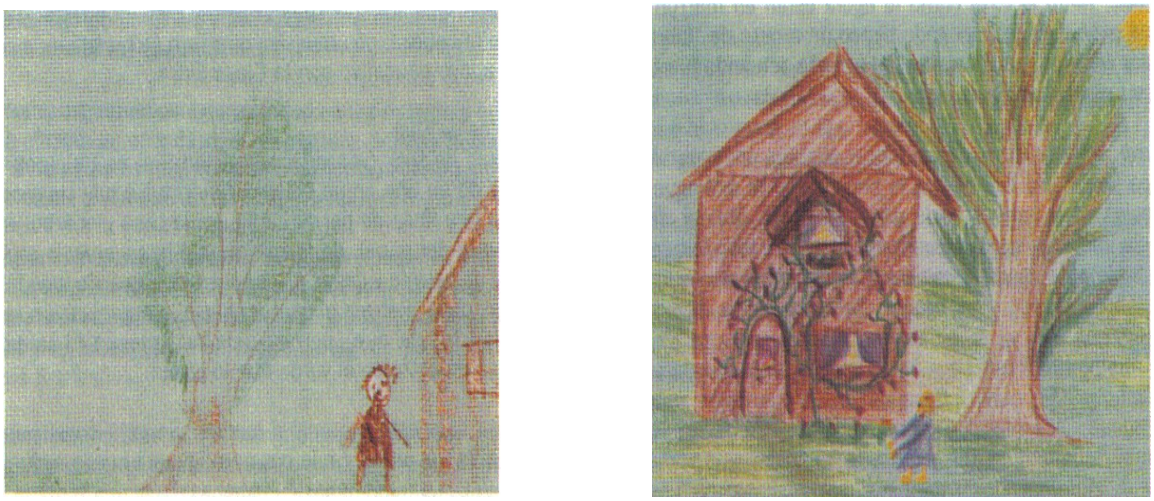


*Ilustración 9a, b:* Dibujos de Dick

El segundo dibujo (véase la ilustración 10 b), dibujado 10 meses más tarde, muestra un gran cambio. El árbol es sólido y está conectado a la tierra. El tronco y la copa están diferenciados, con el tronco formando ramas y la copa dibujada con movimientos en espiral. La figura es robusta y está sobre el suelo; el color marrón indica que el niño ha penetrado en el peso del cuerpo físico con todos sus hábitos e instintos. En contraste, la casa muestra la animación del cuerpo etéreo con un encantador color magenta (rojo violeta) y tres ventanas. Están diferenciados la casa y el tejado, y la ventana redonda indica que el alma/espíritu está activamente en

funcionamiento en el cuerpo en el sueño, y ya no está absorta en su temperamento. El perro, una inteligencia más conectada a la tierra, dirige al hombre a una casa recientemente vivificada (magenta/rojo violeta) sobre la que brilla un sol bermellón.

**Conclusiones**

Los dibujos que nuestros alumnos nos dan bajo estas condiciones concretas deben ser contemplados con un interés reverente. Deben contemplarse del mismo modo que contemplamos al niño cuando está presente físicamente. Tenemos que llevar la impresión del niño y su dibujo a nuestra vida meditativa para comprender lo que nos está diciendo el niño. Es importante que no generalicemos ni lleguemos a conclusiones rápidas.

En estos dibujos podernos encontrar muchos más matices que se correlacionan con el carácter y el desarrollo del niño. Una evaluación como la aquí descrita en la primera clase de apoyo educativo, que muestra si las fases de desarrollo de los siete primeros años están definidas o no, constituye una contribución importante y vital para nuestro estudio del niño. La detección del desarrollo es un factor fundamental en los niños con dificultades de aprendizaje, y debe trabajarse antes de que se dé ninguna acción directa sobre las materias. El objetivo del trabajo de la Clase Extra es que cualquier acción posterior sobre las materias, que sea necesaria, pueda recibirse sobre una buena base de desarrollo fisiológico y anímico.

**Aplicaciones adicionales de la clase de evaluación**

**I. "Prueba rápida" a toda la clase**

Para descubrir a los niños que no han completado satisfactoriamente las etapas de desarrollo de los siete primeros años, se han llevado a cabo "pruebas rápidas" en segundo de basica (niños de 7 a 8 años). Éstas puede hacerlas el maestro de apoyo educativo o el maestro tutor.

**A.** Afinidad Ojo-Color

Se da a todos los niños de la clase una hoja de papel blanco tamaño A-4. Deben usar lápices de cera y tener a mano una gama completa de colores. Por favor, incluye rosa, rojo violeta, dos rojos, marrón y negro, junto con los demás. Se pone el papel en posición horizontal, sobre la mesa y se les pide:

1. Escribir su nombre en la esquina inferior derecha del papel.
2. Después, dibujar "una luna azul y un sol rojo".

**B.** Dibujo de Persona-Casa-Árbol

Después de hacer esto, dan la vuelta al papel y:

1. Se levantan.
2. A continuación, hacen la secuencia de dar palmadas saltar contar, como se describió anteriormente.
3. Usando los lápices de cera, con los colores anteriores, hacen un dibujo de una persona, una casa y un árbol, y cualquier otra cosa que les guste para realizar un dibujo bonito.

El dibujo resultante surge del organismo, del mismo modo que el ojo produce los colores complementarios. Vemos la relación objetiva interna del niño con su organización de movimiento-espacial-corporal. Véanse las interpretaciones en las secciones anteriores[78]. De los dibujos de todos los niños de la clase, y de la conciencia que el maestro tutor tiene de los niños con dificultades, uno puede descubrir, de este modo, a los alumnos que se beneficiarían de evaluaciones individuales.

## II. Ingreso a la escuela

(Para 2do de básica y para los niños nuevos de los grados de 2do a 4to)

Ingreso al segundo de básica (a partir de los 6 ½ años)

Para ingresar en segundo de básica, el niño debería tener seis años y medio en la fecha de comienzo de año. En algunos colegios tienen la costumbre de persuadir a los padres de los niños cuyos cumpleaños caen después de semana santa para que permitan que los niños permanezcan otro año en el jardín de infancia. Cuando se ha hecho esto, los beneficios siempre han sido evidentes. Con el incremento del tiempo de vida, y de los impactos sensoriales, a los seis años los unos están cada vez

menos preparados para la vida escolar. Necesitan otros seis meses para completar totalmente la última etapa del desarrollo del jardín de infancia[79].

Para tener una imagen del desarrollo de un alumno que ingresa en primaria, uno puede pedirle hacer las actividades siguientes. Todas estas actividades pueden usarse también en una clase de evaluación
(primer apoyo educativo).

**A.** Dibujar líneas horizontales rectas y en ondas
Coloca una hoja de papel blanco, de dibujo o papel de estraza (de 45 a 56 cm de ancho x 15 a 20 cm de alto) horizontalmente delante del niño, asegurándote de que esté bien centrado y de que el alumno esté sentado en la parte de atrás de la silla y que ésta esté bien metida en el pupitre. Pídele:

1. Que dibuje una línea de lado a lado del papel de izquierda a derecha.
2 Pídele que dibuje una línea debajo de la anterior en la dirección contraria.

A partir de este dibujo, vemos si el niño cruza con libertad la línea media vertical o si se apoya hacia un lado, se retuerce o se gira a un lodo, mueve el papel para evitar cruzar esta línea media o gira el papel 90 grados para trazar la línea verticalmente. Es especialmente útil observar (con discreción) al niño desde atrás mientras dibuja estas líneas. Cualquier inclinación o giro del tronco del niño es más visible desde atrás (véase "Barrera de la línea media vertical"). También vemos si hay una relación de movimiento saludable entre el alma y los cuerpos etéreo/físico. Los niños que interrumpen la línea y luego la repasan muestran que las fuerzas de la voluntad no están a sus órdenes. La presión fuerte o muy débil muestra problemas de coordinación de movimientos.

3. Ahora pide al niño que dibuje una línea haciendo ondas en la página de izquierda a derecha.

4. Luego, que dibuje otra línea en ondas de derecha a izquierda.
Esto muestra si la mano está adiestrada y la muñeca se puede mover con libertad. ¿Puede alternar entre los elementos de estiramiento y elevación de la mano? Los niños que trazan la línea en ondas recta, por ejemplo, no pueden experimentar la respuesta de los elementos elevadores a los de estiramiento (véanse los capítulos 1 y 2). Los ejercicios de Devanar Lana, Canicas entre los Dedos de los Pies, Girar las Bolas y Expansión y Contracción de la Mano, pueden ayudar en esta condición (véase el capítulo 5).

**B.** La Flor de Cuatro Pétalos
1. Ahora el maestro dibuja la forma vacía de una flor de cuatro pétalos y le pregunta al niño qué es.

Si el sentido del pensamiento ajeno [b] y la visualización interna no están dañados, la mayoría de los niños dirá que es una flor, un trébol de cuatro hojas o una mariposa.

2. Pídele que lo complete.
¿Simplemente añade el tallo, o incluye hojas, tierra y raíz, y también lo colorea? De este modo obtenemos una idea de la actividad y salud de estos aspectos.

**C**. Continúa la evaluación con las actividades siguientes (véanse los procedimientos en las páginas anteriores):
1. Lanzamiento de Saquito(s) de frijoles.
2. Coordinación Mano, Ojo y Habla.
3. Comprobaciones de la Dominancia "Simple".
4. Movimientos oculares.

**D.** Dibujar una lemniscata: para los niños que ingresan en primero : en segundo grado), o si el niño ha mostrado tendencia a evitar el cruce en otras actividades:
1. El maestro dibuja dos puntos en un papel, uno encima del otro, y dibuja una figura continua en forma de 8 alrededor de ellos, continuándola varias veces.

2. Después, el maestro dibuja dos nuevos puntos en un papel grande y pide al niño que dibuje lo que acaba de hacer. La incapacidad para cruzar el 8 después de varios intentos indica que puede ser necesario un examen médico.

**E**. La evaluación puede continuar con cualquiera de las actividades siguientes (véanse las descripciones en las páginas anteriores):
1. Afinidad Ojo-Color.
2. Movimientos de arrastre y gateo en el suelo.
3. Comprobaciones de la línea media.
4. Dibujo de Persona-Casa-Árbol, precedido de la secuencia dar palmadas-saltar-contar.

**Ingreso de tercero a cuarto de básica**

Desde el final del segundo de básica en adelante, también se puede pedir a los niños que hagan lo siguiente:
1. Ejercicio de la Varilla Florida.
2. Ejercicio de Espejo.
3. Evaluación del Patrón de Dominancia.
4. las líneas recta y en ondas, la figura del 8, y la forma de la flor de Cuatro Pétalos, pueden usarse después del tercero de básica a discreción del maestro.

**III. Reevaluación de los niños en las clases**

Los niños que muestran dificultades en la clase, y que sin embargo no tienen oportunidad de recibir clases individuales, pueden ser reevaluados a los 9 años y entre los 11 y 12 años con los siguientes ejercicios de evaluación:
1. Prueba de la Cruz.
2. Afinidad Ojo-Color.
3. Ejercicio de la Varilla Florida.
4. Comprobaciones de la Dominancia "Simple" y

5. Evaluación del Patrón de Dominancia, si estos dos (4 y 5) fueron irregulares en una evaluación anterior.

6. Dibujo de Persona-Casa-Árbol, precedido de la secuencia dar palmadas-saltar-contar.

De este modo, los maestros pueden observar cualquier progreso desde la evaluación de ingreso en la escuela y pueden mantener un registro del progreso constitucional general de sus alumnos, anticipando más fácilmente problemas que es probable que surjan en la pubertad. Tomando las medidas adecuadas a tiempo, podemos dar a los alumnos la ayuda y apoyo necesarios.

**La clase de evaluación; comentarios adicionales**

Cuando el niño tiene un historial de complicaciones en el nacimiento o de accidentes (caídas repentinas, chichones, caerse al correr), podemos sospechar que hay problemas estructurales sutiles que están impidiendo el desarrollo de la motricidad gruesa y fina y de la habilidad para aprender. El médico escolar puede, por lo tanto, remitir al niño a un fisioterapeuta para que le haga un diagnóstico adicional o a un osteópata con especialidad sacrocraneal, método desarrollado por William Garner Sutherland[80].

Aún así, el cuerpo tiene que ser reeducado en su sistema de movimiento al mismo tiempo que se corrigen los fallos estructurales. Por consiguiente, pueden usarse los ejercicios del, la gimnasia de orientación espacial Bothmer/Dinámica Espacial o la euritmia higiénica. La euritmia terapéutica es necesaria para los aspectos médicos y psicológicos de la mala postura como escoliosis y lordosis.

Estos problemas se prevén en los niños de preescolar cuando muestran los siguientes puntos débiles:

Extremidades flácidas.

Las piernas quedan a cada lado cuando se sientan sobre el trasero ("sentarse en W").

Problemas de comportamiento en situaciones grupales, por ejemplo, el niño que

recurre a los golpes y a los pellizcos como forma de comunicación.
Incapacidad para escuchar y fijar la atención.
Incapacidad para imitar.

Todos estos factores son el resultado de la falta de movimiento y re experiencias sensorias adecuadas en la primera infancia como se rescribieron en los capítulos anteriores.

Si un niño tiene dificultades para adaptarse al trabajo escolar, los maestros tutores deberían consultar con los maestros del jardín de infancia. Si el niño ha sido completamente feliz en el jardín de infancia y comienza a mostrar problemas de comportamiento en el colegio, podemos sospechar que hay falta de madurez que podría necesitar atención en breve.

Los ejercicios de la primera clase de apoyo educativo nos muestran lo que ya sospechábamos en mayor o menor medida. Confirman que nuestras observaciones son correctas. También actúan como advertencia: "Mira a ver dónde va a mostrarse el problema y toma medirás antes de que la situación se haya vuelto fija".
Los siguientes ejercicios de evaluación son también su remedio:
IV.Coordinación Mano, Ojo y Habla.
VI.Ejercicio de la Varilla Florida.
VII.Ejercicio de Espejo.
XII. Integración Arriba/Abajo: Lanzamiento de Saquito de Frijoles o de Pelota
XIII. Integración Izquierda/Derecha: Lanzamiento de Saquitos de Frijoles o Pelotas.

**La clase de evaluación: comentarios finales**

Esta clase de evaluación está basada en los principios de la educación Waldorf, y sus actividades son una parte familiar de la experiencia de clase del niño, con una "respiración" entre las actividades activas y las más tranquilas. Debería darla un maestro experimentado, preferentemente uno con quien los niños estén familiarizados. Es especialmente importante que la clase se dé como un iodo. No

deberían tomarse aisladamente uno o dos elementos y usarse en una situación no familiar que pueda causar sorpresa al niño y, por lo tanto, despertar su conciencia intelectual. Esto es especialmente aplicable a las preguntas de la Prueba de la Cruz y al dibujo de la Afinidad Ojo-Color dadas individualmente. Éstas deberían estar entretejidas con tacto en la clase de apoyo educativo entre los ejercicios físicos, de tal forma que se produzca un elemento respiratorio de expansión y concentración. Terminar la clase con el dibujo de Persona-Casa-Árbol es una conclusión satisfactoria para el niño, algo a lo que está acostumbrado por las otras clases.

En la actualidad, es cada vez más ampliamente conocido en círculos educativos que muchos de los movimientos extraños y problemas de comportamiento que vemos en el aula son debidos al inadecuado funcionamiento del sentido del equilibrio (sistema vestibular) y el sentido del movimiento propio (propiocepción o cinestesia). El niño patoso, el inquieto que se balancea en la silla siempre que puede, el que golpea el lápiz y el que lo deja caer, el niño que se ríe demasiado alto y durante demasiado tiempo, el niño que se distrae fácilmente y el que se cae de la silla, todos ellos, muestran síntomas que apuntan a un fallo en el funcionamiento de estos sentidos.

Algunos de los ejercicios de este libro pueden hacerse en una barra de equilibrio, lo que da un estímulo adicional a estos sentidos. También podemos apelar a la euritmia higiénica, a la Dinámica Espacial y la gimnasia Bothmer para que vengan en nuestra ayuda una vez que reconozcamos los patrones de comportamiento. Estos problemas de comportamiento son más llamadas de ayuda que simples travesuras.

Algunos niños no pueden oír y procesar todos los aspectos de las instrucciones verbales; es posible que repitan las instrucciones para ellos (a veces subvocalizando), hagan preguntas de aclaración y/o necesiten que les repitan las instrucciones. Cuando se observa esto en la primera clase de apoyo educativo, uno puede dar secuencias de tres o cuatro instrucciones de movimiento que el niño ha de llevar a cabo sólo después de que se haya dado toda la secuencia. Por ejemplo, la secuencia "Golpea el suelo con un solo pie, toca la barbilla con la mano derecha, luego da un salto hacia delante sobre un solo pie” puede darse a un niño de tercer o

cuarto grado. Los alumnos con dificultades de procesamiento auditivo y de memoria auditiva pueden substituir, cambiar el orden u omitir una o más de las instrucciones.

Nuestra propia investigación ha sacado a la luz que hay niños que carecen de orientación espacial y geografía corporal, y sin embargo no tienen problemas de aprendizaje manifiestos. La ausencia de estos importantes logros es un obstáculo para las capacidades cognitivas futuras en relación con el autorreconocimiento y con encontrar su lugar en el mundo[81].

Estos niños también necesitan nuestra atención, y pueden lograr estas facultades básicas después de un periodo con los ejercicios apropiados necesarios.

Las razones de esta condición son múltiples; por ejemplo, la constante exigencia de que se logren cada vez más y más temprano las etapas de desarrollo de los primeros años; ayudar al niño a caminar antes de que esté preparado; darle un triciclo o un coche a pedales antes de que se apoye firmemente sobre los pies; el transporte constante en coche; caminar insuficiente; largos periodos viendo la televisión en lugar de jugando creativamente; disponibilidad inmediata de videos y ordenadores. Todas estas cosas roban al niño su tiempo de juego y la experiencia de usar su cuerpo para lo que fue concebido.

La presión para que los niños comiencen a aprender lo antes posible ha silenciado la pregunta: "¿Cuáles son las experiencias adecuadas que el niño debería tener en una etapa concreta de su crecimiento y desarrollo.

# CAPITULO CINCO

## LOS EJERCICIOS

### Introducción

Estos ejercicios evolucionaron originalmente a partir de mi trabajo con niños que tenían al menos once años. Sin embargo, desde el final de los años setenta, las dificultades de aprendizaje y comportamiento se han vuelvo evidentes en niños cada vez más pequeños. Ahora, a la vuelta del milenio, parece vital evaluar completamente a los niños de ocho o más años de edad, ya que muchos de los problemas ya aparecen entonces. Con la acción temprana, se puede evitar mucha desgracia y frustración. Por supuesto que se pueden indicar el examen y tratamiento de un médico antroposófico, así como la euritmia terapéutica y la quirofonética[82], antes de que el niño tenga ocho años.

Mis alumnos venían a mi casa una vez por semana durante una hora, los más pequeños durante el tiempo de clase, los mayores después del colegio. Aunque es importante establecer el ritmo adecuado para cada niño, los maestros tienen que adaptarse a las circunstancias específicas de cada situación. Por ejemplo, algunos niños son incapaces de responder a un ritmo semanal y pueden venir una hora diaria durante dos semanas para hacer el trabajo principal, luego pueden seguir viniendo cada mañana durante diez minutos antes del colegio para hacer un ejercicio específico al día. Otra secuencia temporal fructífera es sacar al niño de las clases del colegio cada día durante veinte minutos por un período entre seis y ocho semanas (medio trimestre o medio semestre, la otra mitad se puede usar para otras intervenciones como la euritmia terapéutica o el trabajo sobre las materias), repitiendo esta secuencia cada trimestre o semestre durante al menos un año. Cuando el trabajo se hace en el colegio, es posible dar sesiones diarias. Algunos maestros de apoyo educativo (recuperación) de los colegios han comprobado que dar dos clases por semana es especialmente útil para los alumnos de los grados superiores: una sesión para los ejercicios de la Clase Extra y la segunda para el

trabajo formal de lectura, ortografía, gramática, escritura y cálculo, utilizando siempre enfoques creativos con los alumnos (véase el capítulo 6). A los alumnos se les pueden dar tareas para casa que realizarán diariamente durante diez minutos y las entregarán en cada clase. Un aspecto vital de este trabajo es el ritmo del cuerpo físico; el alma/espíritu requiere un año para integrar su actividad en el desarrollo físico/estructural del cuerpo. El cuerpo astral tiene el ritmo de una semana; de ahí la importancia de las tareas diarias para casa[83].

Todos los ejercicios se pueden hacer a partir de los 11 años de edad. La edad a partir de la cual se puede usar un determinado ejercicio aparecerá entre paréntesis. El maestro demuestra primero, a. menos que se indique lo contrario, cada ejercicio al alumno, de forma que éste pueda observar cómo se hace. (Como se menciona en el capítulo 4, es importante que el maestro esté completamente familiarizado con los ejercicios, de forma que los realice correctamente.) El maestro puede usar imágenes adecuadas a la edad del alumno para involucrarle.

**Ejercicios para desarrollar la geografía corporal**

**I. Geografía Corporal 1 (para los grados de 1ro y para niños de 7 a 10 años)** [84]

El maestro da las instrucciones. No hace los movimientos; de otro modo, es probable que los niños realicen en espejo directamente sus movimientos. El maestro puede usar las referencias siguientes:

**A**. Primer grado (de 7 a 8 años)

1. Primera mitad del primer grado: usa sólo la mano derecha para tocar diferentes partes del cuerpo del lado derecho (por ejemplo, la rodilla derecha, el dedo gordo del pie derecho) o en el medio (por ejemplo, la nariz, la tripa, la frente), sin cruzar al lado izquierdo.
2. Segunda mitad del primer grado: como antes, usa la mano derecha y la "otra" mano (o el maestro introduce el término "izquierda" según lo vea adecuado) para tocar diferentes partes del cuerpo, sin cruzar la línea media.

**B**. Segundo grado (a partir de 8 años)
Continúa corno al final del primer grado (utilizando ahora el término "izquierda"); usa la derecha en la mayoría de estas instrucciones. Gradualmente, da las instrucciones más rápido. Da una secuencia de dos, después tres instrucciones a la vez, haciendo que los alumnos realicen los movimientos descritos a una señal dada. Nombra más partes del cuerpo.

**C**. Tercer grado en adelante
Utiliza la mano derecha y cruza para tocar las partes nombradas del lado izquierdo del cuerpo; usa la mano izquierda para tocar el lado derecho del cuerpo. Da secuencias de tres o más instrucciones de una vez.

**Consideraciones**

Este cruce consciente en el tercer grado se relaciona con el cambio de conciencia del "cambio de los nueve años". Esto no significa que no podamos hacer que los niños más pequeños realicen actividades en las que las manos crucen la línea media vertical. Muy al contrario, los juegos de dar palmadas con las manos y las actividades de motricidad fina que utilizan las manos en la línea media y cruzándola desempeñan un papel importante en la integración de esta línea media. La diferencia con este ejercicio es que al niño de nueve años le hacemos ahora consciente del cruce.

Como la dominancia ya no se desarrolla de forma natural mediante las actividades de los juegos tradicionales infantiles y mediante la guía de los adultos en el uso del lado derecho del cuerpo para actividades prácticas (abrir la puerta, poner primero el brazo derecho en la manga del abrigo, etc.), necesitamos ayudar a muchos niños a establecer su dominancia. Un número sorprendente de niños está inseguro respecto a cuál es su mano derecha y cuál es su mano izquierda. Entre otros factores está que en inglés la palabra "right" derecha] significa también "correcto" y puede ser causa de confusión. Con los niños más pequeños es mejor nombrar el lado derecho del cuerpo y usar la expresión "otra mano" ("otro pie", etc.) para el lado izquierdo.

Una variante de los ejercicios anteriores es que los alumnos (de una clase) puedan cerrar los ojos mientras escuchan las instrucciones (y, por tanto, seguir las instrucciones sin mirar a sus vecinos y amigos).

**II. Geografía Corporal 2 (a partir de 11 años)** [85]

El alumno (o la clase) se pone de pie frente al maestro que da las instrucciones siguientes, pero no las hace él mismo (en clase, los alumnos pueden cerrar los ojos):

**A**. Versión 1:
1.Toca la cabeza con la mano derecha.
2. Toca la rodilla izquierda con la nariz, etc.

**B**. Versión 2: Al mismo tiempo:
1. Pon la mano derecha en el hombro izquierdo y la mano izquierda en la cabeza; cambio; cambio de nuevo.
2. Pon la mano izquierda en la barbilla y la mano derecha en la rodilla derecha; cambio; cambio de nuevo.
3. Agarra la oreja izquierda con la mano izquierda, la oreja derecha con la mano derecha, ahora cruza: la oreja izquierda con la mano derecha y la oreja derecha con la mano izquierda, en un movimiento.
4. Mano derecha en la nariz, la mano izquierda en la oreja derecha; cambio.
Continúa, usando tantas combinaciones como sea posible.

**C**. Versión 3:
Para ayudar a desarrollar la independencia entre la audición y la visión, usa el ejercicio de Espejo que se describe en el capítulo 4 (a partir de 9 años).

Consideraciones Véase el I, "Geografía Corporal 1".

### III. Contornear y Colorear Manos (a partir de 7 años)

Si los movimientos de la mano son débiles, según se observó en el ejercicio de Espejo, y si el niño es inconsciente de la derecha y la izquierda, hazle que contornee cada mano con un lápiz de color. Luego que coloree estas "manos" con rojo para la derecha y azul para la izquierda. Ésta es una buena tarea para casa.

### IV. Cubos entre los Dedos (a partir de 1 años)

Usa pequeños cubos (de 1 a 2 cm) modelados con arcilla y secos. El alumno permanece de pie con el peso distribuido por igual entre ambos pies.

1. El alumno coloca un cubo entre los extremos de cada dos dedos de una mano (tres cubos).
2. Se mantienen los tres cubos entre los extremos de los dedos, mientras que otro cubo, colocado en el dorso de esa mano, se lanza al aire y lo atrapa con la palma de esa mano.
3. Después de unos cuantos lanzamientos, repetir con la otra mano.
4. El alumno puede decir las tablas o decir un poema mientras lanza y atrapa los cubos rítmicamente.

### Consideraciones

Mira los ojos del alumno; ¿siguen el movimiento de sus manos y de los cubos que se lanzan? Mira la lengua y la mandíbula; cuando lleguen a relajarse, el niño ha penetrado en las manos de forma más completa. Este ejercicio es bueno para los niños que atrapan las pelotas con las puntas de los dedos, que evitan poner toda la mano en el suelo cuando se arrastran y gatean, y/o tienden a mantener la mano en puño con los dedos en garra. También es bueno para los niños con una prensión del lápiz torpe o tensa y para los que tienen retrasadas las destrezas de motricidad fina.

**V. Dar Vueltas a Bolas de Cera de Abeja (a partir de 7 años)**

Usa una bola azul de cera de abeja y una roja de unos 4 cm de diámetro. El alumno se sienta a la mesa, con una buena postura y con la planta de los dos pies sobre el suelo, con la bola roja bajo su palma derecha y la azul bajo su palma izquierda.
Simultáneamente, el alumno da vueltas a la bola roja en sentido horario con la palma derecha y a la bola azul en sentido antihorario con la palma izquierda.

**Consideraciones**

De nuevo, mira la lengua y la mandíbula y observa cuándo llegan a relajarse. Con la práctica, el niño podrá evitar que las bolas se le vayan a los lados. Con este ejercicio también se puede recitar un poema. Al igual que con el ejercicio anterior, éste es bueno para hacer trabajar las palmas de las manos, para los niños con una prensión del lápiz de una forma torpe o tensa y para los que tienen retrasadas las destrezas de motricidad fina.

**VI. Dedos Caminando sobre Barra (a partir de 7 años)**

El alumno sujeta el extremo inferior de una barra de cobre o varilla de madera vertical con todos los dedos curvados hacia la palma (prensión palmar), el pulgar apuntando hacia arriba. La barra permanece vertical todo el tiempo.
1. Los dedos "caminan" barra arriba haciendo que los dedos pulgar e índice se muevan hacia arriba, luego "pellizcando" la barra en la nueva posición, y los tres dedos restantes siguen.
2. Se siguen haciendo estos movimientos hasta que se alcance la parte superior de la barra.
3. Los dedos "caminan" entonces barra abajo; ahora los tres dedos tienen que empezar a moverse hacia abajo y siguen los decios pulgar e índice. (¡Mucho más difícil!)
4. Se repiten los mismos movimientos con la otra mano.

**Consideraciones**

Este ejercicio se usa con frecuencia en las clases de euritmia. Es un excelente ejercicio de destreza de dedos, bueno para los niños con prensiones del lápiz torpes o tensas. Si es muy difícil para el niño, puede empezar a mitad de camino barra arriba. A medida que los dedos se hacen más fuertes y más diestros, la mano puede empezar más y más abajo. Hay poemas adecuados para recitar con este ejercicio.

**VII. Devanar Lana (a partir de 7 años)**

Haz que el alumno permanezca de pie con los pies ligeramente separados y paralelos, con el peso distribuido por igual entre ambos pies; ésta es una parte esencial del ejercicio.

1. Usando un ovillo de lana azul cobalto, haz que el alumno la devane entre el meñique y el pulgar de la mano izquierda en forma de 8. La mano permanece completamente estirada y la lana se devana en sentido horario sobre el dedo meñique izquierdo, luego bajo él y sobre el pulgar izquierdo en sentido antihorario.
2. Repite con lana rojo carmín en la mano derecha invirtiendo la dirección del devanado (sentido antihorario alrededor del meñique derecho, sentido horario alrededor del pulgar derecho).
3. Cuando se vuelva a ovillar la lana en el ovillo, observa que se devana hacia el cuerpo desde abajo, luego hacia arriba y afuera del cuerpo y abajo, con la mano derecha (la izquierda sujeta el ovillo). Los niños que van a permanecer zurdos devanan la lana en la misma dirección con la mano izquierda, sujetando el ovillo con la derecha.

**Consideraciones**

Este ejercicio pone en juego los movimientos entre el radio y el cubito (los huesos del final del brazo), con una transferencia desde el sistema de estiramiento (yendo a favor de la gravedad) hasta el sistema elevador (elevándose contra la gravedad)

(véase el capítulo 2)[86]. Es esencial que la mano que sujeta la lana se mantenga inmóvil y la mano con el 8 de lana gire hacia delante y hacia atrás. Devanar la lana de este modo (en las direcciones dadas) produce los máximos movimientos de giro del antebrazo de la mano que gira. La lana puede apretarse más y más hasta que el pulgar y el meñique estén juntos; no corrijas esto, aunque puede darse una imagen para animar al alumno a que la próxima vez ponga el hilo menos prieto.

El niño debe permanecer de pie con los pies paralelos pero un poco separados durante todo el ejercicio, también cuando vuelva a ovillar la lana. Observa cómo el ejercicio involucra a todo el cuerpo y cómo, si el movimiento es obstruido en su fluir, el peso se carga sobre una pierna, una cadera se desvía, un hombro se levanta, etc. Finalmente debe lograrse un devanado relajado y diestro, permaneciendo la mano completamente abierta todo el tiempo (usa casi la mitad de un ovillo de lana grande o ten disponibles ovillos de diferentes tamaños, haciendo que el alumno devane gradualmente el siguiente en tamaño). Cuando vuelven a ovillar la lana, con frecuencia los niños la devanan hacia ellos de arriba a abajo, lo que es un contramovimiento al movimiento natural del brazo. Esta dirección de devanado induce a los hombros a moverse hacia adentro, como el balanceo natural de las caderas al caminar; el hombre superior (que debe ser libre) es forzado a seguir al hombre inferior como al caminar a cuatro patas como los animales. Da una imagen que ayude al niño a devanar en la dirección correcta.

Éste es un ejercicio recomendable para los niños con destrezas de motricidad fina deficientes, incluyendo a los que tienen prensiones del lápiz inmaduras o tensas y escritura mal formada (con frecuencia, no dibujan manos en el dibujo de Persona-Casa-Árbol), los niños que tienden a mantener las manos con los dedos en garra (con frecuencia se observa al gatear), niños que tienen tensión en los hombros, manos, cuello, y los que tienen una deficiente integración arriba/abajo y/o izquierda/derecha. Para el alumno con escritura deficiente también es útil hacerle realizar el ejercicio de Canicas entre los Dedos de los Pies (véase más adelante) y escribir con el pie dominante[87].

## VIII. Retorcer Madejas (a partir de 7 años)

Una madeja de lana es un fenómeno nuevo para el niño moderno. Forma una madeja alrededor de sus brazos a partir de un ovillo de lana rojo carmín o azul cobalto. Con lana, ata la madeja en tres o cuatro lugares. El alumno permanece de pie con el peso distribuido por igual entre ambos pies. Con la lana en las muñecas, el alumno puede ahora:

1. Retorcerla hasta que esté apretada girando la muñeca derecha.
2. Después, destorcerla, girando la muñeca derecha en la otra dirección, hasta que esté apretada de nuevo.
3. Ahora destorcerla, usando la derecha, hasta que esté floja.
4. Repite 1, 2 y 3 con la muñeca izquierda.
5. Ahora retuerce y destuerce la madeja usando los dos brazos, moviéndolos simultáneamente en direcciones contrarias, apretando la madeja en ambas direcciones.
6. Cuando el alumno sea capaz de hacer esto diestra y rítmicamente con la lana en las muñecas, cambia la posición de la madeja para sujetarla con las manos entre la base del pulgar y el índice.
7. Termina siempre haciendo que el niño retuerza la madeja para formar un bonito 8, con sus extremos entrelazados.

### Consideraciones

Con mucha frecuencia, en los primeros intentos oímos muchos ruidos de los músculos de las zonas de los omóplatos, y hay confusión en las direcciones de los movimientos de giro del brazo. Observa el fenómeno de cómo, cuando retorcemos continuamente la madeja en la misma dirección, finalmente ésta se retuerce a su vez sobre sí misma. Ésta es la idea que hay tras la sobrestimulación de los sentidos en la conciencia diurna (del sistema de estiramiento; véase el capítulo 2). Para protegerse uno de las impresiones sensoriales excesivas, los movimientos se invierten, bloqueando de esta forma la respuesta natural del sistema elevador38. Es decir, el

cuerpo astral no puede liberarse él mismo de los cuerpos vital/físico, y las sinapsis se "bloquean". Este ejercicio ayuda a fortalecer los hombros, brazos, parte superior de la espalda y cuello, al mismo tiempo que libera su tensión. Es especialmente útil para el alumno que puede lanzar una pelota muy lejos y, sin embargo, no parece ser capaz de elevar los brazos por encima de la cabeza en las clases de euritmia.

**IX. Canicas entre los Dedos de los Pies (a partir de 7 años)**

Habiendo activado los movimientos elevadores en la parte superior del cuerpo, intentaremos ahora hacer algo en la inferior. Después de preguntarle si tiene los pies limpios (o si preferiría hacerlo la próxima vez), haz que el niño se quite los calcetines.

**A.** Después se sentaría sobre un pupitre o mesa con los pies colgando de forma que los movimientos puedan pasar por todo el cuerpo. Comprueba que las canicas están completamente colocadas en las cavidades entre los dedos de los pies. (Si el alumno es totalmente incapaz de soltar las canicas, sácalas un poco más.)

1. Encaja una canica entre el dedo gordo y el siguiente de cada pie y pídele que agite los dedos para soltar las canicas.
2. Después, pon la canica en la cavidad entre el siguiente par de dedos.
3. Continúa hasta los dedos quintos; con frecuencia con una gran .
pausa y mucha agitación de dedos.

**B.** Observa que los pies de algunos niños están tan flojos que no pueden sujetar las canicas; en este caso cambia a:

1. Recoger las canicas con los dedos de los pies y dejarlas caer en j un recipiente.
2. También, caminar (sobre los talones) con las canicas encajadas entre los dedos.

**Consideraciones**

Muchos pies se presentan a la vista inmóviles e inconscientes. El movimiento desde los pies va directo a los dedos de las manos y los dorsos de las manos, y hacia arriba hasta la mandíbula (la intensidad está normalmente en uno de los lados); toma nota de esto. Éste es un ejercicio muy popular en todas las edades; los de 15 y 16 años están desconcertados por su inhabilidad. Las reacciones son muy informativas del carácter de los alumnos. Es un excelente ejercicio para los alumnos que tienen tendencia a tener los pies planos, cuyos pies parecen chocarse con las cosas, o que son inconscientes de sus pies (normalmente no dibujan pies en la persona en el dibujo de Persona-Casa-Árbol). También es bueno para los que están luchando con su escritura, como también lo es escribir con el pie dominante.

**X. Espiral con la Bola de Cobre (a partir de 8 años)**

El alumno se sienta en el suelo con una bola de cobre en la mano izquierda. Mientras permanece sentado:

1. Mueve la bola alrededor del cuerpo en sentido horario comenzando alrededor de los pies y gradualmente subiendo más arriba.
2. Cada vez que la bola se mueve por detrás, pasa a la mano izquierda, la cual la pasa entonces a la derecha delante del cuerpo.
3. La bola da vueltas de este modo alrededor del cuerpo hasta que ha "tejido un capullo" alrededor de todo el cuerpo hasta la parte superior de la cabeza.
4. La bola toca la parte superior de la cabeza, luego la coloca bajo la barbilla sujetándola.
5. Después la barbilla la suelta de forma que ruede hacia abajo cuidadosamente desde la parte anterior del cuerpo hasta los pies. Para esto, el cuerpo necesita estar ligeramente elevado apoyándose sobre las manos, que están detrás del cuerpo.
6. Repite de 1 a 5 dos veces más.

**Consideraciones**

Éste es un buen ejercicio para los niños que parecen desconcentrados o dispersos o que son sensibles a sus entornos. Los concentra y les da una capa de protección. Los movimientos de ocultar la bola bajo la barbilla y hacerla rodar hasta los pies afectan al sistema postural (sentidos del movimiento propio y equilibrio).

**XI. Contar Frijoles: Coordinación Ojo, mano y Habla (a partir de 7 años)**

Este ejercicio también puede usarse corno ejercicio de geografía corporal (véase en el capítulo 4 la descripción de este ejercicio; también en el capítulo 6, "Contar Frijoles").

**Ejercicios para desarrollar la orientación espacial**

**I. Ejercicio de Pelotas Izquierda/Derecha (a partir de 7 años; véase el capítulo 4)**

Se necesitan dos pelotas blandas (de punto, de ganchillo, cíe fieltro o de hilo de lana hechas del modo siguiente: enrolla el hilo de lana hasta que esté muy prieto alrededor de dos discos de cartón en forma de rosquilla; luego corta el hilo por la periferia, ata fuertemente con hilo de lana entre los dos discos, quita los discos y airea la pelota), preferiblemente una de color azul cobalto y otra rojo carmín. Para empezar se pueden usar los saquitos de Frijoles. El alumno tiene una en cada mano. Se le dice y muestra cómo:

1. Lanzar al aire la de la mano derecha.
2. Según lo hace, tiene que pasar la pelota que mantiene en la mano izquierda a la derecha, llevando rápidamente la mano izquierda por la línea media vertical y girándola, dándole la vuelta hacia abajo, hasta la mano derecha.
3. Luego, atrapar rápidamente la pelota que baja con la mano izquierda, con la palma hacia arriba.
4. Practica hasta que se establezca un ritmo.
5. Ahora, invierte la dirección, y empieza lanzando la pelota al aire con la mano izquierda.

**Consideraciones**

Este ejercicio ayuda a tomar conciencia de la izquierda y la derecha. Cuando se lanza la pelota al aire primero con la mano izquierda (a veces ocurre esto cuando la derecha lanza al aire primero), con frecuencia las dos manos se mueven a la vez. Ésta es una señal de que no se ha establecido completamente la dominancia (véase el capítulo 4).

Es una buena idea llegar a este ejercicio haciendo primero que, con un saquito de Frijoles o una pelota, el alumno mantenga ambas palmas hacia arriba con el saquito de Frijoles sobre una palma. Esta mano se mueve por la línea media, girando la palma hacia abajo, y pone el saquito de Frijoles en la palma de la otra mano. Esta mano receptora devuelve el saquito de Frijoles de la misma forma (cada mano receptora espera el saquito de Frijoles, que la mano que entrega coloca al girar la palma hacia abajo). Se puede dar la imagen de cruzar un puente sobre un río o cualquier otra que sea adecuada. Si al alumno se le da la tarea de contar en voz alta de dos en dos o de tres en tres, o decir cualquier otra cosa mientras mueve cruzando el saquito de Frijoles, el movimiento no estará controlado conscientemente y el sistema elevador estará más activado.

Otro buen ejercicio introductorio para el Ejercicio de Pelotas Izquierda/ Derecha es el primer ejercicio de Move ín Time (Dar y Recibir)[89] que también permite el giro de las palmas de las manos hacia arriba y hacia abajo.

**II. Ejercicio de Pelota Arriba/Abajo (a partir de 7 años)**

Véase en el capítulo 4 la descripción de este ejercicio, que ayuda al niño a elevar cada pierna (movimiento elevador) a suficiente altura para lanzar la pelota bajo la pierna y llevar la pelota de fuera a debajo de cada pierna. Con este ejercicio, el niño puede dar un paso y hablar hacia delante y hacia atrás (decir las tablas o una pequeña oración).

**III. Ejercicio Arriba/Abajo con Dos Pelotas (a partir de 8 años)**

**A**. Con una pelota en cada mano (véase el I, "Ejercicio de Pelotas Izquierda/Derecha") (roja en la derecha, azul en la izquierda); al principio se pueden usar saquitos de Frijoles:

1 Lanza la pelota de la mano derecha bajo la pierna derecha desde fuera y la atrapa con la misma mano.
2. Repite en el lado izquierdo.
3. Practica 1 y 2 hasta que el alumno sea capaz de hacer los movimientos de forma coordinada.
4. Cuando se establezca un ritmo, el alumno camina hacia delante, y luego hacia atrás mientras lanza las pelotas al aire.
5. Una vez que el alumno pueda caminar y lanzar al aire como en 4, añade: decir las letras del alfabeto, una letra con cada lanzamiento al aire y paso hacia delante; luego decir el alfabeto hacia atrás, una letra con cada lanzamiento al aire y paso hacia atrás. Cada letra se dice simultáneamente al lanzamiento de la pelota; en el momento en que se atrapa la pelota se ha dicho la letra. Para empezar usa sólo parte del alfabeto (por ejemplo, de la "a" a la "d" o de la "c" a la "h", hacia delante y hacia atrás), aumentando hasta decir todo el alfabeto.

**B**. Una variante de este ejercicio con el niño sentado:
1. El niño levanta una pierna y da una palmada bajo ella una vez.
2. Luego, da una palmada por encima y otra bajo la otra pierna levantada.
3. Continúa dando palmadas arriba y abajo según lo anterior, contando hasta 100 hacia delante y hacia atrás, o diciendo las tablas de multiplicar hacia delante y hacia atrás a la vez que da las palmadas.

**Consideraciones**
Este ejercicio, como el anterior, ayuda a tomar conciencia de las dimensiones de arriba y abajo. Con frecuencia hay dificultades en hacer el esfuerzo para elevar las

piernas a suficiente altura, con más frecuencia la izquierda. La variante B y el ejercicio anterior ayudan a desarrollar esta capacidad para elevar las piernas. Hacer el movimiento cruzado, es decir, lanzar la pelota de la mano derecha bajo la pierna izquierda y la pelota de la mano izquierda bajo la pierna derecha, muestra que es incapaz de mantener la independencia en toda el área corporal. (Véase en el capítulo 4, "Integración Arriba/Abajo"; observa también en el capítulo 2, "Reflexión en espejo convexo y cóncavo: correspondencia interior con la orientación espacial", la descripción de los movimientos naturales del "elemento volitivo" invirtiéndose[90].) Practicar hasta que se logre destreza en el movimiento y coordinación entre movimiento, habla y pensamiento. Para poder lograr la parte de este ejercicio de hablar y moverse sin dudar, el alumno tiene que poder "ver" y "oír" interiormente las letras y sus nombres ("visualización interna" y "audición interna").

**IV. Ejercicio de Barra Adelante/Atrás (a partir de 7 años)** [91]

Material: una barra de cobre (una tubería de cobre de fontanería de media pulgada de diámetro), con los extremos romos o con tapas de goma; provisionalmente se puede usar un bastón.

**A**. El alumno de pie con espacio libre frente a él. Demuestra y dile que:

1. Agarre la barra verticalmente, la mano derecha en la parte superior de la barra, la izquierda debajo, sujetándola con los brazos estirados. Para mantener la barra vertical, sirve de ayuda sujetar primero la parte superior de la barra y dejarla colgar según la "línea de la plomada", y después agarrar el extremo inferior.
2. Camina hacia delante, contando en voz alta o diciendo la oración que se haya elegido, dando un paso a la vez que dice el número o palabra (contar siguiendo las tablas según sea adecuado para la edad y capacidad del alumno).
3. Cambia de posición la barra a detrás de la espalda, manteniéndola junto a la columna, la mano derecha en la parte superior de la barra detrás del cuello, la mano izquierda en la parte inferior de la barra.
4. Repite la combinación caminar-hablar, ahora contando o diciendo la oración o los números hacia atrás.

**B**. Variante para una postura muy mala: hombros encogidos, sentar desgarbado: Mantener la barra horizontalmente sobre los hombros y caminar hacia delante y hacia atrás, mientras se habla hacia delante y hacia atrás como antes.

**Consideraciones**

Observa qué dirección causa dificultad (hacia delante o hacia atrás), si vira a un lado y si el alumno es incapaz de mantener la barra en posición vertical. La imagen de la "línea de la plomada", tan importante para los carpinteros y agrimensores, ayuda a dar al niño la sensación de verticalidad. Si durante este ejercicio el alumno saca mucho la barra de la vertical, puede ser de ayuda pedirle que suelte la parte inferior de la barra, mantenga sujeto el extremo superior y deje que la barra cuelgue según la "línea de la plomada" de nuevo antes de agarrar el extremo inferior. De nuevo, uno ve cómo los niños pasan mal elevando los brazos (sistema elevador). Ellos están muy metidos en los movimientos de *estiramiento* de la gravedad (conciencia diurna; véase capítulo 2 y la nota 5). ¿Hay una mejoría lenta o rápida? Si es lenta, puede verse ayudada y mejorada con los ejercicios de pintura; el ejercicio de color secundario es bueno.

**V, Ejercicio de Todo el Cuerpo (a partir de 9 años)**

De pie con los pies juntos, los puños cerrados:
1. Levanta los brazos hacia delante y da puñetazos, tirones hacia delante, de forma
2. Continúa dando puñetazos hacia el techo.
3. Da puñetazos hacia la pared de la izquierda y
4. De la derecha (con los brazos horizontales).
5. Agáchate hacia delante, con la cabeza colgando relajadamente, dando puñetazos al suelo.

**Consideraciones**

Observa cualquier rigidez en cualquiera de los dos lados del cuerpo, discrepancias entre el izquierdo y el derecho, y una posible tortícolis al agacharse hacia delante.

Para corregirlos intenta el Ejercicio del Triángulo con Barra. También puede ser recomendable un reconocimiento por si hubiera una escoliosis u otros desequilibrios estructurales. Este ejercicio de dar puñetazos es popular con los niños enérgicos y frustrados. También es bueno para los niños con un mal sentido del equilibrio y una orientación espacial débil.

**Ejercicios para apoyar una mayor integración de los patrones primitivos de movimiento, líneas medias y Sentidos Volitivos (a partir de 6 años, a menos que se indique lo contrario)**

A pesar de que muchos niños son ágiles para trepar, correr y hacer gimnasia, estos ejercicios horizontales sobre el suelo revelan las tensiones subyacentes en los movimientos más sutiles. Sigue explorando todas las maneras de llevar actividad a las partes del cuerpo que no se usan. Practica con los niños todas las formas de arrastre y gateo. Retroceder a las actividades horizontales da al niño la oportunidad de llevarse él mismo a la verticalidad de nuevo totalmente. Estos ejercicios de movimientos primitivos también desarrollan la orientación espacial.

**I. Integración de los patrones primitivos de movimiento**

**A.** Ejercicios de Desarrollo Motor
Las imágenes adecuadas para los movimientos básicos sobre el suelo, que ayudan a integrar los patrones primitivos de movimiento y coordinar la izquierda con la derecha, así como arriba con abajo, son las siguientes:

1."Pez" nadando en el mar: retorcerse moviéndose hacia delante estando sobre el estómago, los brazos y las manos pegados al cuerpo.
2. "Foca" rodando en el agua: tumbado sobre el suelo, los brazos por encima de la cabeza con una pelota entre las manos y/o entre los pies, rodar lentamente unas pocas veces en ambas direcciones. Asegúrate de que el alumno no se maree demasiado. Una versión más difícil es hacer que el alumno ruede con los brazos pegados a los lados del cuerpo.

3. "Foca" moviéndose en tierra: sobre el estómago con las manos planas sobre el suelo cerca de los hombros, presiona lentamente sobre las manos de forma que los brazos se pongan rectos y el cuerpo se deslice hacia delante. El niño descubrirá gradualmente que los dedos de los pies pueden contribuir al movimiento hacia delante presionando simultáneamente contra el suelo.
4. "Lagartija" arrastrándose sobre la tripa: demuestra este ejercicio, luego deja que el alumno se arrastre sin corregirle. Cuando el alumno se arrastre con el estómago sobre el suelo con un patrón cruzado continuo, usando los dedos (gordos) de los pies para presionar haciendo avanzar al cuerpo, ya no se necesita este ejercicio.
5. "Águila" elevándose en el cielo: tumbado sobre el estómago con los codos doblados, los dedos tocando los hombros y las rodillas rectas, levanta la cabeza, hombros y brazos y levanta las piernas rectas, con la cara mirando hacia abajo (a la "pradera" o al "mar"), de forma que el cuello se mantenga recto. El maestro también puede ayudar a que las piernas permanezcan rectas dando la imagen de que "las plumas de la cola son rectas y largas".
6. "Bicho bola" en el jardín: tumbado sobre la espalda (supino), se enrosca para hacerse una "bola" abrazando las piernas dobladas y elevando la frente hacia las rodillas.
7. "Cangrejo" caminando: sentado en el suelo con las manos a los lados, levantarse sobre las manos y los pies manteniendo las caderas elevadas; moverse hacia delante, hacia atrás y de lado.
8. Caminar haciendo la "carretilla": el maestro sujeta las piernas del alumno mientras camina sobre las manos con las puntas de los dedos apuntando hacia delante.

**Consideraciones**

El maestro hace la demostración, moviéndose cuidadosamente como se describe en cada ejercicio. Permite que el niño se mueva lo mejor que pueda sin correcciones. Usa imágenes para estimular un movimiento más fluido y coordinado. La "lagartija", "bicho bola" y "águila" pueden usarse como actividades de evaluación en la primera clase de apoyo educativo (véase el capítulo 4). El maestro observa si el arrastre es cruzado, moviendo alternativamente una mano hacia delante mientras la pierna del

otro lado se dobla hacia delante y los dedos de ese pie empujan, y si el cuello está libre. Además de apoyar la integración de los patrones primitivos de movimiento, la "foca" rodando ayuda a integrar el sistema vestibular (sentido del equilibrio). La "foca" moviéndose en tierra, el "cangrejo" caminando y caminar haciendo la "carretilla" son buenos para elevar el cuerpo de la gravedad, para ayudar a que las manos se abran y permitir que las palmas toquen el suelo, y para coordinar arriba y abajo.

Una vez que el alumno ha aprendido estos ejercicios, pueden hacerse diariamente en casa de diez a quince minutos bajo la supervisión de uno de los padres. Es importante mantener al alumno interesado. El reto para el maestro y para los padres es que se sugieran imágenes interesantes. Para determinar cuánto tiempo hay que seguir haciendo estos ejercicios, el maestro de apoyo comprueba regularmente la libertad y coordinación con que el alumno los realiza. Después de seis a doce semanas de práctica en casa, con frecuencia es provechoso hacer una pausa de un mes en los Ejercicios de Desarrollo Motor, retomándolos de nuevo hasta que se realicen con una coordinación completa. Los maestros tutores también pueden realizar con los niños muchos de estos movimientos sobre el suelo, por ejemplo, haciendo juegos de pillar siendo "lagartijas", "focas", "cangrejos".

**B**. Gatear, como "gato al acecho"
Haz que el alumno "gatee" con las rodillas y antebrazos sobre el suelo.

**Consideraciones**

Este ejercicio lleva la conciencia de izquierda y derecha a la posición horizontal. Se revelan muchos gestos ocultos que se están manteniendo inconscientemente dentro del cuerpo. Algunos niños "gatean" con la barbilla entre las manos, levantando los brazos apoyándose sobre los codos. Otros aprietan los puños hasta que los nudillos están blancos y "gatean" brazo sobre brazo con las manos pegadas al cuerpo como si llevaran todo hacia el pecho. A veces una pierna queda atrás o no se puede doblar completamente, o los pies están flojos y se arrastran en vez de involucrar a los dedos de los pies en la acción. La mayoría de los niños experimenta el peso del cuerpo

arrastrándose. Con frecuencia, el cuello queda bloqueado entre los omóplatos de forma que es difícil girar la cabeza. Para ayudar en estas situaciones se puede mostrar a los niños el Arrastre de Oruga (véase el ejercicio siguiente).

**C**. Arrastre de Oruga (a partir de 7 años)
Tumbado sobre la espalda, las piernas dobladas, los pies sobre el suelo, los brazos cruzados sobre el pecho; no se permite ayuda de los brazos. Ahora:
1. Empuja con los talones, permitiendo que la espalda se arquee y aplane hasta que el cuerpo se mueva hacia atrás a lo largo del suelo de la habitación.
2. Invierte la dirección tirando con los talones, arqueando de nuevo y aplanando la espalda.

**Consideraciones**

Este ejercicio ayuda a llevar la conciencia de arriba y abajo a la posición horizontal. Al principio los niños intentarán deslizarse sin arquear y aplanar el cuello y la espalda. Puede ser de ayuda la imagen de que son orugas abriéndose camino. Los niños cuyas fuerzas no han penetrado en las piernas y pies, normalmente con una presencia de la línea media horizontal (parcial), tienen especial dificultad para coordinar los movimientos de este ejercicio. A veces las dificultades están causadas por bloqueos estructurales, especialmente en el cráneo o la columna. Pregunta a los padres si ha habido una caída o accidente. Si lo ha habido, se recomienda que un osteópata haga un reconocimiento (véase el capítulo 4)[92].

**D**. Gran Gateo (a partir de 7 años)
Arrodíllate con las manos y los pies sobre el suelo; los ojos y la cabeza deben seguir el lento movimiento de la mano todo el tiempo:
1. Estira el brazo derecho tan atrás como sea posible, siguiendo todo el tiempo la mano con los ojos.
2. Lentamente haz una circunferencia con la mano tan alto como puedas sobre la cabeza, siguiéndola todavía con los ojos.
3. Coloca la palma derecha sobre el suelo y delante, tan lejos como el brazo pueda

estirarse con comodidad, los ojos siguen mirando la mano.
4. Ahora lleva la rodilla derecha hacia la mano.
5. Repite también lentamente con la mano y pierna izquierdas.
6. Continúa por el suelo con un ritmo constante.

**Consideraciones**

Muchos niños encuentran difícil mantener los ojos mirando la mano que hace la circunferencia, llevar esta mano lentamente hacia abajo hacia el suelo y llevar la rodilla hacia delante sin hundirse sobre el pie del mismo lado. Puede usarse la imagen de dos mariposas, una en la mano derecha, realizada atando un trozo de lana roja en el dedo índice y una en la izquierda atando lana azul. Las mariposas vuelan cada vez una, en las direcciones dadas, mientras que los ojos las ayudan a encontrar su camino y a aterrizar suavemente en la "flor" siguiente. Estaría bien ir aumentando el tiempo hasta realizar este excelente ejercicio durante cinco minutos.

**E**. La Lucha (niños a partir de 8 años; niñas de 8 a 11 años)
Tumbado boca abajo, los brazos detrás de la espalda, la mano izquierda sujetando el codo derecho, la mano derecha sujetando el codo izquierdo, el alumno serpentea a lo largo de la habitación, avanzando presionando con los dedos (gordos), alternando los pies, sin soltar los codos.

**Consideraciones**

Si los brazos se sueltan, gana el contrincante. Este ejercicio es como el arrastre de la "lagartija" sin el uso de los brazos. Es especialmente bueno cuando los niños tienden a arrastrarse (como una lagartija) sin involucrar a ambos pies y a los dedos gordos de los pies. También es bueno para los niños que evitan ponerse totalmente sobre el estómago cuando se arrastran.

## II. Integración de la barrera de la línea media horizontal (a partir de 7 años)

**A**. Usando una barra de euritmia, varilla de madera o bastón:

1. Doblándote por la cintura, coloca la barra en posición horizontal, sobre el suelo, delante de los pies; enderézate completamente.
2. Salta por encima de ella con los pies juntos.
3. Gira la parte superior del tronco y encórvate girando hacia atrás por la cintura para recoger la barra con las dos manos; enderézate completamente de nuevo; encorvándote coloca la barra de nuevo delante de los pies.
4. Repite este ejercicio al revés, es decir, yendo hacia atrás.

### Consideraciones

Este ejercicio trae conciencia y experiencia de arriba y abajo. Mientras el alumno se doble por la cintura, está bien si dobla ligeramente las rodillas. Anímale a que deje que la cabeza caiga completamente hacia abajo; esto estimula el sistema vestibular (sentido del equilibrio). Este ejercicio puede hacerse a diario en casa.

**B**. En la clase de apoyo, también podemos usar:
1.Los ejercicios de Geografía Corporal que hagan que las manos toquen los tobillos, dedos de los pies, talones, espinillas, corvas, rodillas, etc., de forma que el alumno se doble por la cintura.
2. El Ejercicio del Triángulo con Barra (a partir de 12 años).

## III. Integración de la barrera de la línea media vertical (edades de las actividades correspondientes)

**A.** Cualquier actividad que lleve las manos a la línea media o a cruzarla, ayuda a "disolver" esta línea media; la mayoría de las tareas de la casa/jardín involucran a las manos de este modo. Algunas actividades que se sugieren son:
1.Ejercicio de Devanar Lana.

2.Ejercicio de Retorcer Madejas.
3.Juegos de palmadas con las manos, de cordel y de dedos.
4. Todas las actividades de destreza manual como hacer trenzas con cintas o hilo grueso, hacer punto con los dedos, coser, hacer ganchillo, hacer punto, convertir la lana en fieltro, hacer nudos, cortar y pegar, papiroflexia, trabajo con cuentas, tallar madera, carpintería.
5. Modelar con cera de abeja, plastilina o arcilla.
6. Juegos de botar la pelota y juegos malabares (usando pañuelos y/o pelotas).
7. Saltar: primero saltar con los dos pies juntos cruzando sobre una línea recta o una circunferencia, luego con los pies cruzándose y descruzándose.
8. Borrar la pizarra mientras se está de pie, de forma que la mano que borra tenga que desplazarse cruzando la línea media.
9. Barrer el suelo (sujetando el palo de la escoba con ambas manos mientras se mueve cruzando la línea media), lavar platos a mano, quitar el polvo, retorcer un trapo, limpiar los zapatos, doblar la colada, hacer las camas.
10. Hornear y cocinar: medir, remover una comida, batir, amasar, dar forma a la masa, presionar la masa en el molde, cortar pan, cortar verduras, rallar zanahorias.
11. Cavar, quitar las malas hierbas, quitar las hojas con el rastrillo.
Las actividades anteriores se dan como "tarea para casa" y/o como tareas para hacer en el aula.

**B**. En la clase de apoyo, también podemos usar:
1. El Ejercicio de la Estrella Numérica; en este ejercicio es esencial que el alumno no se mueva de la posición central de pie.
2. Dibujo de formas de modelo continuo, asegurándote de poner el papel en posición apaisada exactamente delante del alumno y de que esté bien sentado.
3. Ejercicios de Geografía Corporal en los que las manos cruzan la línea media (de tercer grado en adelante).
4. Ejercicios de pintura.
5. Ejercicio de Espejo.

Todas las actividades anteriores de la línea media vertical ayudan también a tomar conciencia de la izquierda y la derecha.

## IV. Apoyo al desarrollo de los sentidos vital, movimiento propio y equilibrio

**A**. Para el sentido del equilibrio son especialmente integradoras las siguientes actividades infantiles; estas actividades también desarrollan el sentido del movimiento propio:

1. Todos los ejercicios y actividades en las que el alumno se mueve mientras está en posición horizontal (rodar, arrastrarse, gatear, hacer el "cangrejo" y la "carretilla", dar volteretas, nadar y jugar en el agua, etc.).
2. Actividades en las que la cabeza está hacia abajo (colgarse boca abajo por las rodillas, dar vueltas en una barra de giros, hacer el pino y el puntal, la voltereta lateral y la voltereta, etc.). (Véanse también las actividades de la línea media horizontal en el II anterior.)
3. Juegos en los que los niños giran: montar en tiovivo, retorcerse en un columpio, jugar a las estatuas [c] y girar agarrados por parejas [d], y otros.
4. Columpiarse, deslizarse, jugar a la rayuela, hacer equilibrio sobre tablones, barras de equilibrio o troncos, subir por escaleras de soga, colgarse/subir/columpiarse en sogas gruesas (con nudos), colgarse/dar vueltas en ¡as anillas o en el trapecio son, todas ellas, actividades integradoras para ambos sentidos.
5. Actividades de saltar, como saltar a la comba, saltar de piedra en piedra, saltar hacia delante y saltar hacia arriba.
6. Para las actividades de motricidad fina, véanse las actividades enumeradas en III, "Integración de la barrera de la línea media vertical"; éstas y todos los demás ejercicios de este libro apoyan la maduración de los sentidos volitivos.
7. Jugar a juegos infantiles como las tabas, las canicas y yoyós, por ejemplo, es también integrador.
8. Dibujar y escribir con los pies son actividades divertidas e integradoras.

**Consideraciones**

Para que las actividades descritas en A sean integradoras, deben comprometer y desafiar al niño. Debe sentir que está logrando algo. Si el equilibrio y el sentido del movimiento propio (propiocepción) del niño no parecen mejorar con estas actividades, o si su equilibrio parece muy afectado, remítele a Integración Sensorial (véase el capítulo 4).

Vigila que el niño no se maree mucho o se le revuelva el estómago con las actividades de motricidad gruesa. Si a los niños se les da la oportunidad de jugar frecuentemente en patios bien equipados y en la naturaleza, los sentidos volitivos tienen oportunidad de integrarse de forma natural.

**B.** El sentido vital (que está relacionado con la resistencia, la respiración y el bienestar orgánico) se apoya en la buena alimentación, el sueño saludable y abundante, las actividades rítmicas diarias/semanales/estacionales, actividades regulares de motricidad gruesa al aire libre y actividades artísticas de motricidad fina (por ejemplo, artesanía, tocar un instrumento musical, pintar, dibujar, modelar). Cuando está bien integrado, el sentido vital da experiencia de salud, relajación, resistencia y sentido del ritmo. También transmite una sensación de volumen, masa y peso, así como la cantidad de esfuerzo que requiere la tarea, como mover o levantar objetos pesados en oposición al trabajo de oficina.

**Consideraciones**

Un médico antroposófico puede tratar posibles desequilibrios constitucionales (orgánicos) con síntomas tales como enuresis, mal apetito con dolores frecuentes de estómago o de cabeza, alergias o respiración por la boca, asma y otras respiraciones irregulares con poca resistencia. Los "Ejercicios para desarrollar el sentido del ritmo con armonización del espacio corporal y la respiración" son actividades que apoyan al sentido vital y a los demás sentidos.

## V. Apoyo al desarrollo del sentido del tacto

Las actividades siguientes son adecuadas para los alumnos que son claramente sensibles (o poco sensibles) al funcionamiento de este sentido:

1. Haz que el alumno empareje objetos iguales de una bolsa de tela que contiene objetos dobles y únicos (las dos manos palpan los objetos; los ojos no los ven).
2. Dibuja una forma en la espalda del alumno o en el dorso de la mano (sin que lo vea) y hazle dibujar la forma en la pizarra o en un trozo de papel.
3. Esconde de 10 a 25 canicas en un cubo de arena y haz que el alumno las busque con las manos o con los pies; cronometrar esta actividad hace que algunos niños se motiven más.
4. Juega a los juegos infantiles tradicionales de tocarse la espalda, los brazos (o la cara), por ejemplo, "En un caminito hay cuatro piedras"[e] o "Cuando vayas a la carnicería"[f 93].
5. Una actividad muy apreciada es fingir que el niño está tejiendo un capullo enrollándole en una manta o colcha.
6. También les gustan mucho las carreras de obstáculos en las que el niño tiene que aplastarse, deslizarse, rodar, gatear, arrastrarse para pasar por los obstáculos o entre ellos o por encima o por debajo.

### Consideraciones

El maestro aprende a acercarse a un alumno sensible al tacto desde donde el alumno pueda ver al maestro, a evitar tocarle ligeramente en el hombro y a sentarle en un lugar tranquilo de la clase. Si este niño tiene muchos compañeros en clase o si detrás de él pasan muchas cosas, esto le impulsa a darse la vuelta constantemente y mirar atrás. Normalmente no funciona bien en medio de la fila a menos que esté muy a gusto con sus compañeros (o a menos que le guste que los niños de la fila le aplasten). Algunos niños sensibles al tacto parecen alejarse del contacto, otros lo buscan, la mayoría tiene problemas con los límites y algunos parecen "agresivos". Si el niño es extremadamente sensible (defensividad táctil), remítele a Integración Sensorial (véase el capítulo 4).

## Ejercicios para apoyar el desarrollo de los movimientos oculares

### I. Ejercicio Dedo-Ojo (a partir de 7 años)

**A.** El niño de pie con los pies ligeramente separados, el peso distribuido por igual, los brazos a los lados.

1. El maestro pone un paño azul en su dedo índice y, siguiendo el niño los movimientos con los ojos, lo lleva al hombro izquierdo del niño, luego baja lentamente por el brazo izquierdo hasta la mano y la punta de los dedos del niño y de nuevo lo sube hasta el hombro.
2. El niño relaja los ojos durante un momento.
3. Siguiendo el niño atentamente los movimientos con los ojos, el maestro repite los mismos movimientos con el paño azul dos veces más, permitiendo que los ojos se relajen entre ambos.
4. Con un paño rojo en el dedo, el maestro repite los mismos movimientos desde el hombro derecho del niño hasta la punta de los dedos y de nuevo hacia arriba; los ojos del niño siguen el movimiento del paño. El niño relaja los ojos.
5. Repite dos veces más, relajando los ojos entre ambas.

**B.** La versión siguiente es una forma reforzada del ejercicio, para después de los diez años:

1.Con el brazo izquierdo del niño extendido recto al frente, el maestro pone su dedo, cubierto con un paño azul, en el hombro izquierdo del niño y lo lleva lentamente por el brazo izquierdo hasta la mano y punta de los dedos y de nuevo hacia arriba; los ojos del niño siguen los movimientos del paño azul.
2. El niño baja el brazo y relaja los ojos durante un momento.
3. Repite dos veces más, relajando entre ambas.
4. El brazo izquierdo se extiende hacia un lado hasta la altura del hombro, y se repiten los mismos movimientos con el paño azul tres veces, relajando entre ellas.
5. El brazo izquierdo permanece a lo largo del cuerpo, y se hacen los mismos movimientos con el paño azul tres veces, siguiéndolos el niño con los ojos y relajando entre ellas.
6. Se repite la secuencia de 1 a 5 con un paño rojo para el lado derecho.

**C**. Después de los once años, el alumno puede usar sus dedos índices, colocándolos sobre sus hombros, y bajarlos por los brazos siguiéndolos con los ojos, sin utilizar un paño de color.

**Consideraciones**

Este ejercicio puede usarse si el alumno carece de una dominancia totalmente establecida. Está adaptado a partir de las indicaciones dadas por Rudolf Steiner en las conferencias para maestros y euritmistas.

**II. Coordinación ojo-mano: actividades de la Clase Extra (edades de las actividades correspondientes)**

Los ejercicios correctivos de la Clase Extra para las dificultades con los movimientos oculares o para fortalecer la coordinación ojo-mano son, para todos los niños:
Ejercicio de la Estrella Numérica, Ejercicio de Rodar la Barra, Gran Gateo, ejercicios de saquito(s) de Frijoles o de pelota(s),

Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento junto con el ejercicio de Girar el Pulgar, y Cubos entre los Dedos. También serán necesarios la Varilla Florida, dibujo de formas adecuado para la edad (con la secuencia del movimiento del ojo) y ejercicios de pintura.

Sólo para los niños de más de diez años:
Ejercicio de las Bolas de Cobre seguido del Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento y todos los ejercicios de pintura y de geometría a mano alzada de acuerdo con la edad del alumno.

**III. Coordinación ojo-mano: actividades infantiles**

Muchas de las actividades infantiles ya mencionadas apoyan el desarrollo de los ojos; el niño sigue las actividades de las manos con los ojos. Algunas sugerencias adicionales son:

1. Jugar al mikado, al boliche[g], a las chapas, a las pulgas[h], a las tabas, a las canicas.
2. Dibujar laberintos, hacer rompecabezas.
3. Todos los juegos de puntería, usando bolos, anillas, discos voladores (frisbees), saquitos de Frijoles, pelotas.
4. Ping-pong.
5. Juegos de memoria visual como emparejar cartas, encontrar objetos ocultos, recordar objetos mostrados en una bandeja durante un tiempo limitado, recordar la ropa que alguien llevaba, identificar ligeros cambios en la postura del que la liga.
6. Para los alumnos que han aprendido a escribir con letra cursiva enlazada: un jugador escribe una palabra con letra cursiva enlazada en el techo de una habitación a oscuras con el haz de luz de una linterna, otro jugador lo lee; luego éste escribe una palabra que el otro jugador lee. Después de que el alumno tiene éxito alternando de esta forma, añade cada vez más palabras, aumentando hasta hacer una oración completa.
7. Persecución de linternas: al menos dos jugadores, cada uno con una linterna tumbados de espaldas en una habitación a oscuras. Una linterna (la del que la liga) se cubre con celofán de color y este jugador trata de atrapar uno de los otros haces de luz del techo. Todos los haces tienen que estar en el techo. Cuando un haz ha sido "pillado" el jugador apaga la linterna.

**Consideraciones**

La mayoría de las actividades de III son para el hogar, donde se necesita recordar a los padres que estas actividades infantiles son mucho más importantes para el desarrollo de los ojos que cualquier juego o (in)actividad en un ordenador u otra pantalla. Cuando los ojos miran la pantalla, no siguen a las manos. También, mientras se ve la pantalla de la televisión o de un juego de ordenador, los ojos no tienen que cambiar el enfoque, ya que la pantalla siempre está a la misma distancia de los ojos.

## Ejercicios para desarrollar el sentido del ritmo con armonización del espacio corporal y la respiración

### I. Ejercicio de las Bolas de Cobre (a partir de 10 años)[94]

Se necesitan dos bolas de cobre o dos naranjas de tamaño mediano y una pelota blanda (del tamaño de una pelota de béisbol o cricket, o tener varios tamaños disponibles y dejar que el alumno elija cuál usar; también se puede utilizar una bola de cobre grande). El maestro puede acompañar este ejercicio tocando la escala musical ascendente y descendente con un arpa infantil pentatónica ó una lira Choroi.

Haz que el alumno se tumbe de espaldas sobre una estera con las piernas rectas, los brazos a los lados con las palmas hacia arriba y las bolas descansando sobre las palmas. Coloca la pelota blanda entre las articulaciones de los dedos gordos de los pies, de forma que los pies se mantengan paralelos. Cuando este ejercicio se acompañe con música, lleva el ritmo de los movimientos del alumno; no impongas tu voluntad y ritmo al suyo. A medida que el alumno levanta el brazo (ó los dos) hasta ponerlo en el suelo por encima de la cabeza, se toca la escala ascendente; a medida que lo baja hasta ponerlo al lado, se toca la escala descendente.

**A**. Pide al alumno:

1. Eleva la cabeza hasta que puedas ver una de las manos (libre elección).
2. Mirando la bola, eleva el brazo lentamente hasta la posición vertical.
3. En el momento en que la bola caería, gira la mano y continúa el movimiento hacia atrás hasta que el brazo estirado llegue al suelo, girando la cabeza y siguiendo el movimiento con los ojos, hasta que el brazo esté totalmente extendido sobre el suelo por encima de la cabeza.
4. Entonces relaja este brazo en el suelo (un brazo relajado se dobla por el codo).
5. Repite del 1 al 4 con el otro brazo, con los ojos siguiendo la bola.
6. Los dos brazos están ahora por encima de la cabeza, relajados sobre el suelo.
7. Vuelve la mirada a la bola de la primera mano que se usó.
8. Estira este brazo en el suelo.

9. Llévalo de nuevo al lado del cuerpo mientras se mira la bola, elevándolo hasta estar vertical y girando la dirección de la mano a mitad del camino.
10. Relaja.
11. Repite del 7 al 10 con el otro brazo.
12. Los dos brazos están ahora relajados a los lados del cuerpo.
13. Continúa este ritmo, siempre haciendo hincapié en la relajación entre los movimientos, de forma que el alumno libere la tensión del movimiento de estiramiento y tenga que encontrar las áreas no usadas y desacostumbradas del movimiento elevador (véase el capítulo 2 y la nota 5).
14. Gradualmente, aumenta el tiempo hasta hacerlo de 5 a 7 minutos.

**B**. Con los ojos cerrados y ambas manos a los lados:
1. Eleva los brazos a la vez, girándolos como antes cuando estén verticales.
2. Relaja los brazos completamente cuando descansen en el suelo por encima de la cabeza.
3. Regresa haciendo lo mismo, y repite.
4. Gradualmente, aumenta el tiempo hasta hacerlo de 5 a 7 minutos.

Los ojos permanecen cerrados durante toda esta parte del ejercicio.

**C**. Con los ojos todavía cerrados:
1. Pon una mano en el suelo por encima de la cabeza (moviéndola hacia arriba y hacia atrás como antes), permaneciendo la otra en el suelo al lado del cuerpo.
2. Mueve las manos al mismo tiempo hasta que las posiciones se inviertan, sintiendo el movimiento de giro necesario cuando los brazos están frente a frente en la posición vertical.
3. Gradualmente, aumenta el tiempo hasta hacerlo de 5 a 7 minutos.

**Consideraciones**

Éste es uno de los ejercidos más importantes y revela elocuentemente la situación del niño. Éste es un ejercicio de excarnación. El cuerpo astral espira; se mantiene la

conciencia como cuando se escucha música. Se inducen los movimientos correctos aflojando la astralidad tensa, con su gesto retenido en los músculos (véase el capítulo 2), y permitiendo una inspiración "correcta". Ésta se consolida entonces en una actividad consciente haciendo después de este ejercicio el de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento.

Puede que la mano dominante no sea la elegida para comenzar; que la mano no pueda girar en la dirección correcta en el movimiento hacia abajo; si esta dificultad persistiera después de 6 a 8 clases, envuelve una bolsa de azúcar de medio kilo en un paño y haz que el niño la levante con la mano desde la posición "incorrecta" a ¡a correcta. Repite varias veces.

El giro puede pasarse por alto, sólo teniendo lugar justo antes de que el brazo alcance el suelo. Es posible que los brazos no se relajen completamente, entonces podemos doblarlos suavemente y llevarlos hacia el suelo hasta que los hombros estén pegados al suelo. Esta pausa de relajación entre movimientos es la parte más importante del ejercido. Cuando los brazos se estén moviendo alternativamente, puede que un brazo tenga que parar y retroceder antes de que el otro brazo pueda completar su movimiento.

Quizá los pies se separen; vuelve a ponerle la pelota (siéntate cerca de sus pies para que esto se realice suavemente).

Ojos: cuando los ojos están abiertos, con frecuencia el niño olvidará seguir los movimientos y mirará al frente. Amablemente, pregúntale si todavía puede ver la bola. Puede que tenga que mirar abajo antes de poder mirar arriba. La mayoría de los niños tendrá que elevar la cabeza y los hombros del suelo para que los ojos sigan los movimientos de abajo a arriba. Es posible que se cierren los ojos según gira la cabeza de un lado al otro; para liberar esto, usa el Ejercicio de Todo el Cuerpo y el Ejercicio de Rodar la Barra. Cuando los ojos están cerrados en las partes B y C, puede haber sacudidas, bizqueos y parpadeos. A veces los globos oculares se mueven hacia los brazos como arrastrados por el movimiento.

Los movimientos de la mandíbula de lado a lado pueden comenzar a medida que el ejercicio penetra en el cuerpo. Observa los labios: con frecuencia forman uno o más de los sonidos vocálicos a medida que los movimientos llegan más profundamente dentro del cuerpo.

En cierto momento, los niños pueden perder el ritmo de repente, sin apenas hacer la pausa entre los movimientos. Éste es el síntoma de una clara etapa que tiene que superarse sin la interferencia del maestro. Algunos niños retienen la respiración frente al movimiento. Éste es el resultado de las prisas y las presiones a las que han sucumbido. Los niños que son muy tensos y viven muy fuertemente en los movimientos de estiramiento encontrarán, cuando realmente se relajan, que al principio no pueden ponerse de pie al final del ejercicio, lo que nos muestra lo pequeña que es el área del cuerpo que son capaces de usar.

Observa cuándo cambia la calidad del movimiento: de rápido, levantamiento superficial, a un desplazamiento y colocación consciente. Las buenas señales son:

1. Cuando todos los movimientos mencionados anteriormente cesan y el niño empieza a moverse armoniosamente.
2. Cuando se respira profundamente.
3. Cuando se empieza a suspirar y bostezar.
4. Cuando una atmósfera de paz rodea al niño y al maestro.

Después de este ejercicio realiza siempre el Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento.

**II. Ejercicio de Girar las Bolas (a partir de 8 años)**

En este ejercicio, corrige los errores según ocurran. La única excepción sería si se usa el ejercicio una vez para hacer una evaluación; uno observa entonces qué extremidad(es) invierte(n) la dirección.

1. De pie con una bola de cobre o naranja en cada mano, las manos elevadas hacia delante con los codos doblados, los brazos con una curva armoniosa, y una bola de

cobre o pelota de tenis bajo un pie (los zapatos quitados).
2. Mueve la bola derecha con el pulgar sobre la bola, moviéndose desde el dedo meñique por la palma de la mano hasta el dedo índice; esta bola derecha se mueve entonces en sentido antihorario en el plano horizontal.
3. Cuando está establecido el 2, mueve la bola izquierda con el pulgar sobre la bola, moviéndose desde el dedo meñique por la palma de la mano hasta el dedo índice; la bola de esta mano se mueve en sentido horario.
4. Añade el movimiento del pie dando vueltas a la bola "hacia adentro", controlando la bola con la planta del pie. El pie derecho se mueve en sentido antihorario, y el izquierdo se mueve en sentido horario.
5. Ahora recita una poesía; es adecuada una de jardín de infancia o una que el alumno haya aprendido.
6. Mantén todo en movimiento.
7. Repite con el otro pie.

**Consideraciones**

Para comenzar elige una poesía breve, aumentando la cantidad de tiempo (duración de la poesía) a medida que el alumno se vuelve más hábil para mantener el movimiento continuo.

Observa a qué mano se aterran los ojos, qué pierna invierte la dirección, qué mano o manos olvidan moverse al concentrarse el alumno en recitar la poesía. El niño debe volverse suficientemente hábil para mantener las manos levantadas como se describe y mirar al frente con confianza.

En este ejercicio se hacen visibles las obstrucciones al fluir del movimiento. Estas obstrucciones, señales de la clara fuerte influencia del sistema de estiramiento, pueden contribuir a la dominancia sin confirmar (véase el capítulo 2 y la nota 5).

**III. Espiral Tripartita (a partir de 6 años)**



A. Dibuja una gran espiral en sentido horario (desde arriba tres vueltas en sentido horario hasta el centro; véase la ilustración) en una gran hoja de papel o cartulina, de unos 45 x 50 cm para los niños más pequeños y tan grande como 50 x 60 cm para los niños mayores con piernas más largas, con una línea rojo carmín ancha.

1. Coloca ésta plana sobre el suelo delante de una silla baja y cómoda en la que el niño se siente con los pies juntos en la base de la espiral.
2. El niño sostiene en la mano izquierda una bola de cobre u otro objeto natural pesado (por ejemplo, un cristal) que descansa en el muslo izquierdo.
3. El pie derecho comienza en el centro de la espiral y traza, tocando la línea, la espiral hacia fuera; el pie derecho vuelve a la posición inicial.
4. El pie izquierdo toma entonces la posición final del trazo del pie derecho y traza hacia el centro, tocando la línea.
5. Sentado con los pies juntos, ahora el niño se inclina hacia delante y traza la espiral de fuera al centro con la mano derecha, tocando la línea.
6. Después de una breve pausa de descanso, repite estos tres movimientos (3,4,5) tres veces inicialmente, descansando entre cada serie de tres. Aumenta con incrementos de tres hasta trazar doce series de tres. Uno puede desafiar a los alumnos mayores a ver cuántas veces pueden trazarla sin error después de haber llegado a las doce veces.

**Consideraciones**

Los movimientos de los pies son hacia dentro en relación con el cuerpo, es decir, el pie derecho se mueve en sentido antihorario, el izquierdo se mueve en sentido horario (las mismas direcciones para los pies que en el Ejercicio de Girar las Bolas).

Usa siempre la mano derecha. La mano izquierda permanece quieta, sosteniendo la bola de cobre u objeto pesado. Esto se aplica tanto a los niños diestros como a los zurdos.

Éste es un buen ejercicio para los niños inquietos, intranquilos, los que tienen sueños perturbadores, o los que tienen dificultades para dormir, incluyendo dificultades para quedarse dormidos.

Es norma! ver errores repentinos y la repetición del mismo pie, o que la mano empiece en el interior de la espiral. Con este ejercicio y con el Ejercicio de Girar las Bolas siempre se corrigen las direcciones según se realizan. Simplemente, haz un sonido adecuado.

**B.** Variante: para involucrar a los pies y a los dedos de los pies así como para mantener al niño involucrado en este ejercicio, algunos colegas maestros de apoyo educativo han añadido lo siguiente: se ponen unas pocas cuentas o pequeñas piedras pulidas en el centro de la espiral y aproximadamente el doble en el comienzo externo de la espiral. Mientras se traza la espiral como de costumbre, el alumno toma una pequeña piedra del centro con los dedos del pie derecho y la desliza por la espiral, dejándola en el montón del exterior. Los dedos del pie izquierdo toman otra piedra del exterior y la deslizan por ;la espiral hacia el centro. Luego, la mano derecha toma una piedra y la desliza por la espiral hacia el centro; de esta forma dos "gnomos" comercian con "gemas" una y otra vez y el niño pone en uso los músculos de sus pies (muy bueno para los niños con los pies planos o dedos de los pies flojos).

**IV. Ejercicio del Triángulo con Barra (a partir de 12 años)**[95]

Se pone una barra de cobre (de unos 1,6 cm de diámetro y unos 76 cm de larga) en el suelo delante de los pies.

1. De pie con las palmas de las manos juntas, los dedos en la dirección de la muñeca contraria, y paralelas al suelo, la palma derecha hacia abajo tocando la palma izquierda que está hacia arriba.
2. Separa los pies el largo de la barra, levantando primero el pie izquierdo y después el derecho.
3. El maestro dice: "El peso presiona hacia abajo". La mano derecha presiona sobre la izquierda, la cual resiste la presión.
4. El maestro dice: "La luz fluye hacia arriba". Las manos y los brazos se elevan desde el centro hacia los lados y arriba, hasta que estén tan abiertos como la distancia entre los pies (y el largo de la barra).
5. Manteniendo las manos separadas la misma distancia, se inclina hacia delante lenta y suavemente, la cabeza entre los brazos, hasta que las manos toquen los extremos de la barra y la cabeza esté hacia abajo.
6. Recoge la barra elevándola lentamente hasta que los brazos hayan vuelto a la vertical con la cabeza siempre entre los brazos rectos (los hombros relajados)
7. Lentamente lleva la barra al suelo (por favor, la cabeza y los brazos a la par).
8. Levanta los brazos y el cuerpo de nuevo a la posición original.
9. Salta: pies juntos y brazos a los lados.
10. Repite toda la secuencia dos veces más.

**Consideraciones**

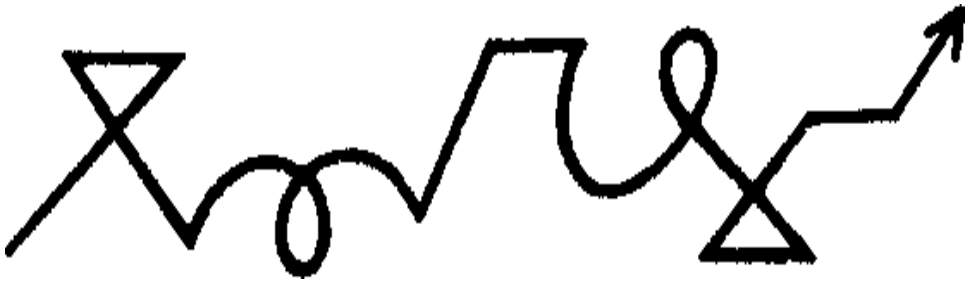
Este ejercicio tiene una cualidad geométrica, perfecta para el niño de 12 años. Para experimentar el equilibrio en el centro de uno, es importante experimentar el equilibrio entre la parte superior e inferior del cuerpo. Las dificultades para mantener la cabeza entre los brazos al inclinarse hacia abajo y elevarse, así como para mantenerlos hombros hacia abajo y relajados pueden indicar que hay patrones de movimiento primitivo retenidos y/o bloqueos estructurales de una lesión previa en el cuello, hombros o espalda. Doblar las rodillas ligeramente o ponerse en cuclillas para colocar la barra o recogerla normalmente ocurre cuando las corvas están tensas y/o cuando la línea media horizontal no se ha integrado completamente; doblar las rodillas libremente está bien.

Cuando este ejercicio se hace como es debido, con la cabeza entre los brazos todo el tiempo, produce una gran satisfacción tanto en el alumno como en el maestro.

**Ejercicios para establecer la dominancia en el lado derecho o izquierdo del cuerpo**

**I. Forma para la Dominancia (de 6 a 11 años)**

Haz un gran dibujo en una cartulina fuerte (tamaño A3) copiando con rojo carmín el dibujo de formas de la ilustración. (Véase la ilustración siguiente.)



1. Colócalo de pie contra la pared.
2. El niño se sienta en el suelo frente a él y lo "dibuja" tocando la línea en la misma secuencia de movimientos corporales que se da en el Ejercicio del Triángulo Rectángulo (véase el ejercicio siguiente).
3. Aumenta el ejercicio hasta que el alumno trace la forma tres veces con cada combinación de extremidades, con pausas entre cada trazo.

**Consideraciones**

El niño puede inclinarse hacia atrás apoyándose en las manos; si se apoya sobre los codos pídele que se enderece. Se puede usar una imagen adecuada. Si el niño ha de permanecer zurdo según el consejo del médico escolar, la secuencia sería: los dos pies; pie izquierdo; pie y mano izquierdos juntos; pie y ojo izquierdos, etc.

**II. Ejercicio del Triángulo Rectángulo (a partir de u años)**

Usando toda la superficie de dos cartulinas grandes (A3) dibuja cuatro triángulos (de unos 68 cm de alto y 51 cm de ancho), un triángulo en cada cara de las dos cartulinas, coloreados y numerados según las ilustraciones 11 a y 11 b. Hay cuatro triángulos para los alumnos de dominancia diestra (11 a) y una serie diferente de cuatro para los alumnos zurdos (11 b). (Se puede usar un gran papel blanco de estraza que pueda enrollarse, luego pegarlo a una puerta o pared con cinta de carrocero; reforzar las esquinas con celo trasparente evita que se rasgue el papel al quitar la cinta.)

**A.** Para los alumnos diestros, el niño se sienta delante del triángulo A (ilustración 11 a) que se pone de pie contra la pared. "Traza" los triángulos tocando las líneas, yendo en cada línea del número a la flecha, haciendo una breve pausa entre cada línea trazada poniendo el pie en el suelo y las manos en el regazo. Cada secuencia de trazo se repite tres veces (es decir, traza del número J a la flecha, pausa; número 2 a la flecha, pausa; número 3 a la flecha, pausa. Repite esto dos veces más.). Traza con las extremidades, tocando la línea, en el orden siguiente para los alumnos diestros:

1. Los dos pies juntos.
2. Pie derecho.
3. Pie y mano derechos juntos.
4. Pie derecho, ojo derecho (el ojo izquierdo se cierra muscular-mente o con la mano izquierda).
5. Pie, mano y ojo derechos, los tres juntos.
6. Las dos manos sujetas juntas: recuerda colocar ambas manos de nuevo en el regazo entre cada movimiento.
7. Mano derecha.
8. Mano y ojo derechos.
9. Ojo derecho.
10. Opcional: con la nariz (el maestro elige una parte del cuerpo al azar).

**B**. Repite con los triángulos B, C y D. Todo el ejercicio lleva 12 minutos.

**C**. Variante: cada movimiento de las extremidades una sola vez (de 5 a 7 minutos).

Después de este ejercicio, es bueno dejar que el alumno toque la lira o una kalimba durante un rato.

**Consideraciones**

Para los alumnos zurdos: usando los triángulos que se muestran en la ilustración 11 b, sigue la misma secuencia que en A, sustituyendo izquierda por derecha.

Éste es el ejercicio para mejorar y hacer las correcciones que la evaluación del Patrón de Dominancia muestre que sean necesarias.

Haz hincapié en la breve pausa de descanso entre cada trazo. Algunos niños encuentran difícil trazar con los pies mientras están sentados rectos; se apoyan hacia atrás sobre los codos o incluso se tumban; diles que pueden echarse hacia atrás apoyándose en las manos. Si el niño traza con las piernas rectas, pídele que se siente más cerca de la forma (de manera que las rodillas se doblen). La realización de este ejercicio puede mostrar una mala geografía corporal, bloqueos de memoria y vacilaciones en el movimiento. Este ejercicio favorece el establecimiento de la dominancia y también aviva y aumenta el poder del niño para superar los malos hábitos imitados llevados al organismo durante los siete primeros años. Esta mejoría puede observarse en el cambio al dibujo correcto en la Afinidad Ojo-Color cuando éste se repite. Los niños que han hecho la forma de la luna creciente en su dibujo, con frecuencia la cambiarán a luna llena cuando los ejercicios han surtido efecto.

A medida que aumenta la experiencia, el maestro b veces detectará que cierta inmovilidad en el lado no dominante del cuerpo está causando obstrucción al progreso. La observación cuidadosa de los ojos nos lo mostrará. Uno de ellos puede estar más fijo en la expresión o dirección de la mirada; esto también puede verse confirmado por el Patrón de Dominancia cuando es posible que uno vea un cambio repentino de elección de ojo en una de las secuencias. En este caso da al niño diestro la secuencia del triángulo para el lado izquierdo del cuerpo durante una clase,

volviendo luego a la secuencia del lado derecho durante tres clases; repite este ritmo 1 a 3 hasta el final del semestre (o trimestre). Igualmente, el niño zurdo puede hacer la versión diestra del Triángulo Rectángulo (véase el capítulo 7: "Reevaluación: control del progreso"). Este ejercicio está basado en los patrones de movimiento correctos para los respectivos lados del cuerpo y, por lo tanto, no produce ambidestreza. Comprueba el resultado con la evaluación de la Afinidad Ojo-Color.

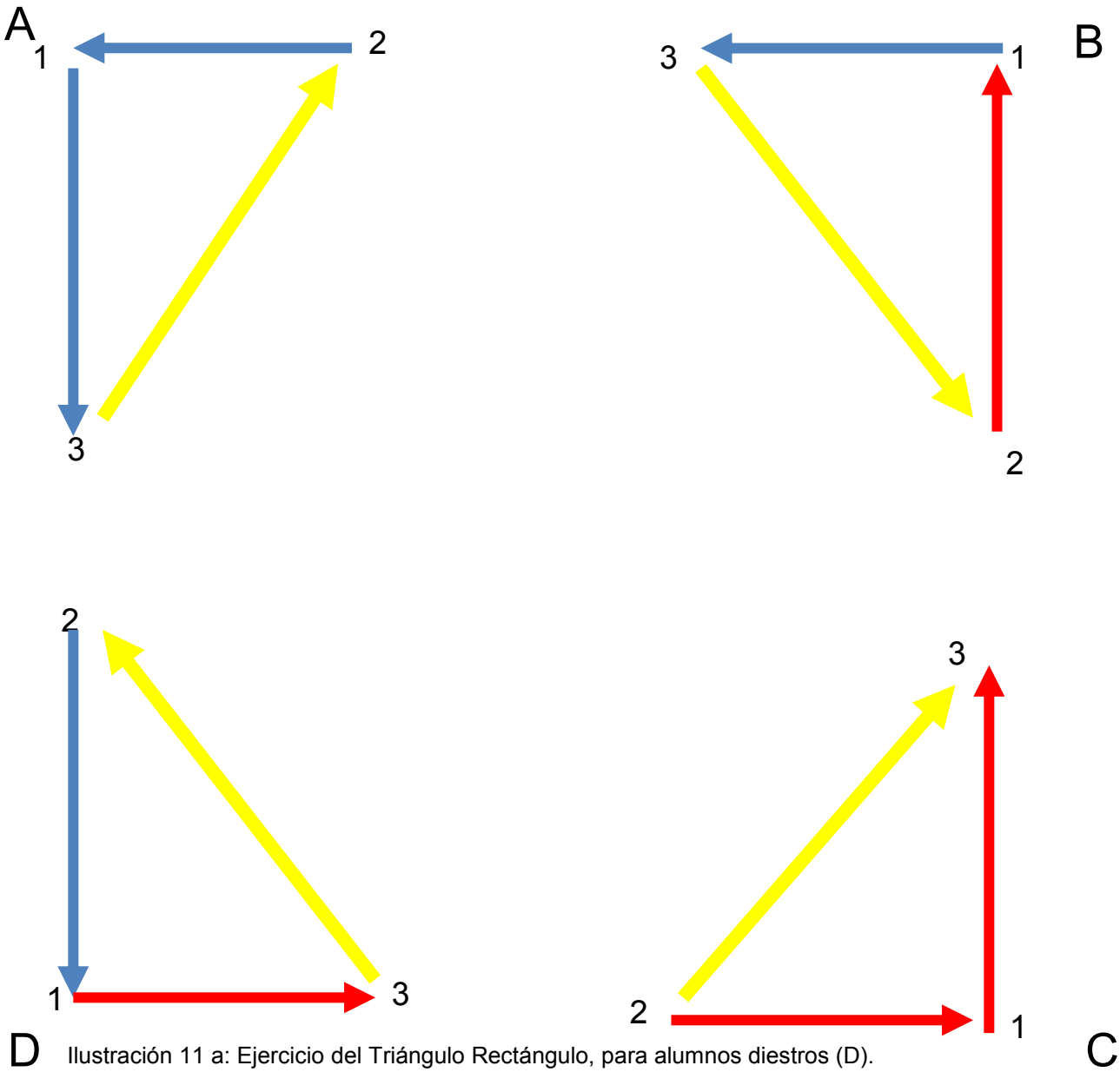



Ilustración 11 a: Ejercicio del Triángulo Rectángulo, para alumnos diestros (D).
Dibuja un gran triángulo (de unos 68 cm de alto y 51 cm de ancho; las líneas de aproximadamente 1 cm dé ancho) en cada cara de la cartulina (A y B en la cartulina 1; C y D en la cartulina 2). Rotula en la esquina superior izquierda de cada cara: A (D), B (D), C (D) o D (D), de acuerdo con el triángulo del que se trate. Observa que las letras A, B, C y D están en sentido horario, que las ocho flechas externas están en sentido antihorario y que las cuatro flechas internas están en sentido horario.

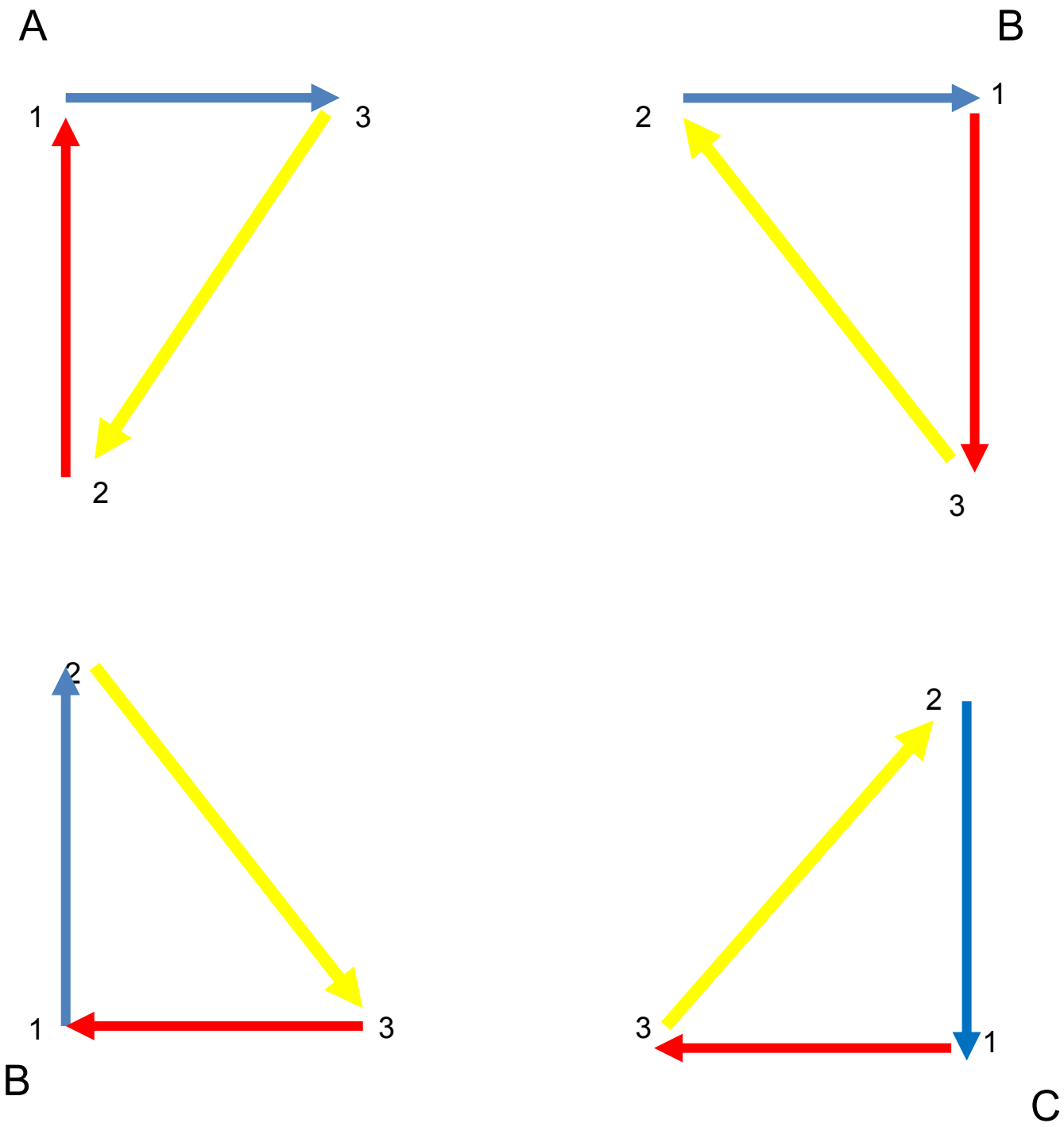



Ilustración 11 b: Ejercicio del Triángulo Rectángulo, para alumnos zurdos (Z).
Dibuja un gran triángulo (de unos 68 cm de alto y 51 cm de ancho; las líneas de aproximadamente 1 cm de ancho) en cada cara de la cartulina (A y B en la cartulina 1; C y D en la cartulina 2). Rotula en la esquina superior izquierda de cada cara: A (Z), B (Z), C (Z) o D (Z), de acuerdo con el triángulo del que se trate. Observa que las letras A, B, C y D están en sentido antihorario, que las ocho flechas externas están en sentido horario y que las cuatro flechas internas están en sentido antihorario.

## Ejercicios de estiramiento y elevación en relación con las tres dimensiones del espacio

### I. Elevar el Propio Peso (a partir de 7 años)

El alumno y el maestro de pie frente a frente. Pregunta al niño lo que pesa. Ayúdale a darse cuenta de que el ser humano tiene la maravillosa capacidad de llevar este peso sin esfuerzo. Ahora experimentaremos el peso y cómo podemos elevarlo. Comprueba que las manos permanecen a los lados del cuerpo; los pies juntos.
Haz que imagine una línea recta dibujada desde una estrella sobre su cabeza que le atraviesa y llega al centro de la Tierra. Con los ojos mirando al frente a un punto elegido:
1. Eleva todos los dedos de los pies tan alto como sea posible sin que se levanten del suelo las plantas de los pies.
2. Ahora baja los dedos de los pies y los presiona fuertemente contra el suelo apretando tan fuerte como sea posible.
3. Repite 1 y 2 dos veces más.
4. Luego, levanta los talones, de pie sobre los dedos de los pies, sin que el resto de los pies toque el suelo.
5. Muy despacio baja los talones hasta la posición de pie.
6. Repite todo el ejercicio del paso 1 al 5 dos veces más.

### Consideraciones

Con frecuencia los alumnos se balancearán hacia delante y hacia atrás con los movimientos de los dedos de los pies arriba y abajo; recuérdales el rayo de luz que les ayuda a permanecer rectos. Observa los pies: ¿están rígidos?, ¿uno más que el otro?, ¿cuál? Cuando está levantado sobre los dedos de los pies, ambos pies pueden rodar hacia los quintos dedos al ceder los tobillos. Después de la segunda vez, las manos pueden empezar a tensarse. Los dedos índices de una o ambas manos pueden ponerse rígidos y tirar del resto de la mano hacia los lados. Cuando los índices de la mano se separan de este modo, normalmente es una señal de que al

niño se le ha exigido intelectualmente demasiado pronto en su desarrollo. Probablemente ha satisfecho estas exigencias a expensas de su capacidad de satisfacer las de comportamiento y concentración. Es posible que los dorsos de las manos se vean atraídos hacia atrás. Si toda la mano tira hacia atrás, muestra que el niño ha estado bajo gran presión. Si los dedos meñiques tiran hacia fuera de la mano, el niño está teniendo dificultades para satisfacer las exigencias intelectuales y de comportamiento y está cayendo de nuevo en la imitación de los hábitos y comportamiento de su entorno.

Los maestros han usado con éxito este ejercicio con clases enteras. Es especialmente bueno para "reunir" y centrar a los niños después de que han estado fuera en el recreo.

Este ejercicio ayuda a tomar conciencia de arriba y abajo, al igual que el Ejercicio del Triángulo con Barra, el de Pelota Arriba/Abajo y el de Arriba/Abajo con Dos Pelotas. Libera las tensiones y ayuda a fortalecer la experiencia del elemento elevador en el que las fuerzas de la voluntad de los alumnos están trabajando (véase el capítulo 2 y la nota 5). El ejercicio de Devanar Lana es bueno para trabajar en liberar la tensión de las manos. Hacer punto con los dedos (ganchillo con los dedos) es también una excelente actividad correctiva, como lo es la artesanía. Canicas entre los Dedos de los Pies es bueno cuando los dedos de los pies están rígidos o los pies son planos. Caminar sobre los dedos de los pies y sobre los talones ayuda a fortalecer los tobillos que tienden a ceder y doblarse.

**II. Ejercicio de Botar Pelotas (a partir de 8 años)**

Se necesitan dos pelotas grandes (de unos 20 cm de diámetro), si es posible de color rojo carmín y azul cobalto.

**A**. El alumno de pie con los pies paralelos y ligeramente separados, el peso distribuido por igual entre los pies.
1. Sostiene una pelota en la palma de cada mano.

2. Bota la pelota de una mano contra el suelo.
3. Gira la mano y la atrapa sobre la palma de la misma mano.
4. Repite con la otra mano.
5. Alternando las manos, cuenta hacia delante hasta cierto número y hacia atrás. El conteo debería coincidir con el bote: para cuando la pelota se atrapa sobre la palma, se ha dicho el número.

Practica mucho, empezando con números bajos y luego sube hasta secuencias numéricas no usuales, por ejemplo, de 863 a 1039.

**B**. Para los alumnos con la barrera de la línea media vertical retenida, bota una pelota en la línea media y alterna manos para botar y atrapar esta pelota sobre las palmas.

**Consideraciones**

Este ejercicio hace tomar conciencia de la izquierda y la derecha. Flexibiliza la relación entre el elemento de estiramiento y elevador (véase el capítulo 2 y la nota 5). Exige fuerzas de la voluntad y concentración. Es especialmente bueno para los que piensan despacio y tienen mala memoria, también para los niños que son reacios a moverse. Amplía la capacidad del niño tanto como sea posible. Para un niño de 13 ó 14 años no es mucho contar hasta 1000.

**III. Ejercicio de Rodar la Barra (a partir de 7 años)**

El alumno y el maestro cara a cara; hacen en espejo los movimientos del otro.

1. Los brazos estirados hacia delante, los codos desbloqueados, las palmas hacia arriba con las puntas de los dedos del maestro tocando las del alumno, y una barra de cobre sobre las manos del maestro.
2. El maestro eleva sus brazos hacia arriba, rueda la barra por ellos hasta que toque su garganta, mientras el alumno hace en espejo este movimiento con ambos brazos

levantándolos bien hacia arriba.
3. Después el maestro hace rodar la barra hacia abajo por sus brazos (el alumno sigue haciendo el movimiento en espejo).
4. Pasa la barra a los dedos y las palmas extendidos del alumno, que repite los movimientos 2 y 3.
5. El maestro, que ha hecho en espejo los movimientos de los brazos del alumno hacia arriba y hacia abajo, recibe la barra de nuevo.
6. Continuar rítmicamente.

**Consideraciones**

Cantar con los movimientos ayuda a establecer y mantener un ritmo (se recomienda la canción Al pasar la barca o Se va, se va la barca). Asegúrate de que la barra rueda por las manos y los dedos (los toca) en su camino hacia las muñecas y antebrazos y desde ellos. Observa que los brazos estén rectos con los codos relajados.

Este ejercicio ayuda a desarrollar la conciencia de delante y atrás. Pronto saca cualquier debilidad en la parte superior de los brazos (incluso en chicos atléticos) y revela los gestos ocultos que causan las constricciones que mantienen los brazos apretados a los lados. Cuando la barra baja por los brazos, con frecuencia éstos se giran, de forma que las palmas quedan hacia abajo, en el gesto de estiramiento. A veces la tensión es tan fuerte que las manos sólo se pueden girar hacia arriba de nuevo llevando todo el brazo hacia atrás,. luego dar la vuelta y hacia delante (sin la barra). Este ejercicio también saca a la luz y corrige la respiración superficial e irregular. Debido a que la comprensión que lleva al recuerdo tiene lugar en el sistema rítmico (respiración y circulación), es un buen ejercicio para los niños que tienen dificultades de memoria. También se puede usar con clases y grupos[96].

Observa cómo se nublan los ojos en este ejercicio y en el de Elevar el Propio Peso cuando la voluntad del niño intenta penetrar en el cuerpo. A medida que crece la capacidad para penetrar en su cuerpo, se aclaran los ojos y permanecen brillantes durante el ejercicio.

**Ejercicios de dibujo**

Posiciones para escribir y para hacer dibujo de formas

Cuando el niño escribió su nombre en la clase de evaluación, observamos cómo agarraba el lápiz (o lápiz de cera). ¿Sujetaba el lápiz correctamente entre el índice y el pulgar, apoyado en el dedo medio? ¿Sobresalía la punta del dedo pulgar por el lápiz? ¡Qué prensiones tan raras de los lápices se ven! Cuando el alumno dibuja, observa si el lápiz se sujeta demasiado fuertemente, ¿se pone toda la mano rígida con el hombro u hombros levantados? o ¿se mantienen los brazos fuertemente apretados contra el cuerpo? ¿Cómo están colocados los pies?

Hoy en día hay que enseñar los elementos de las buenas posiciones de trabajo. (Esto es esencial si los niños van a disfrutar y entrar en los movimientos necesarios para las clases de euritmia.) La gracia natural y la sensibilidad para la belleza en el movimiento y las formas están disminuyendo con rapidez. Muchos educadores están trabajando para restablecer esto.

Entonces, para tener una buena posición para escribir y dibujar, comenzaremos con los pies. Comprueba que todo el pie descansa sobre el suelo durante todo el tiempo de escritura y dibujo. La silla no tiene que ser tan alta que el niño tenga que inclinarse hacia delante. Debería estar sentado con las articulaciones de las caderas ligeramente más bajas que el nivel de las rodillas, de forma que los movimientos de los brazos puedan pasar por el cuerpo hasta llegar a los pies. También, la altura de la mesa tiene que permitir que el brazo descanse en ella sin que el hombro esté forzado hacia arriba o el tronco tenga que encorvarse hacia delante, lo que también detendría el completo fluir del movimiento del brazo[97].

Para una prensión del lápiz (lápiz de cera) relajada y fisiológicamente funcional, la mano descansa sobre su lado con el dedo meñique proporcionando estabilidad sobre la superficie de apoyo, con ayuda del dedo anular. Los extremos del dedo índice y pulgar se encuentran en la punta del lápiz a una distancia de la punta entre medio centímetro y dos centímetros y medio, y un lado del extremo del dedo medio sujeta al

lápiz por abajo. Más arriba, el lápiz descansa sobre la base del dedo índice (véase la ilustración 1). Esta prensión de la herramienta de escritura y dibujo, permitiendo que la mano descanse sobre su lado, pone en equilibrio los movimientos de motricidad fina y gruesa[98].

La hoja de papel delante del niño lleva su conciencia inmediatamente a una relación tridimensional entre él y el papel. Para el dibujo de formas, el papel debería ser grande, centrado delante del alumno y totalmente recto. El niño debería poder moverse desde un sentimiento interno hasta por todo el papel, arriba, abajo y a su alrededor. Si el papel se mueve, entonces el niño se siente como un punto fijo sobre el que gira el espacio. Ésta es una señal de que el niño tiene una relación con el espacio mal desarrollada (orientación espacial; véase el capítulo 4 y los "Ejercicios para desarrollar la orientación espacial").

**I. Actividades para liberar la tensión en los movimientos del brazo y de la mano**

**A.** Todos los maravillosos juegos infantiles tradicionales con los dedos, por ejemplo, "La araña" [i], ayudan al desarrollo de las capacidades de la motricidad fina, como el agarre de la cuchara o la prensión del lápiz. Es bueno continuar con los juegos de dedos en los cursos inferiores para apoyar el desarrollo de una prensión del lápiz relajada y cómoda".

**B**. Algunas de las actividades que se sugieren para ayudar al desarrollo de la destreza manual y de los dedos, que es necesaria para la adecuada prensión del lápiz, son: hacer aviones doblando papel, cortar con tijeras, hacer punto con los dedos, hacer nudos (incluyendo atarse bien los zapatos), coser, y las actividades domésticas como limpiar zapatos, limpiar la plata o el cobre, limpiar la mesa, lavar los platos (a mano), romper la cascara y separar un huevo, y amasar la masa cuando se hace pan (véanse las actividades de "Integración de la barrera de la línea media vertical").

**C.** Los ejercicios de geografía corporal (especialmente los ejercicios de Retorcer

Madejas y Devanar Lana) así como el Ejercicio de Todo el Cuerpo y el ejercicio de Espejo ayudarán a aflojar los movimientos de manos y brazos rígidos.

**D.** Expansión y Contracción de la Mano: un modo de ayudar al niño a moverse por la superficie de escritura es practicar los movimientos de expansión y contracción de la mano por la mesa, primero sin lápiz y luego agarrando un lápiz largo.

1. Pon la mano derecha hacia el lado izquierdo de la mesa con el puño apretado con el pulgar hacia fuera.
2. Manteniendo la posición del pulgar presionando contra la superficie de la mesa, estira la mano en toda su amplitud, permitiéndola moverse hacia arriba y hacia la derecha por encima de la superficie.
3. Manteniendo la posición de la punta del dedo meñique, aprieta el puño hacia el dedo meñique (la mano está ahora en la posición original, pero en un nuevo lugar).
4. Desde el nuevo lugar del pulgar, de nuevo estira y contrae la mano hasta que se alcance el borde superior derecho de la mesa.
5. Luego repite el proceso, manteniendo un lápiz largo entre los dedos índice y medio con la parte superior del lápiz deslizándose contra la parte inferior del pulgar.

**E.** Para liberar la presión excesiva de la mano cuando se agarra el lápiz, podemos trabajar de dos formas:

1. Directamente, haciendo que el niño levante e! índice del lápiz mientras escribe o dibuja formas.
2. Indirectamente, hacer móvil la mano haciendo hábil el pie, es decir, hacer que el niño dibuje formas y escriba letras y números con su pie (el derecho para los niños diestros; el izquierdo para los niños totalmente zurdos) [100].

**F**. Ejercicio de Garabatear (a partir de 7 años)
Da al alumno una gran hoja de papel, tan grande que la mano pueda llegar hacia delante y hacia los lados. El alumno sujeta uno o más lápices de cera con la primitiva prensión palmar[101].

1. Haz que el diestro haga un remolino hacia dentro desde arriba a la derecha a abajo a la izquierda en sentido antihorario; en sentido inverso para el niño zurdo: en sentido horario.
2. Cuando los niños mayores (de más de 11 años) están satisfechos con la liberación de tensiones al dibujar el remolino garabateado, deben practicar el modelo de espirales continuas en sentido horario varias veces, con bucles grandes de izquierda a derecha del papel, la dirección normal que usamos para escribir.

**Consideraciones**

Haz que el alumno realice los remolinos garabateados como un preludio normal para los ejercicios de modelo continuo. Observa la cantidad de presión que usa y el ánimo con que garabatea. Algunos niños se cansan rápidamente y necesitan pequeños descansos. La experiencia muestra que los niños están deseosos y encantados de repetir el movimiento de dibujo más antiguo de su desarrollo, el "remolino garabateado"[102]. Este ejercicio ayuda a liberar bloqueos y ayuda al desarrollo de la dominancia.

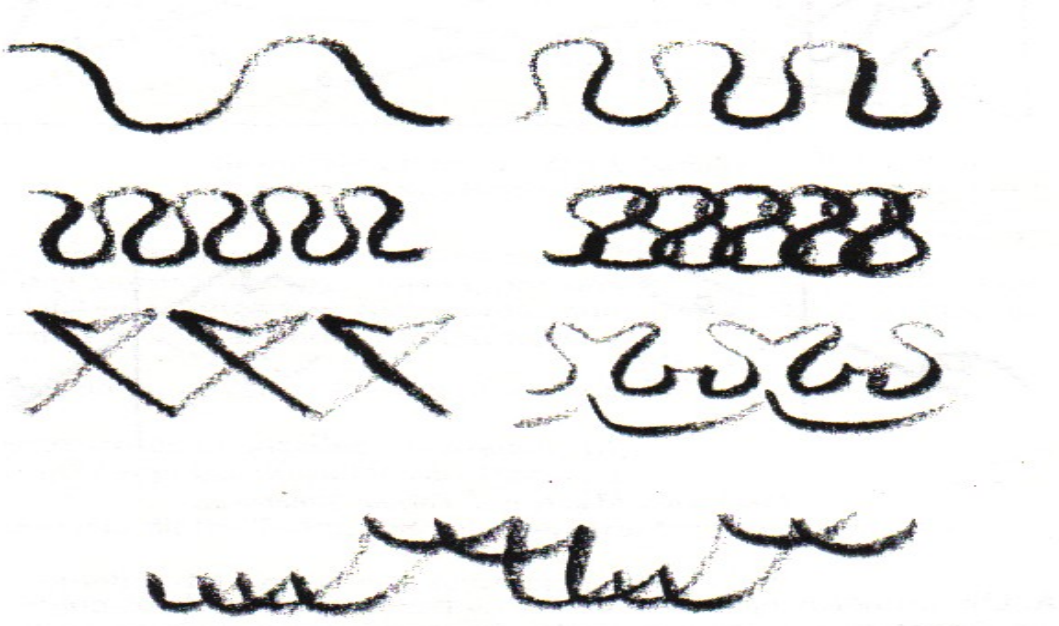


*Ilustración 12: Modelos continuos.*
Observa la variación de claro y oscuro:
arriba claro, abajo oscuro.

## II. Ejercicios de modelo continuo y otros ejercicios de dibujo de formas

Los ejercicios siguientes pueden hacerse: A, B y C a partir de 7 años; D a partir de 8 años; E y F a partir de 9 años; y G y H a partir de 11 años. Estos dibujos de formas se hacen mejor en papel de dibujo A3 de formas o de estraza sin encerar,

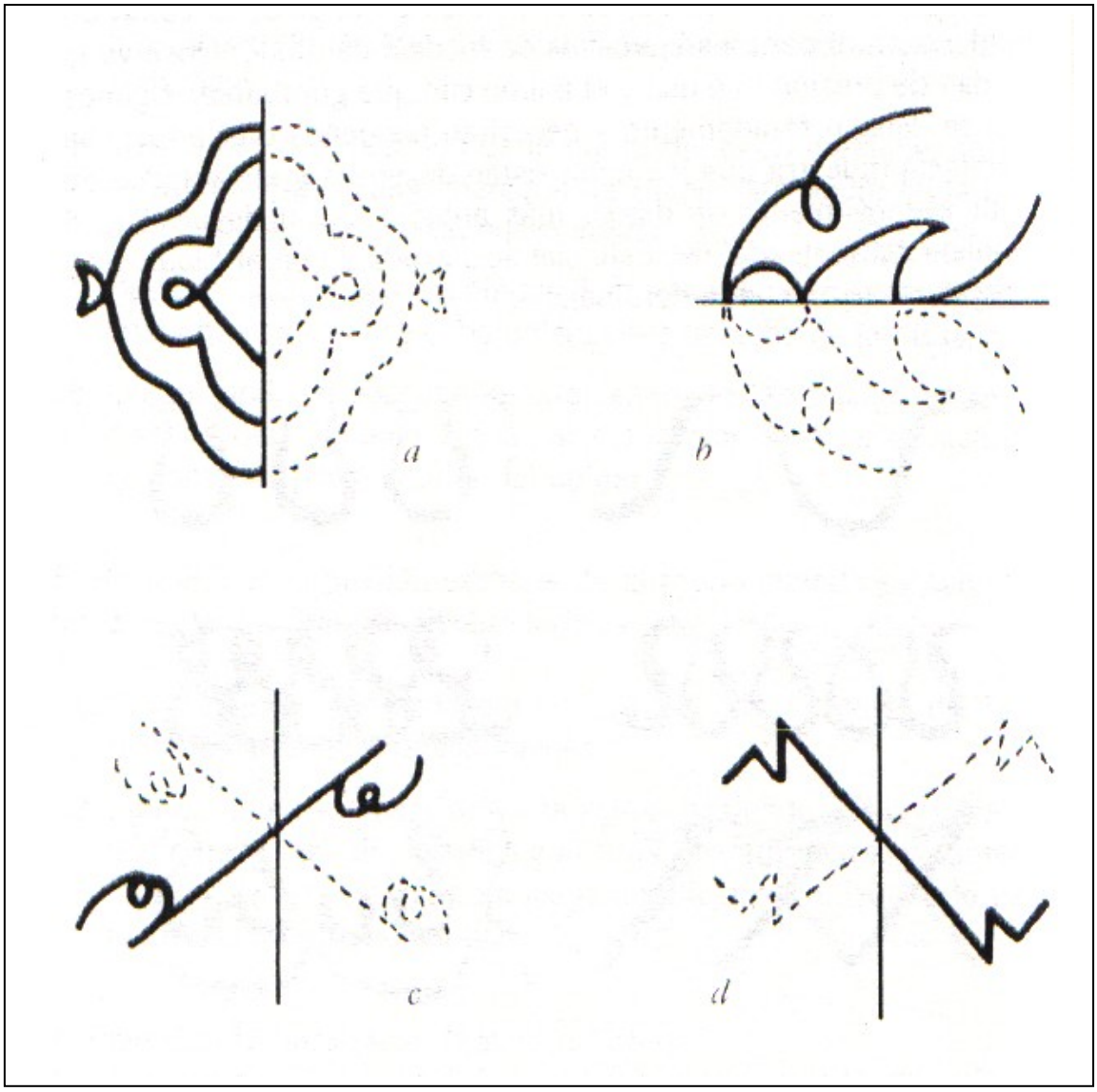



ilustración 13 a, b, c, d: Formas simétricas.

A. Los primeros ejercicios de dibujo pueden ser modelos continuos; los maestros pueden inventarlos (véanse los ejemplos de la ilustración 12).

B. Ejercicios de simetría respecto a los ejes vertical y horizontal (véase la ilustración 13 a, b, c, d).

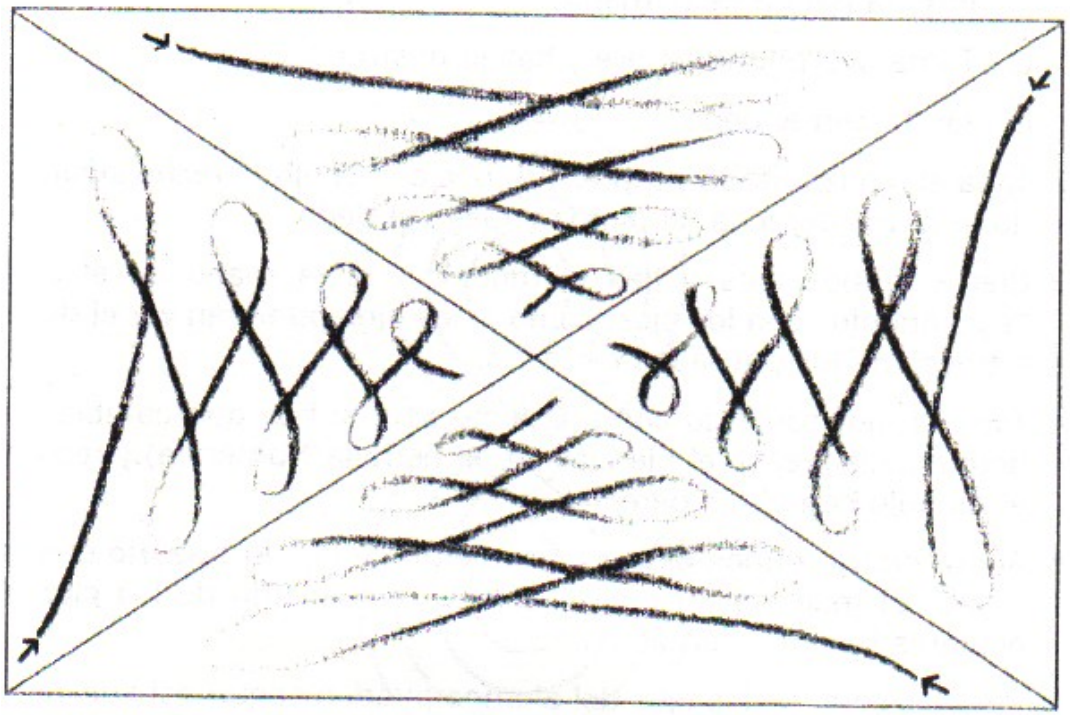


Ilustración 14: Lemniscatas Espaciales. Observa la variación de claro y oscuro.

**C.** Ejercicio de Área (véase la ilustración 25 b). Dibuja al alumno una gran forma, pon una forma más pequeña dentro, y dile que ponga tres formas más en la grande. Varía el número de formas a colocar en la primera forma.

**D**. Ejercicio de la Varilla Florida (ilustración 5).
**E.** Lemniscatas Espaciales (ilustración 14).
**F**. Lemniscatas Equilibradas (ilustración 15).
**G.** Ejercicio de los Triángulos Interpenetrantes (ilustración 18).

**H.** Geometría del Hexágono (ilustración 19).

**Procedimientos**

Los siguientes métodos de introducir cada forma están dirigidos a la coordinación ojo-mano, la relajación y el ritmo.

1. Comprueba que ambos ojos siguen estas tres secuencias de movimiento sin que se mueva la cabeza:
a. Haz que el niño practique el modelo en el aire, trazándolo con toda la palma de la mano.
b. Toma una pluma de ave y haz lo mismo, c. Ahora con el dedo.
2. Tapa el ojo izquierdo y repite 1 a, b, c con el ojo derecho siguiendo la mano derecha, la pluma y luego el dedo.
3. Cierra ambos ojos y haz el modelo con la mano en el aire "siguiéndolo" con los ojos, como si los ojos pudieran ver el dedo a través de los párpados cerrados.
4. Tapa el ojo izquierdo con una lente azul si hay que cambiar la dominancia (véase el Ejercicio de la Estrella Numérica) y repasa el modelo con el ojo derecho.
5. Ahora cierra ambos ojos y repasa el modelo, sin trazarlo con la mano. El maestro observa que haya movimiento de los globos oculares bajo los párpados.
6. Para simplificar, los ojos del alumno pueden seguir esta secuencia: 1 c, 2, 3, 5.

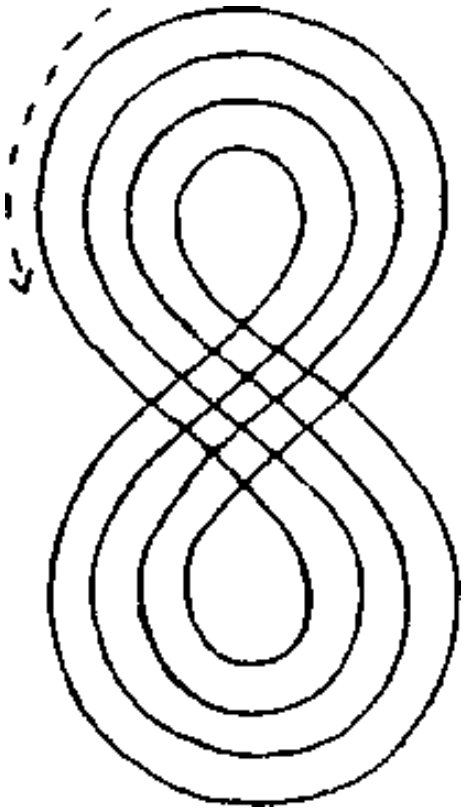
**Consideraciones**

"El ojo debe seguir amorosamente lo que hace la mano", R, Steiner

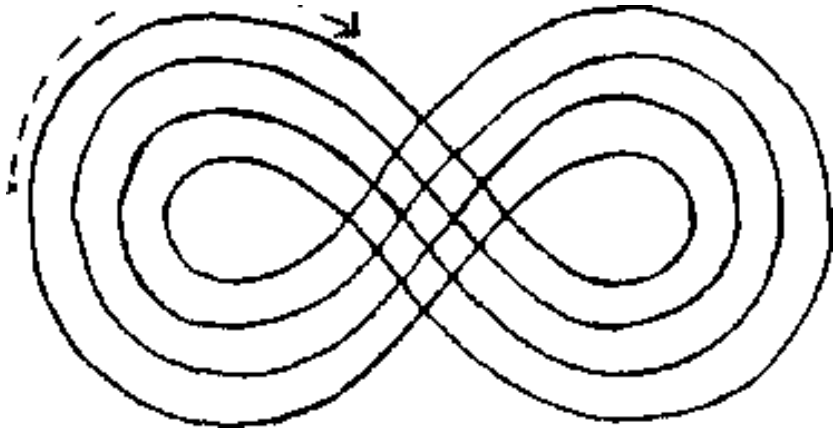
Observa atentamente que el niño haga estos movimientos oculares activamente. Si mueve la cabeza sin desligar los movimientos oculares, haz que mantenga su mentón inmóvil con las manos (normalmente esto evitará que la cabeza lo siga; véase el capítulo 4 y este capítulo).

Todos los ejercicios de dibujo de formas son buenos para el alumno con un mal sentido del espacio. El ejercicio C es especialmente bueno para encontrar su relación con el espacio como se experimenta en una página bidimensional.

Cuando dibuja, asegúrate de que el alumno experimente el movimiento de fuerte a suave en presión y color, haciendo que el alumno dibuje con diferentes grados de presión sobre el papel, junto con el balanceo rítmico de la mano según dibuja cada forma (véase la ilustración 12).



Il radas.



**III. Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento (a partir de 8 años)**

Este ejercicio puede usarse como ejercido independiente, y siempre se realiza después del Ejercicio de las Bolas de Cobre. Se llevan a cabo los pasos de A a D como se describen. Se utiliza un papel de 60 a 65 cm x 45 cm; son adecuados los papeles de 45 cm de ancho como el papel fuerte de estraza, el Photostat de los arquitectos o un trozo de un rollo de papel de empapelar paredes. El papel debe estar sujeto firmemente a la superficie. Proporciona bloques de cera de todos los colores.

Haz que el alumno se siente en una gran mesa o en un escritorio plano colocado a lo largo. La silla debe ser de una altura tal que, al sentarse, las rodillas estén ligeramente más altas que las articulaciones de las caderas. Los pies, paralelos y uno cerca del otro, deben estar firmemente apoyados sobre el suelo. El papel se coloca, con la medida más larga en posición vertical, delante del niño y sujeto con cinta de carrocero.

**A**. Pide al alumno que elija dos colores de los bloques de cera, uno para cada mano. Con los cuatro dedos de una mano colocados firmemente sobre cada bloque y el pulgar opuesto, pon las ceras de tal forma que el lado largo del rectángulo de cada bloque esté totalmente sobre el papel.

1. El alumno puede empezar dibujando una línea recta vertical o un gran "8" en un lado del papel; la forma debería ser de la altura completa del papel, y la figura del 8 debería ser grande (véase la ilustración 16)[103].
2. Después, en la parte restante del papel, dibuja la segunda forma, también de la altura completa del papel.
3. Ahora haz que dibuje simultáneamente, moviendo continuamente la línea recta de arriba a abajo con una mano y el gran "8" con la otra mano; las manos se mueven simultáneamente hacia el cuerpo y hacia fuera del cuerpo.
4. Las formas se dibujan continuamente de 3 a 6 minutos (al empezar, durante menos tiempo).

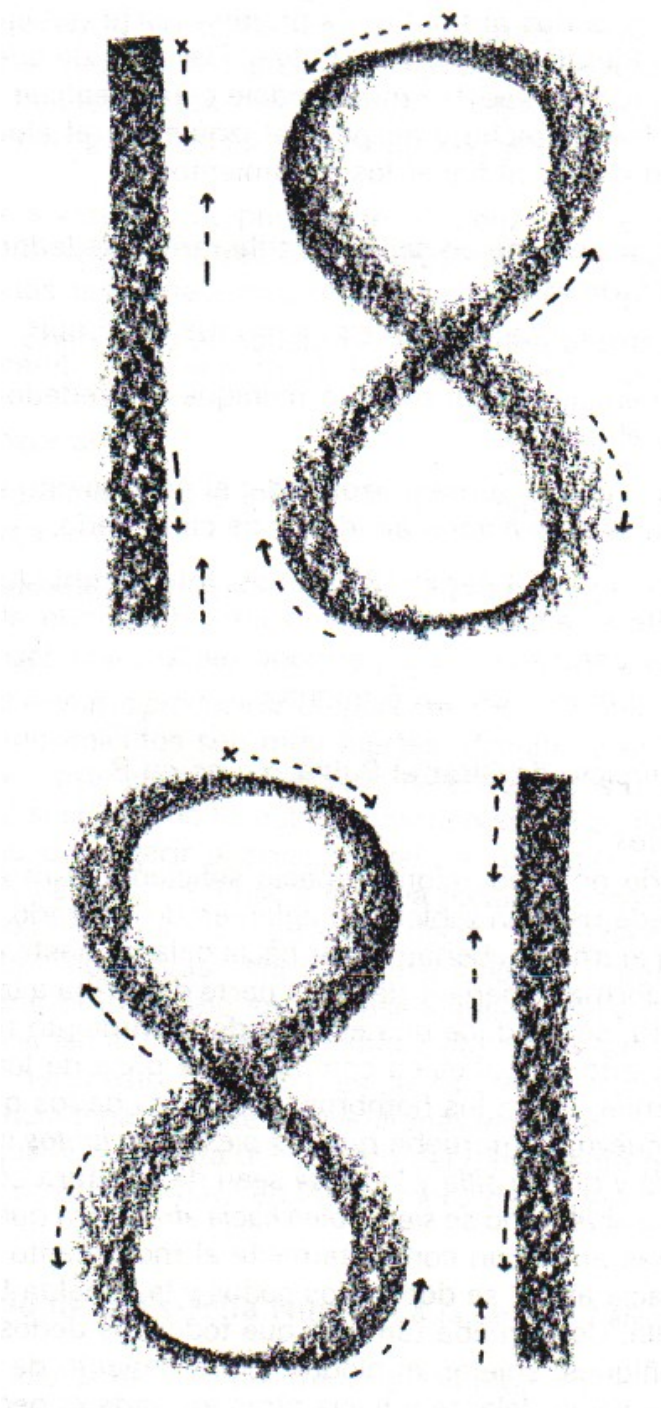


Ilustración 16: Línea Recta y Lemniscata en Movimiento.

Los puntos de comienzo están marcados con una x. Estas formas son de unos 50 a 65 cm de altura, dependiendo de hasta donde pueda llegar el alumno (véase el texto).

**B**. Ejercicio de Girar el Pulgar

Para relajar los dedos al final de la primera parte del ejercicio, el alumno hace el Ejercicio de Girar el Pulgar. Después de que el alumno haya observado al maestro mostrándole cómo realizar este ejercicio con el pulgar derecho y después el izquierdo, el alumno mira atentamente su pulgar al hacer los movimientos.

1. Gira el pulgar derecho en sentido antihorario alrededor del dedo índice varias veces.
2. Repite en sentido antihorario alrededor de cada dedo.
3. Repite, comenzando con el dedo meñique y alrededor de cada dedo hasta el índice.
4. Repite de 1 a 3 con la mano izquierda; el movimiento del pulgar es ahora en sentido horario alrededor de cada dedo.

**C.** A continuación gira el papel 180 grados. Intercambia los bloques de cera y repite el ejercicio de movimiento, dibujando ahora cada mano la forma contraria, pero permaneciendo cada forma con el mismo color; de nuevo, de 3 a 6 minutos.

**D**. Repite el Ejercicio de Girar el Pulgar, como en B.

**Consideraciones**

Si el escritorio no proporciona espacio suficiente para este papel grande, se puede usar un tablero de aglomerado, cortado a medida. Los brazos del alumno deberían llegar hacia delante hasta el extremo del papel, y la forma debería ir desde la parte de arriba a la de abajo. De esta manera, se produce una especie de movimiento de "remar" con un movimiento de balanceo completo que pasa de los pies a la pelvis, la columna, hasta los hombros y hasta los dedos que sujetan las ceras. De nuevo, comprueba que los pies estén ¡untos y firmemente sobre el suelo y que la silla y la mesa sean de la altura correcta. Es importante que el alumno se siente bien hacia atrás para que la columna y las caderas absorban completamente el movimiento.

Con cada movimiento hacia atrás, se doblan los codos y la espalda toca el respaldo de la silla. Comprueba también que todos los dedos, especialmente los meñiques, sujetan el bloque. El movimiento de los brazos balanceándose hacia delante y hacia atrás expande el pecho; la respiración se profundiza. Entran en juego la expansión y la contracción, así como los movimientos hacia delante y hacia atrás. Los ojos miran las manos atentamente. La concentración está controlada.

Durante los últimos 30 segundos aproximadamente, el alumno puede cerrar los ojos, continuando los mismos movimientos con los sentidos del movimiento propio y equilibrio, arreglándose sin los ojos; con frecuencia las "inversiones" en las direcciones del movimiento se corrigen ellas solas cuando los ojos están cerrados.

Observa la variedad de puntos de comienzo y direcciones comparadas con la versión correcta de la ilustración (véase la ilustración 16)[103]. Todas las variaciones muestran las interrupciones entre la visión del alumno y sus movimientos de estiramiento y elevación (véase el capítulo 2 y la nota 5). Las variaciones más comunes son:

1. Comenzar abajo.
2. La línea recta toma el control del movimiento de la lemniscata y viceversa.
3. Cambios súbitos de dirección durante el ejercicio.

No interfieras o comentes sobre la dirección de la figura del 8. Con el tiempo este ejercicio produce su propia corrección. Simplemente mira. Si los contramovimientos son muy fuertes, disminuye el tiempo que el alumno hace este ejercicio. Después de unos pocos meses de clases semanales, si el alumno ha estado invirtiendo el 8 constantemente, el maestro puede sugerir al principio del ejercicio que el niño haga el movimiento de la figura 8 hacia la línea recta, o el maestro puede llevar su dedo en la dirección correcta y decir: "Sigue de esta forma". Si no lo hace, no hagas ningún comentario y ninguna corrección. Simplemente di lo mismo en la clase siguiente muy delicadamente, muy amablemente y espera pacientemente. Se desarrollará una sensibilidad al hacer esto. Los informes de los colegas sugieren ahora que con frecuencia tenemos que intervenir más temprano con esta "corrección", ya que la

respuesta del sentido del movimiento propio tiende a ser menos sensible y móvil en los alumnos de hoy en día.

**IV. Ejercicio de la Estrella Numérica (a partir de 7 años)**

Este ejercicio se hace de pie, frente a una pizarra o una hoja de papel grande de 66 x 60 cm o más grande de acuerdo a la longitud del brazo y la altura del alumno. Durante el ejercicio los pies tienen que estar ligeramente separados, pero paralelos, con el peso distribuido por igual entre ellos. El ejercicio se hace de la forma siguiente (véase la ilustración 17).

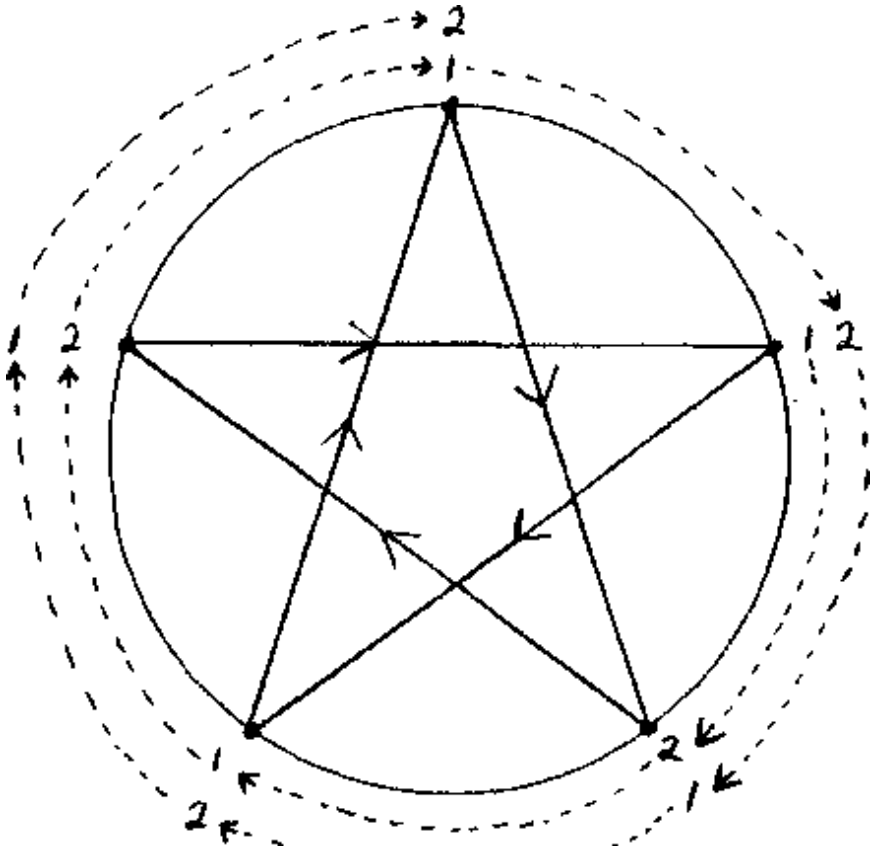



Ilustración 17: La Estrella Numérica.
5 puntos, contando 2.

1. Para empezar, el alumno hace una gran circunferencia con cinco puntos a la misma distancia.
2. Con el dedo índice izquierdo, "marca" eligiendo cualquier punto original.
3. Según mueve la mano derecha (sujetando la tiza o cera) en sentido horario de punto a punto desde este punto "marcado" (el primer punto "marcado"), cuenta en voz alta hasta 2.
4. Ahora cambia las posiciones de las manos.
5. Después, desde ahí, dibuja una línea del punto elegido originalmente al segundo lugar en sentido horario, marcado "ahora" con el índice izquierdo.
6. Desde este último punto (el segundo), de nuevo cuenta en voz alta mientras la mano derecha se mueve en sentido horario otros dos puntos.
7. Las posiciones de las manos se cambian y se comienza desde el final de la línea ya dibujada, dibujando a la nueva posición (tercer punto "marcado"), "marcada" con el índice izquierdo.
8. Repite, contando siempre en sentido horario, el dedo índice izquierdo marcando los puntos, la mano derecha como "mano que cuenta", hasta que la línea dibujada vuelva al punto de comienzo original.
9. El dedo índice izquierdo siempre permanece "marcando" un punto mientras la mano derecha cuenta.

**Consideraciones**

Para asegurarse de que el niño no cambia su posición central delante de la circunferencia, evitando así cruzar la línea media vertical, hazle dibujar el contorno de cada pie y que permanezca de pie sobre ellos. Es importante que el alumno no esté encorvado o apoye el peso del cuerpo en una pierna más que en la otra.

Si los puntos de la circunferencia están muy juntos, el maestro puede poner un punto en la parte superior de la circunferencia y otro en la inferior y pedir al alumno que ponga los otros puntos entre estos dos. Es importante que él haga sus propios

intentos antes de realizar esto. No sugieras un reloj (para los doce puntos); déjale que resuelva el problema de espaciarlos como parte del ejercicio de encontrar su propio espacio interno en relación con la superficie bidimensional y sus movimientos de dibujo sobre la superficie. Con el niño más pequeño, el maestro puede dibujar inicialmente la circunferencia y poner los puntos sobre ella.

Los brazos se extienden en toda su longitud cuando se dibuja de un punto al siguiente, y el conteo se hace con grandes movimientos de barrido poniendo a todo el cuerpo activo en la expansión y en la contracción. Comprueba que la mano derecha se mueve al contar en voz alta. La mano izquierda marca la posición desde la cual comienza el conteo así como la posición hacia la que se dibuja la línea. La mano derecha siempre se mueve en sentido horario con el conteo y luego dibuja la línea hacia el dedo índice izquierdo. Se mantiene el mismo sentido, incluso cuando el alumno es zurdo, al igual que el zurdo mantiene la dirección de la escritura de izquierda a derecha. El niño zurdo usa la mano derecha para marcar las posiciones; la mano izquierda se mueve con el conteo y dibuja la forma.

Este ejercicio es bueno para los que piensan y se mueven de forma lenta y apática, así como para los niños con habilidades superficiales rápidas. Es un ejercicio de concentración saludable, y también es de interés para los niños de mente matemática; es excelente para los que evitan cruzar la barrera de la línea media vertical (véanse las secciones sobre la barrera de la línea media vertical). Para ayudar a llevar a los niños a una dominancia constante, los que tienen dominancia cruzada de ojo izquierdo y mano derecha pueden usar gafas con celofán azul o una gelatina [j] de iluminación azul de doble grosor, que cubra la abertura de la lente izquierda. Se pueden usar unas gafas de sol de niño quitando las lentes. Para el alumno que va a permanecer zurdo de acuerdo con el consejo del médico escolar, pero que tiene dominancia de ojo derecho, se usa celofán rojo para cubrir la abertura de la lente derecha.

A continuación hay una serie de posibilidades para las circunferencias que permiten que las líneas se intersecten, vayan a todos los puntos y cierren la circunferencia

produciendo una estrella. Por ejemplo, con una circunferencia de 12 puntos contando tanto hasta 5 como hasta 7 se llegará a todos los puntos para formar una estrella (véase la ilustración 17).

| Número de puntos en la circunferencia | Números a contar |
|---|---|
| 5 | .2 |
| 7 | .3,4 |
| 11 | .4,5,6,7 |
| 12 | .5,7 |
| 13 | .5,6,7,8 |
| 15 | .4,7,8,11 |
| 16 | .7,9 |
| 17 | .4,7,8,9,10,13 |
| 18 | .5,7,11,13 |
| 19 | .5,6,7,8,10,11,12,13,14 |
| 20 | .7,9,11,13 |

Cuando se da como tarea para casa, la estrella se puede colorear.

**V. Ejercicio de los Triángulos Interpenetrantes (a partir de 11 años)**

Usa un gran papel de dibujo de formas colocado verticalmente (la medida más larga de arriba a abajo) y dibuja a mano alzada todo el tiempo (véase la ilustración 18).

**A.** Primera clase: triángulos descendentes, de arriba a abajo.

1. El alumno dibuja dos triángulos equiláteros de igual tamaño, con el vértice de uno tocando el del otro, dejando un poco de espacio debajo del inferior.
2. El de arriba se mueve hacia el de abajo dando un número de pasos elegido libremente hasta que aparezca una estrella de 6 puntas.
3. El alumno puede colorear con trazos de rayado hechos con un lápiz de color (véase el "Ejercicio de dibujo con rayado"): toda la superficie del triángulo base de un color y las puntas triangulares del triángulo en movimiento final de otro.

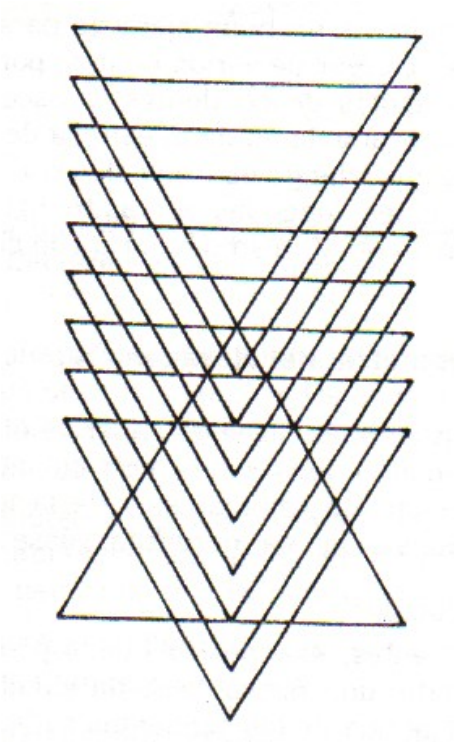


Ilustración 18: Triángulos Interpenetrantes Triángulos descendentes.

**B.** Clase siguiente: triángulos ascendentes, de abajo a arriba. Deja espacio encima del triángulo superior y repite A 1 con un nuevo par de triángulos; luego, mueve el inferior hacia el superior dando pasos iguales.

**C**. Clase siguiente: triángulos descendentes y ascendentes. El alumno no necesita dejar tanto espacio en la parte superior e inferior de la página. Repite A 1, luego alternativamente mueve cada triángulo un paso hacia el otro hasta que aparezca la estrella de seis puntas en medio.

**Consideraciones**

El objetivo es la exactitud mediante la coordinación ojo-mano y el juicio. Este ejercicio da una experiencia real de la conexión entre la libre elección y la responsabilidad por lo que se ha elegido. Es extremadamente saludable para los "problemas" de los adolescentes. Observa el alargamiento o la contracción del

triángulo, también la timidez en la cercanía de los "pasos" que aparecen.
Para variar este ejercicio, puede hacerse en papel de diferentes tamaños, más grande y más pequeño que el papel de dibujo de formas usado inicialmente. Es un buen ejercicio para dar como tarea para casa. Se puede colorear de varios modos; por ejemplo, repasa los lados de los triángulos descendentes (o ascendentes) con un color, raya las puntas triangulares de la estrella de seis puntas final de un color, raya los dos triángulos originales con el mismo color o con dos colores diferentes, luego las puntas triangulares de la estrella de seis puntas final con el mismo color o con colores diferentes.

**VI. Ejercicio de Geometría del Hexágono (a partir de 12 años)**

**A**. Dibujando con un compás, llena el papel de dibujo (para empezar, de aproximadamente 28x43 cm) con circunferencias que se entrelazan armoniosamente (dibujar seis de la longitud del radio para conseguir el modelo de una margarita; véase la ilustración 19).

**B**. Explorando el modelo:
En las clases siguientes, el maestro puede pedir al alumno que dibuje, a mano alzada, una nueva serie de circunferencias que se entrelazan, luego elige una de las siguientes cada vez:

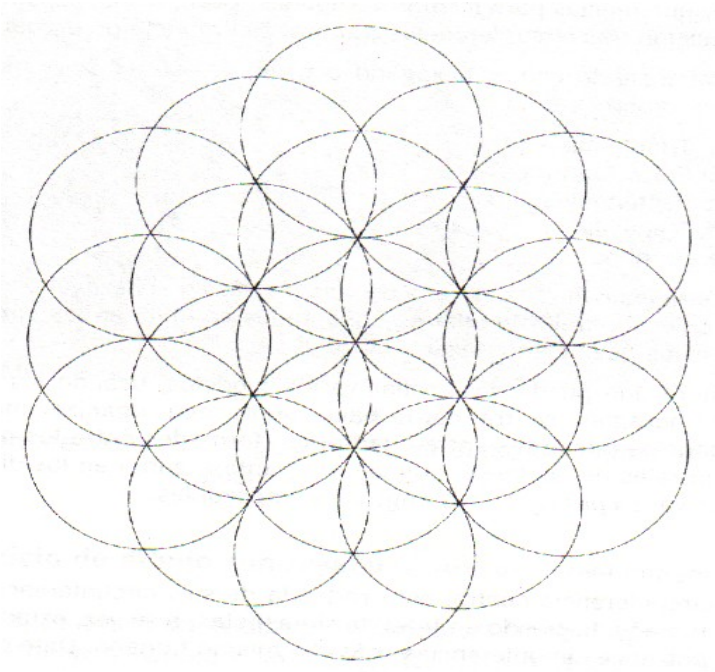


Ilustración 19: Geometría del Hexágono. Circunferencias que se entrelazan.

1. Entre las seis circunferencias internas, encuentra pares de circunferencias que sean tangentes entre ellas (las que no se entrelazan), luego colorea los "pétalos" de cada una de estas circunferencias del mismo color.
2. Encuentra y colorea grupos de pétalos de seis radios, luego encuentra las circunferencias alrededor de éstos (no te engañes omitiendo esto pensando que es demasiado sencillo).
3. Encuentra y colorea las líneas rectas (del centro a la punta) de los pétalos de los radios (paralelas).
4. Colorea los pétalos para mostrar los triángulos de diferentes tamaños.
5. Dibuja las líneas rectas entre los puntos que se intersecan de las circunferencias para formar hexágonos. Borra las líneas de construcción (las circunferencias); aparece el modelo de un panal.
6. Comenzando con el hexágono central, coloca en sus lados en este orden:
a. Triángulos, b. Paralelogramos. c. Rectángulos, d. Trapezoides, e. Rombos.
7. Ahora encuentra la estrella de seis puntas en el hexágono central y coloca estrellas similares conectadas con ella en las circunferencias que se entrelazan.
8. Ahora uno puede desarrollar varios modelos, usando los lados del hexágono central como base. Se pueden organizar muchos modelos diferentes entre cuadrados (formados entre los puntos centrales de las líneas que van de punta a punta en los diferentes vesica piscis[104]), rectángulos y trapezoides.

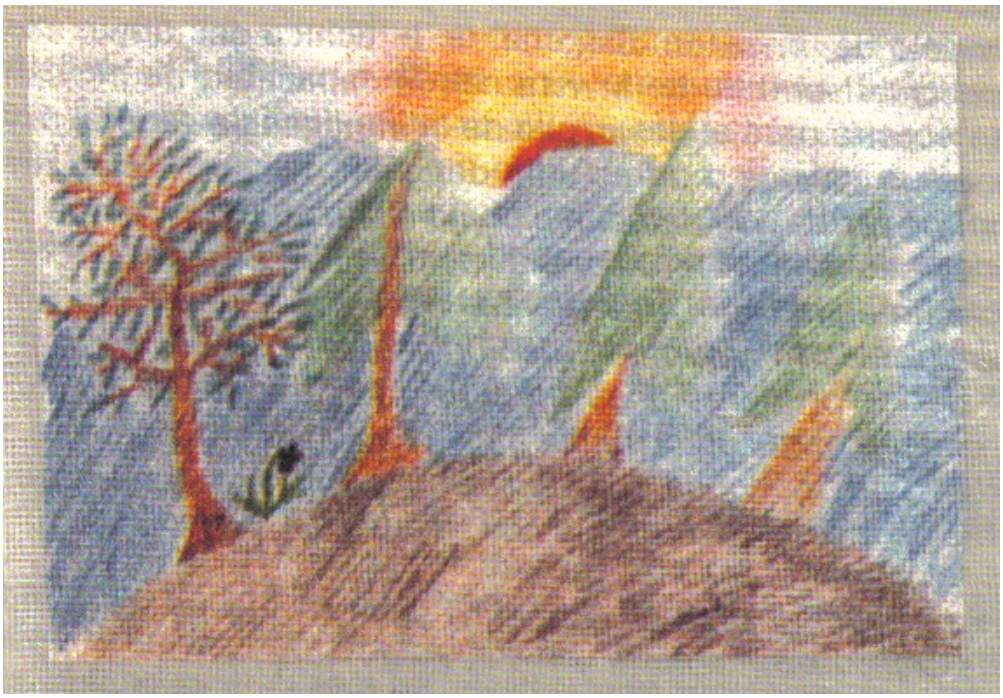
**Consideraciones**

La circunferencia central está rodeada de seis circunferencias de igual tamaño, haciendo un total de siete. Éstas, a su vez, están rodeadas por doce circunferencias más del mismo tamaño. Date cuenta de estos números arquetípicos[105].

El elemento eficaz de este ejercicio no es tanto las formas geométricas resultantes cuanto la necesidad constante de repetir el modelo circular mientras se dibuja a mano alzada. La coordinación ojo-• mano mejora visiblemente con cada esfuerzo por dibujar las circunferencias lo más iguales posibles. La disciplina en la precisión que se necesita para las circunferencias que se intersecan y el placer visual de las

formas geométricas hacen que esta tarea sea muy satisfactoria, desarrollando simultáneamente la "percepción" matemática que e! posterior trabajo escolar llevará a la conciencia.

Si se desea una experiencia que desafíe a la voluntad de forma diferente, también se puede dibujar esta forma, a mano alzada en papel de 56 x 56 cm. El papel más pequeño, y las circunferencias más pequeñas, con compás o a mano alzada, pueden ser adecuadas como tarea para casa (tan pequeño como un A4).



Dibujo con rayado.
Del libro de lectura de segundo y tercer curso del primer colegio Waldorfde Stuttgart (1928)

**II. Ejercicio de dibujo con rayado (a partir de 7 años)**

Enseña a los alumnos a dibujar usando un trazo diagonal de arriba la derecha a abajo a la izquierda. Este método de dibujo se debe presentar de los 7 años en adelante, inicialmente con ejercicios de color sencillos en papeles de diferentes

tamaños, empezando con papeles pequeños:

1. Secuencias de los colores del arco iris.
2. Rayar de claro a oscuro en tonos de un color.
3. Rayar el cielo de sus dibujos.
4. Cuando se ha logrado destreza, se pueden intentar formas sencillas (cuadrados, círculos, etc.)[106].
5. Luego animales, paisajes, plantas y otras cosas; todos ellos pueden dibujarse usando esta técnica[107].
6. Más tarde, podemos utilizar este método para las letras de los rótulos, especialmente para las mayúsculas cuando se escribe con letra cursiva enlazada o para la primera letra de cada párrafo.

**Consideraciones**

El modelo de líneas en diagonal de la técnica del dibujo con rayado conecta el sentido de la vista con la capacidad de pensamiento que se necesita para el desarrollo de la inteligencia general diaria. El dibujo de un paisaje o un estudio del color, hecho usando un trazo diagonal de arriba a la derecha a abajo a la izquierda, rompe las percepciones sensoriales limitadas al pensamiento en la dirección elemento imaginativo. Tristemente, esta capacidad falta con frecuencia en nuestros alumnos, debido a que la fantasía imaginativa natural de los primeros años ha sido interrumpida al involucrarse excesivamente para conformarse a los requisitos intelectuales de "mayores". Un modo de rejuvenecer y pedir energía imaginativa saludable es mediante el dibujo con rayado.

La línea diagonal pide al elemento volitivo que se necesita que mueva la vista hacia delante y hacia atrás, pues nosotros mismos con nuestros pies, tenemos que llevar los ojos de la cabeza hacia objetos que vemos y lejos de ellos.

El trazo rítmico del dibujo con rayado concentra la atención, y se necesita paciencia, ya que el dibujo sólo aparece gradualmente. Si es necesario, el maestro puede fácilmente hacer visualmente satisfactorio el dibujo.

Cuando se trabaja con toda la clase especialmente, introduce este dibujo con rayado primero para el cielo o la hierba, extendiéndolo gradualmente a todo el dibujo. Esta técnica de dibujo con rayado evita un énfasis extremo en "colorearlo" con el movimiento de la línea horizontal. La línea horizontal tiende a hacer hincapié en "elemento del contorno", limitando la habilidad del niño para expresarse imaginativamente de forma visualmente satisfactoria.

**Ejercicios de pintura**

Es importante que iodos los ejercicios de pintura de este libro se hagan sentados, en la posición en la que escribimos. Los pies se mantienen paralelos y planos sobre el suelo. El papel se coloca centrado delante del alumno. Cuanto mayor sea el papel más involucrado está el elemento elevador. (Véase el capítulo 2 y en otras partes.) Es bueno colocar las pinturas en el lado opuesto a la mano dominante del alumno de ese modo cruza la línea media vertical para mojar en la pintura.

**I. El Sol en el Cielo Azul (a partir de 6 años)**

Usa papel para pintar A3 aproximadamente.

**A**. Primera clase:
1. Moja completamente el papel para pintar sumergiéndolo en una cubeta con agua y extiéndelo sobre el tablero ya humedecido. Presiona para quitar las burbujas de aire y limpia el exceso de agua con una esponja.
2. Mezcla acuarela de color azul ultramar con agua hasta lograr un tono bastante oscuro; haz lo mismo con amarillo dorado.
3. Comenzando con el pincel impregnado de amarillo, el alumno pinta una "bola" en el centro de la hoja, extendiéndola sobre la superficie, aclarándola gradualmente hacia los bordes, dejando espacio para el cielo azul.
4. Con el azul, el alumno comienza desde fuera y trabaja hacia el amarillo; el color se irá empalideciendo hasta que los pálidos bordes del azul y el amarillo se mezclen sin producir verdes.

**B**. Clase siguiente:

1. Repite, comenzando con el azul desde fuera, aclarándolo gradualmente hacia el centro y dejando espacio para que aparezca el amarillo.
2. El amarillo dorado se pinta de nuevo desde el centro, aclarándose hacia los bordes.

**C**. Repite las secuencias A y B hasta que el niño pueda crear una relación equilibrada de tamaño y tono de los colores entre el sol y el cielo, según ambos métodos.

**D**. Cuando el alumno haya desarrollado cierta destreza con estos dos ejercicios, podemos mejorar la perspectiva de color (y su interés) de la forma siguiente:

1. Usando amarillo limón para hacer el centro del sol.
2. Rodearlo de amarillo dorado.
3. Después, usar azul cobalto comenzando desde los bordes externos del papel y llevarlo hacia el amarillo.
4. Ahora, oscurece el azul cobalto en la parte exterior de la circunferencia con azul ultramar.
5. Repite esta secuencia de color, comenzando con los dos azules desde fuera, dejando espacio en el centro para los dos amarillos.[108]

**E.** Habiendo logrado esto, se puede tomar el motivo de nuevo y, usando las dos repeticiones de perspectiva:

1. El niño puede añadir un objeto libremente elegido al cuadro.
2. En la clase siguiente repite el motivo del sol con el objeto añadido y añade algo más libremente.
3. Continúa añadiendo objetos hasta que, de esta forma, se haya compuesto un cuadro completo a lo largo de una serie de clases.

**Consideraciones**

La forma en que se haga este motivo puede satisfacer muchas necesidades. Esta

serie de pinturas puede ayudar a equilibrar la respiración. Permite al niño soltarse y controlarse. Ha sido especialmente útil para los niños que, de repente, comienzan a mentir y hurtar. Produciendo la perspectiva de color en la pintura, mantenemos al alma libre y en movimiento. Esto ayuda al niño a leer adecuadamente y con la velocidad correcta[109].

**II. Ejercicio de la Espiral Azul-Roja (a partir de 8 años)**

Esta serie de pinturas puede hacerse en un papel para pintar grande y absorbente tamaño A3, que haya sido mojado o humedecido ligeramente y luego colocado, centrado, delante del alumno, en posición horizontal. La calidad del papel debe ser tal que se pueda quitar pintura sin que se ponga borroso o se rasgue. Se tienen que seguir las mismas instrucciones de movimiento tanto para los niños diestros como para los zurdos. Usa pinceles planos de forma que el movimiento de giro se vea con facilidad y el alumno lo experimente totalmente.

**A**. Primera clase:

1.Con pintura azul ultramar, haz que el alumno dé largas pinceladas continuas horizontalmente de izquierda a derecha desde la parte superior del papel a la inferior, cada pincelada ligeramente superpuesta a la anterior.

2. Después, tomando una cantidad mucho más concentrada de azul ultramar, haz que empiece una espiral en la parte superior izquierda del papel y, en sentido horario, pinte una espiral hacia dentro, sujetando el pincel por la parte más ancha con una prensión correcta, como la del lápiz. Usando la parte ancha del pincel empieza a "dibujar" la espiral con una pincelada continua. Cuando la parte ancha del pincel no pueda mantenerse sin torcerlo, levanta toda la mano, girando el pincel. Para mantener la pincelada con todo el ancho del pincel, continúa levantándolo y girándolo en vez de retorcerlo entre los dedos.

**B.** Segunda clase:

1. Pinta el papel con rojo carmín, con pinceladas continuas rítmicas de izquierda a

derecha y de arriba a abajo como antes.
2. Con un tono más oscuro de rojo carmín, pinta una espiral desde el centro a la periferia, girando la mano con el pincel como antes, de forma que el resultado final parezca una espiral en sentido horario (la dirección de la pintura es antihoraria del centro hacia fuera). Continúa observando el control del pincel.

**C**. Tercera clase:
1. Pinta un fondo azul ultramar de izquierda a derecha como antes.
2. De dentro a fuera haz la forma de la misma espiral en sentido horario que en A y B quitando la pintura azul en sentido antihorario con el pincel, usando agua limpia y un trapo con el que secar el pincel, para hacer una forma clara que muestre el blanco del papel. Ésta es la técnica: después de mojar el pincel en agua, comienza en el centro y continúa hasta el final de la espiral, luego seca el pincel y quita el color. De esta forma, se practica varias veces el movimiento de la espiral al quitar el color azul. Esta práctica es tan importante como la forma y el color, con tal de que se haga correctamente: sin retorcer el pincel entre los dedos en vez de girar toda la mano y brazo.
3. Ahora pinta con cuidado en el camino claro que se ha creado de este modo con rojo carmín desde el centro hacia fuera. El movimiento al pintar será en sentido antihorario, pero visualmente la forma es, como antes, una espiral en sentido horario (vista de fuera a dentro).

**D.** Cuarta clase:
1. Pinta un fondo rojo carmín como en B.
2. Empezando arriba a la izquierda, haz de nuevo una espiral hacia dentro en sentido horario quitando el color con un movimiento continuo como en C (pero en esta ocasión las pinceladas son en sentido horario).
3. Luego pinta la forma de la espiral clara con azul ultramar desde fuera hacia dentro.

**E.** Quinta clase: haz que el alumno elija una de las combinaciones de color anteriores; el alumno sigue las instrucciones como se dan de A a D.

**Consideraciones**

Observa la elección de la dirección, el punto de comienzo cuando se pinta el fondo; dirige al alumno amablemente a pintar en las direcciones mencionadas. Habrá dificultades para dominar la pincelada, pero persevera guiando al alumno para que sujete el pincel sin retorcerlo mientras da pinceladas que sean del ancho del pincel. Se puede ver cómo este movimiento al pintar va al codo, hombro y más allá. Haz que el alumno mantenga los dos pies planos sobre el suelo.

Al llevar el movimiento de la espiral por la mano y el brazo hasta el hombro, el ojo, la mano y el brazo se ven coordinados dentro del fluir del movimiento. Este ejercicio ayuda a concentrarse y relajarse, y produce una armonía natural entre la inspiración y la espiración. Este ejercicio tiene también un efecto notable para ayudar en los problemas de dominancia.

Se sugiere que se repita este ejercicio dos veces por semestre (o trimestre) hasta que se pinte la espiral de forma fácil y relajada.

**III. Ejercicio de Color Secundario (a partir de 9 años)**

Prepara el papel A3; puede ser adecuado el papel de dibujo o el de estraza sin encerar) como en los ejercicios de pintura anteriores. Prepara pintura naranja, verde y azul violeta, también azul ultramar, rojo carmín y amarillo limón (ver ilustr 20 a).

**A**. Primera clase:
1. Da al niño la opción de pintar con azul violeta, naranja o verde.
2. Con el color elegido (por ejemplo, el naranja), cubre el papel mojado con largas pinceladas rítmicas, de izquierda a derecha de forma horizontal, cada capa ligeramente superpuesta sobre la anterior de arriba a abajo (ver la ilustración 20 a).
3. Pregunta ahora al alumno qué colores están "ocultos" en el color elegido (es decir, el rojo y el amarillo en el caso del naranja).
4. En una nueva hoja de papel mojado, dando de nuevo pinceladas de izquierda a derecha, pinta estos colores uno junto al otro (izquierda/derecha), esforzándose por buscar un equilibrio en una mitad del papel, en este caso amarilla, la otra mitad, en

este caso roja, eligiendo el niño con qué color pintar primero y en qué lado. Se pinta primero todo un lado antes de empezar la otra mitad. Ahora se hace visible la izquierda/derecha en planos coloreados (véase la ilustración 20 b).

**B.** Segunda clase:

1. Repite el color elegido de fondo (véase la ilustración 20 a).
2. En un segundo papel, dando pinceladas de izquierda a derecha, pinta los dos colores complementarios arriba/abajo, esforzándose por buscar un equilibrio con media página cada uno, eligiendo el niño con qué color pintar arriba y abajo y con cuál empezar (véase la ilustración 20 c). Se pinta primero todo un lado antes de empezar la otra mitad.

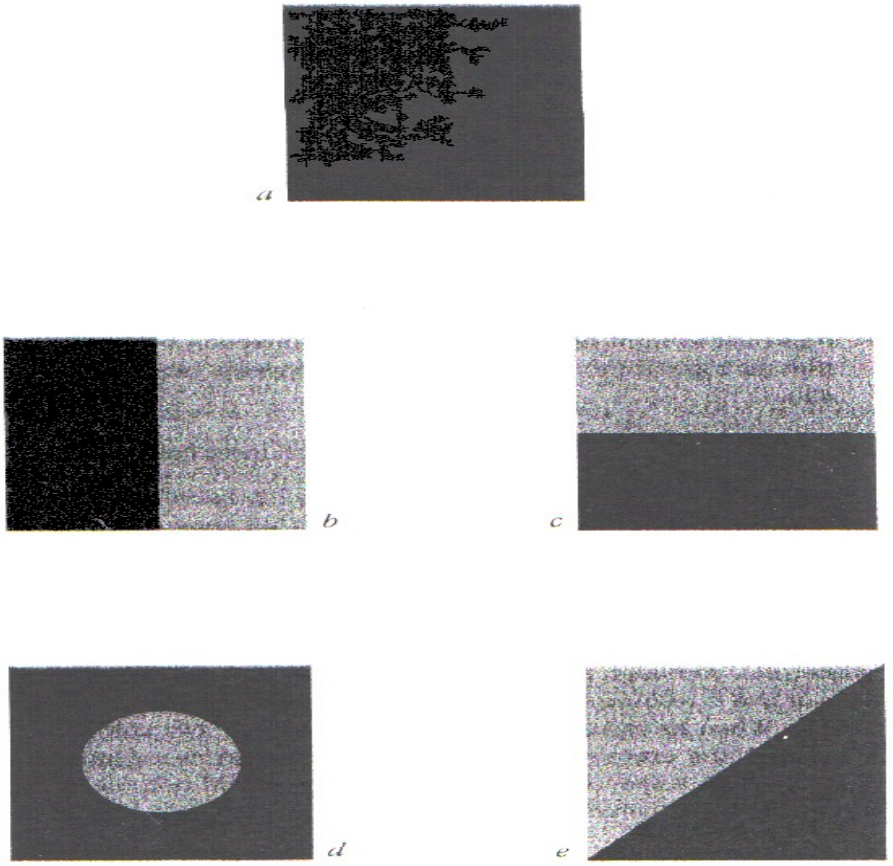



Ilustración 20: Ejercicio de Color Secundario. Pinceladas de izquierda a derecha.

**C.** Tercera clase:

1. Repite el color elegido de fondo (véase la ilustración 20 a).
2. Segunda pintura: con pinceladas de izquierda a derecha, pinta una forma circular en el centro del papel de un color, rodeándola con el otro color, aproximadamente la mitad de la superficie de la página de cada color, eligiendo el niño con qué color y superficie empezar. Los bordes externos de la forma circular pueden redondearse con pinceladas curvas (véase la ilustración 20 d).

**D**. Cuarta clase:

1. Repite el color elegido de fondo (véase la ilustración 20 a).
2. Pinta de izquierda a derecha con pinceladas horizontales (la dirección de la escritura) de forma que aparezca la diagonal desde arriba a la derecha hasta abajo a la izquierda (véase la ilustración 20 e). Se pinta primero todo un lado antes de empezar la otra mitad.

**E.** Quinta clase: haz una pintura o una forma usando los tres colores (en este caso el naranja, el rojo y el amarillo).

**Consideraciones**

En todos estos ejercicios la dirección de las pinceladas es de izquierda a derecha. El maestro observa si el niño es capaz de equilibrar el espacio de izquierda/derecha, arriba/abajo y dentro/fuera, de forma que cada color cubra aproximadamente la mitad del papel. Es esencial la repetición de series de las cinco pinturas. Con frecuencia el niño seguirá eligiendo el mismo color aunque cada vez se le dé a elegir entre tres colores (se recomienda la serie de cinco). Cuando cambie su elección con libertad y los dos colores estén equilibrados en el espacio, el ejercicio ha funcionado. Repite de nuevo con un buen intervalo, bien para comprobar su respuesta bien para ayudarle si se ha quedado "atascado" en otra etapa de desarrollo.

Esta serie de pinturas ayuda a desarrollar la orientación espacial y la geografía corporal. Es especialmente buena para los niños retraídos, tensos, así como para los niños autosatisfechos, imperturbables.

**IV. Ejercicio de Perspectiva Azul-Roja (a partir de 11 años)**

Para estos ejercicios, usa grandes hojas de papel mojado (es adecuado el papel de estraza sin encerar) tamaño A2. Prepara dos tarros, uno con pintura de acuarela azul ultramar, diluida en agua pero manteniéndola en un tono fuerte, y el otro tarro con rojo carmín. Pon un pincel ancho en cada tarro. El alumno tiene que pintar con largas pinceladas continuas de pintura, poniendo cada una junto a la otra sin espacios (véase la ilustración 21).

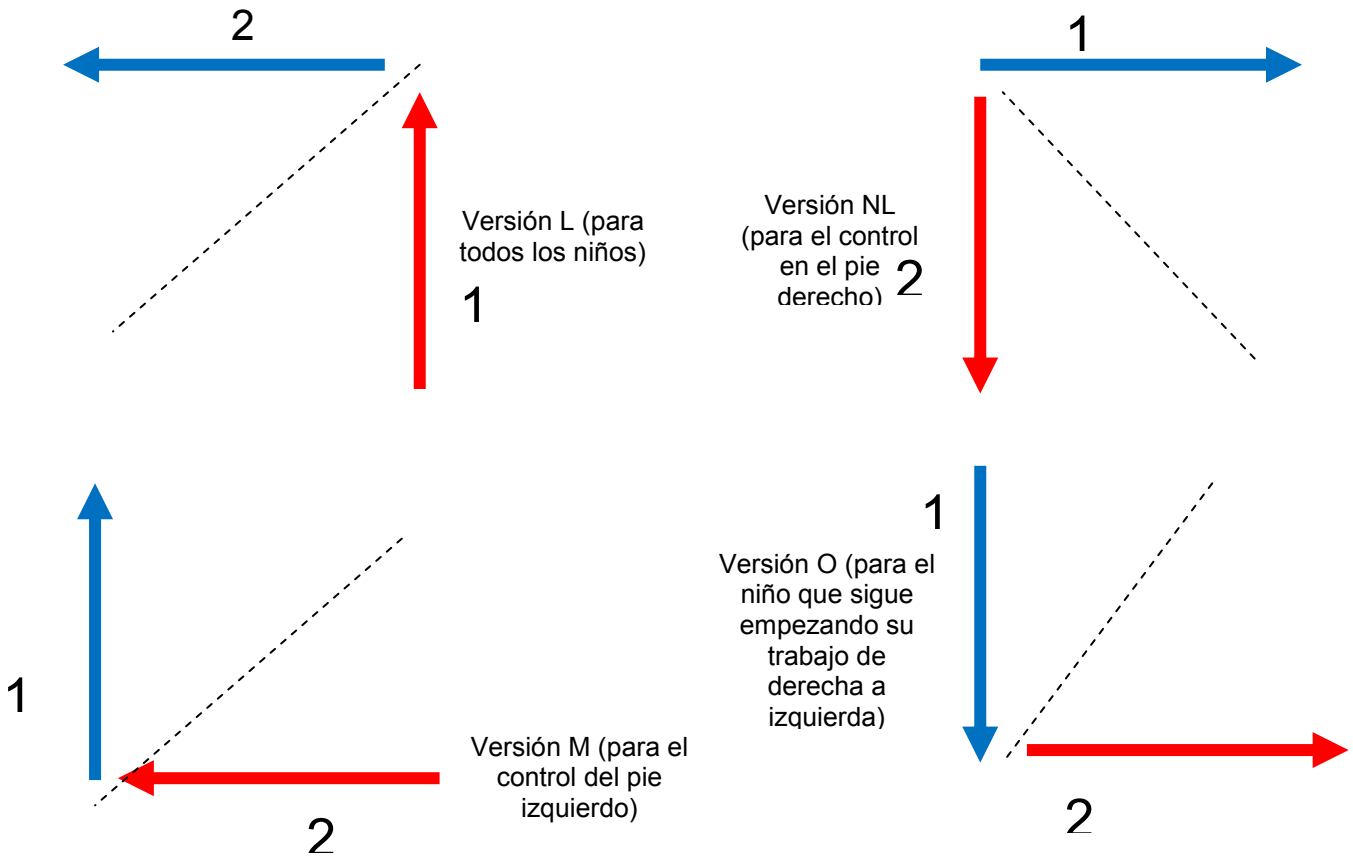
1. Primero da una pincelada con un color en la dirección que se da a continuación.
2. Devuelve el pincel al tarro, toma el pincel del otro tarro y pinta en la siguiente dirección dada, de manera que se forme una diagonal de esquina a esquina donde se encuentren los dos colores sin mezclarse, que aparece gradualmente a lo largo del papel. . (Pinta usando una sola mano.)

**Consideraciones**

Este ejercicio de pintura cultiva la conciencia interna de la relación espacial. Asegúrate de que el alumno sigue pintando en las direcciones dadas para cada color. No lo uses antes de los 11 años. Es especialmente bueno para el niño disperso, desconcentrado, para el que no puede recordar acontecimientos fácilmente. También es bueno para los niños que en la primera infancia han tenido shocks que les han hecho dependientes de la madre y para los niños que en las vacaciones tienen que viajar grandes distancias en avión.

Estos ejercicios son importantes para los niños que toman un objeto con la mano izquierda y se lo pasan a la derecha para usarlo. Los alumnos tienden a hacer estos ejercicios de pintura con gran cuidado e intensa concentración, especialmente los mayores.

**Direcciones de movimiento para el Ejercicio de Perspectiva Azul-Roja:**




La versión L deben hacerla todos los alumnos.

Los alumnos que no pueden mantener el pie izquierdo bajo control en el Ejercicio de Girar las Bolas deben hacer también la versión M.

Para los alumnos que tienen dificultades para mantener el movimiento correcto del pie derecho en el Ejercicio de Girar las Bolas, se debe añadir la versión N a la L.

Para los alumnos que siguen empezando la escritura o pintura en el lado derecho de la página, se debe añadir la versión O a la L.

Es importante utilizar este ejercicio con una secuencia rítmica, por ejemplo, tres clases usando la versión L, seguidas de una clase con la versión M, N u O (de acuerdo con las necesidades del alumno). Para aumentar el efecto del ejercicio, se

puede cambiar este ritmo a tres clases realizando la versión M, N u O seguidas de una usando la versión L. Repite esta serie de cuatro a lo largo del semestre (o trimestre).

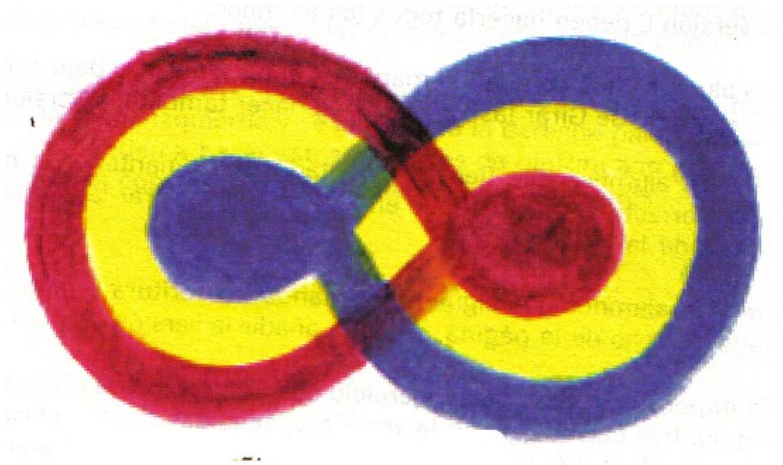
Nota: Las secuencias de numeración y movimiento del Ejercicio del Triángulo Rectángulo y de los ejercicios de pintura azul-roja, se han elegido de acuerdo con los principios indicados por Rudolf Steiner[110]. Observa que en el plano bidimensional, la corriente del cuerpo astral (anímico) va en ángulo recto respecto a los cuerpos vital/físico (según la investigación de la autora).

**V. Lemniscata Pintada (a partir de 8 años)**

En un papel mojado A3, da pinceladas que empiecen desde el centro hacia la derecha, hacia arriba y luego hacia abajo (véase la ilustración 22).

Ilustración 22: Lemniscata Pintada.

1. Pinta una gran lemniscata igualmente proporcionada de color amarillo limón. La primera vez deja que el alumno elija la dirección en la que pintar (esto se puede añadir a tu imagen de diagnóstico de la condición del alumno). Las pinturas posteriores se hacen en la dirección anteriormente mencionada.



2. Llena el centro del bucle izquierdo con color azul cobalto y llévalo hacia arriba cruzando el amarillo para rodearlo por fuera del bucle derecho.
3. Llena el centro del bucle derecho con color rojo carmín y píntalo hacia arriba cruzando el amarillo para rodearlo por fuera del bucle izquierdo.
Se puede usar este ejercicio para desarrollar valentía y armonía en el niño.

**VI. Ejercicio de Pintura Ojo-Mano (a partir de 6 v2 años)**

Utiliza acuarelas azul ultramar y rojo carmín; el papel blanco, que se deja seco, puede ser papel A3. Las pinceladas van de izquierda a derecha, cada pincelada ligeramente superpuesta sobre la anterior (para A, B y C). A los alumnos se les pide que sigan atentamente los movimientos del pincel con los ojos.
**A**. Primera clase: pinta con pinceladas azules que cubran la página de arriba a abajo.
**B**. Segunda clase: pinta con pinceladas rojas como antes.
**C**, Tercera clase: pinta con azul para cubrir la mitad superior, luego con rojo para cubrir la mitad inferior de la página.
**D.** Cuarta clase: pinta una línea azul, luego una línea roja sin superponerse, y continúa alternando hasta que la página esté cubierta de arriba a abajo.
**E**. Quinta clase: pinta desde la parte de arriba una línea azul recta, luego una roja en ondas sin superponerse, hasta que la página esté cubierta.
**F.** Última clase: pinta una línea azul en ondas, luego una línea roja recta sin superponerse, hasta que la página esté cubierta.

**Consideraciones**

Los maestros han descubierto que las imágenes adecuadas para cada edad ayudan a que el alumno mantenga los ojos en el pincel. Esta serie de pinturas ayuda a coordinar el ojo y la mano, así como a concentrar los movimientos oculares, que involucran a todo el cuerpo. Se desarrolló para usarse con toda la clase y se basa en las indicaciones sobre la preparación de la mano para escribir y el ojo para leer dadas por Rudolf Steiner en sus cursos pedagógicos en Inglaterra"[111]. El rojo y el azul piden al alma que entre en actividad a través de los ojos. Estos colores estimulan la actividad fisiológica del ojo para producir los colores complementarios.

El uso del automóvil, la radio, televisión, etc., altera la relación del niño con su cuerpo. El alma/espíritu del niño no es capaz de tener una conexión armoniosa con los cuerpos etéreo/físico al principio de la mañana. Se puede ayudar a los alumnos de una clase a superar esta falta de conexión (antes del corro de la mañana y especialmente los lunes) haciendo este ejercicio de pintura o cubriendo la página con pinceladas de izquierda a derecha del color que el maestro tutor sienta que la clase necesita. Si el equipo de pintura está preparado previamente, este proceso no lleva mucho tiempo.

Vil. Pintura Magenta y Verde Cromo (a partir de 10 años)[112.]

Coloca el papel mojado A3 en posición vertical delante del alumno. Usa pinturas de acuarela de color magenta y verde cromo (como el rojo violeta y azul verdoso de Stockmar) diluidas en agua para obtener colores pálidos.

1. El alumno pinta de izquierda a derecha y de arriba a abajo con pinceladas continuas de color verde cromo claro, hasta aproximadamente tres cuartos de la página.
2. Para cubrir el cuarto inferior de la página, pinta con magenta desde la parte inferior de la página hacia arriba, dando pinceladas continuas siguiendo hacia arriba de izquierda a derecha.

**Consideraciones**

Este ejercicio fue desarrollado a partir de las indicaciones dadas por Liane Collot d'Herbois en contestación a las preguntas respecto a la falta de respuesta de los niños al elemento de la forma arquetípico[113].

El velo de verde cromo debe dar la impresión de luz. Este color ayuda al yo a penetrar en el organismo. La terminación con magenta produce un equilibrio a la actividad de concentración del yo en las fuerzas etéreas. Se han sugerido las pinturas de acuarela de Windsor and Newton (véanse los detalles en la nota 31). Es bueno usar este ejercicio al principio de una clase de apoyo educativo, terminando como siempre con uno de los ejercicios de pintura anteriores.

**VIII. Véase el libro Sleep de Audrie McAllen para los ejercicios de pintura de color moral (a partir de 12 años)[114]**

**Hacer una hogaza de pan**

La preparación de la masa de pan exige el uso práctico de la lectura y el cálculo, aunque cuando se haga durante el primer semestre (o trimestre) de las clases de apoyo educativo las instrucciones se den verbalmente. Ésta es una buena práctica de escucha y conceptualización; estas habilidades son, invariablemente, malas en nuestros alumnos.

**A.** Muestra a tu alumno dónde se guarda todo una sola vez, incluso si esto significa que tenga que abrir todos los cajones y armarios en las clases siguientes. Siempre puedes jugar a "caliente, caliente; frío, frío" si la situación se vuelve desesperada. Esta disciplina revela lo que ha sucedido con el recuerdo de la experiencia de espacio y movimiento, y ayudará a avivar esta capacidad.

**B.** Amasar exige una relación armoniosa entre los movimientos de estiramiento y elevación con un movimiento en espiral para terminar la actividad.

1. Para empezar, comprueba que el niño está de pie con los pies separados, el peso equilibrado por igual, los brazos totalmente estirados y rectos.
2. Con los pulgares paralelos, presiona las manos en la masa de forma que el peso del cuerpo vaya de los hombros hacia ellas; esto se siente desde los pies hasta arriba. La masa se presiona hacia abajo y hacia fuera del cuerpo varias veces.
3. Usando las palmas de las manos y los dedos (curvándolos sólo ligeramente), enrolla la masa hacia el cuerpo.
4. Dobla hacia dentro los extremos.
5. Gira la masa con un movimiento en espiral de la mano derecha.
6. Repetir.

**Consideraciones**

Comprueba que los codos están rectos cuando la masa se presiona hacia fuera. Observa la tendencia a llevar la fuerza a los antebrazos evitando usar todo el cuerpo. Los brazos rectos producen una buena respiración. Observa qué poca expansión del pecho tienen los niños y con qué facilidad se cansan. Algunos niños se meten en la harina mojada y rápidamente hacen la masa. Otros retiran las manos con la harina pegada a ellas exclamando y protestando. Es posible que se tarde más en ayudar a estos niños.

Deja que el niño disfrute de la masa, palmeándola, haciéndola caer y haciendo figuras, caras, etc. Muéstrales las figuras tradicionales.

Con frecuencia el niño, mientras está dando forma a la hogaza o cuando está ocupado amasándola, habla en voz alta sobre presiones y preocupaciones que le afligen. Uno tiene la impresión de que habla consigo mismo, más que con el que le escucha. Tranquilizarle, más que hablar al respecto, es la mejor forma de responder.

**Resultados de la Clase Extra**

Los comentarios que hacen los colegas después de un periodo de tres meses de trabajo con la Clase Extra, son algo así:

"Está mucho mejor".
"No es tan molesto en clase".
"Una actitud totalmente diferente".
"Al menos ahora intenta hacer algo".
"No tan inquieto e irritante para los otros niños".
Podemos animarnos; al menos los "efectos secundarios" están entrando bajo control. Estos cambios indican que las crecientes fuerzas vivas del niño están asimilando y transformando lo que hacemos con él. Nuestro éxito o fracaso final depende de que haya un daño físico real que no podamos compensar. Nuestra paciencia y confianza

en el fortalecimiento de la voluntad mediante la repetición rítmica estimularán las fuerzas curativas. Si damos al niño aquello que pertenece a los fundamentos de su organismo productor-de-inteligencia, su cuerpo astral, finalmente se pondrán en armonía los fundamentos de su pensar, sentir y querer, mejorará su salud, y aparecerá la comprensión del trabajo intelectual.

La investigación siguiente sobre la eficacia de la Clase Extra para escolares con dificultades de aprendizaje se llevó a cabo en un colegio Steiner (Waldorf) de Canberra, Australia. Después de una media de 7,26 meses de sesiones semanales de la Clase Extra en el colegio, los 15 alumnos de este estudio mostraron una mejoría media de 21,8 meses en un test de lectura estandarizado en exactitud lectora y una mejoría similar de 23,3 meses en comprensión lectora. (De la tesis del Máster en Educación de Mariane Judd del año 1997 en la Universidad de Canberra.)

# CAPÍTULO SEIS

## REINTRODUCCIÓN DEL TRABAJO FORMAL DE LECTURA Y CÁLCULO

### Desarrollo de la lectura mediante una relación viva con la escritura

El dominio temprano de la lectura es un logro que da a los padres la máxima satisfacción y que, según muchos, diferencia al niño "listo" del "lento". Las normas de nuestro modelo educativo exigen que los maestros se amolden a que los niños dominen pronto la lectura, aunque los trabajos de investigación muestran que un niño de más de seis años desarrolla en poco tiempo la capacidad de leer que al niño que empieza a los cinco años le cuesta el doble[115].

La mayoría de los niños tiene la capacidad de responder a los métodos de enseñanza de hoy en día y se ajusta a las normas aceptadas. Que esto sea o no lo mejor para su salud en años posteriores constituye una parte importante de las conversaciones entre Rudolf Steiner y los maestros[116].

Los niños que tienen dificultades para leer necesitan recapitularla forma en que la humanidad como conjunto llegó a lograr el arte de escribir y luego leer. La repetición subyace a todo crecimiento y florecimiento, desde la planta al animal, hasta todas las funciones del ser humano. Todos nacemos, cambiamos los dientes, pasamos por la pubertad y nos hacemos adultos, lo que es una excelente razón para repetir en miniatura la secuencia histórica mediante la que se desarrolló la lectura, de los dibujos a los signos. Escribíamos y luego leíamos lo que habíamos puesto por escrito[117].

La situación del niño que viene a nosotros con dificultades de lectura frecuentemente consiste en que, en algún nivel, la conciencia ha rechazado la presentación que hizo el maestro de un sonido no relacionado con la forma de la letra; por ejemplo, cuando se da "boca" para la letra b, el símbolo no tiene ninguna relación con la forma del objeto, ya que esto es sólo una ayuda mnemotécnica.

Es el objeto que ve lo que es real para el niño; por tanto, él ha rechazado inconscientemente relacionar y recordar. Todo el proceso está lleno de sentimientos contradictorios de incapacidad, perplejidad, miedo, resentimiento por no ser capaz de satisfacer las exigencias de los adultos; las actitudes de los otros niños fácilmente repercuten en sus propios sentimientos de ineptitud. Podemos comprender bien por qué oscila emocionalmente entre la frustración y la falta de interés. Como maestros, para liberarle de esta situación, tenemos que hacer que el símbolo, con su sonido y movimiento, se funda para formar una unidad y se convierta en una imagen.

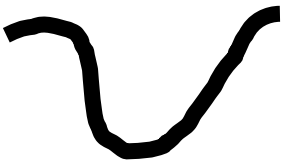
Es esencial superar el miedo subconsciente a la letra impresa, a lo desconocido en funcionamiento en el alma, que vive en muchos niños que van retrasados en la lectura. Es este miedo el que conduce a la lectura imprecisa y superficial y a los consecuentes problemas de memoria.

Los ejercicios que se mencionan en las páginas siguientes se describen en los capítulos 4 y 5.

I. Escribir la historia de una letra



Olas



Valle



Montañas



Árbol: las ramas pueden ser con frutas

**A**. Encontrar símbolos para los sonidos
Tenemos que ejercitar nuestra fantasía para encontrar algunos símbolos de nuestros sonidos (letras del alfabeto)[117].

Teniendo en cuenta los métodos de lectura que algunos niños han experimentado antes de llegar a nosotros, es esencial que cada nuevo niño, sin importar la edad, experimente las letras como imágenes. A los niños de menos de 12 años se las debe presentar el maestro. Después de esa edad, la fantasía del niño es lo suficientemente activa para que lo pueda hacer por sí mismo como se ha descrito anteriormente.

Presentar los primeros elementos de la lectura de este modo nunca dejó de interesar a los alumnos de 12 años. Habiendo comprendido el proceso, pudieron, con su propia fantasía, convertir la mayoría de las letras en imágenes, de las que después escribieron una historia.

**B**. Escribir una historia:
1. Algunos pudieron escribir la historia; otros la dictaron.
2. Después se la escribimos con letra caligráfica tradicional
3. Tuvieron que copiar esto con escritura pintada, usando una hoja A2 doblada.
4. La primera página de esta gran hoja doblada se puso como portada, y una parte de cada clase se pasó haciendo un dibujo de las "imágenes" que ilustraban la historia. En el interior, les trazamos las líneas de la anchura de una regla (nuestros alumnos no son mañosos y una hora pasa volando).
5. Luego, "escribían" con el pincel más fino posible, número 00 (lo que añade lustre a la tarea).

Esta escritura pintada estimula un cambio completo en el hábito de movimiento. Sujetar el pincel y mantenerlo suspendido exige que entren en juego nuevos músculos; se activa el sistema elevador[120]. El niño se interesa; la mano y el ojo trabajan juntos de un modo nuevo, y para cuando esta historia está terminada, la antipatía a la letra impresa y a escribir está superada. (No tengo documentos pictóri-

cos de este trabajo, ya que esto es algo que los niños nunca dejaron olvidado.)
Los niños tenían libertad para "escribir-pintar" con cualquier color. Algunos cambiaban el color en cada palabra hasta que se daban cuenta de la oración. Otros usaban, durante un tiempo, un color para cada línea. Era interesante ver cómo la comprensión de la oración aumentaba hacia el final de la historia. Una historia breve adecuada estaba redactada de tal forma que llenaba las tres páginas de esta gran hoja de papel doblado. Ocasionalmente, se insistía en algunos detalles, y entonces se añadía otra página.

A los niños con la dominancia cruzada entre ojo y mano se les daba monturas de gafas (sin cristales graduados) y el ojo "culpable" tenía que mirar a través de una gelatina de iluminación (o celofán) azul si era el ojo izquierdo o roja si era el ojo derecho. De este modo se activaba el ojo sin cubrir y se desarrollaba la dominancia deseada.

6. En cada clase se leía en voz alta la parte de la historia ya escrita. El alumno tenía que dar un paso con cada palabra, dando la vuelta y yendo en la dirección contraria al llegar al punto.

7. Mientras se hacía este trabajo, parte de la tarea para casa era hacer las letras mayúsculas con la técnica del dibujo rayado, pasando de esto a rayar toda la palabra. A continuación, de nuevo sólo se rayaban las letras mayúsculas. Finalmente, se escribía la palabra con letra cursiva enlazada normal. De este modo se lograba la repetición necesaria.

La historia siguiente la redactó un chico de noveno curso y la escribió con el método del pincel. Vino a trabajar conmigo durante el octavo curso debido a que su escritura era ilegible, la lectura mediocre y era incapaz de expresarse con palabras. Este ejercicio concluyó nuestro trabajo juntos, y, en palabras de la oración final, "Todo estuvo bien de nuevo".

"La princesa Idonia subió una montaña hasta llegar a un ermitaño que vivía en una cueva. El ermitaño furioso convirtió a Idonia en una ardilla, y después decidió darle un árbol de su valle.

Un día, llegó un príncipe hasta el rey y averiguó que la princesa había desaparecido. Se dispuso a encontrarla. Un águila le dijo que atrapó un pez, y el pez, a cambio de salvar su vida, le contó esta historia... El pez había estado nadando en un río y había visto al ermitaño en una barca. El ermitaño iba murmurando que sólo un ópalo encontrado en la nieve que hubiera sido arrastrado por las olas del mar devolvería a Idonia su forma cuando se mostrara a la ardilla.

Durante siete años buscó el ópalo, y finalmente lo encontró en un lecho de perlas blancas como la nieve que las olas del mar habían arrastrado.

Con ayuda del águila encontró al ermitaño y venció su furia dándole el ópalo.
Todo estuvo bien de nuevo".

**C.** Escritura: mejorar la ortografía y el tipo de escritura:
1. El trabajo descrito anteriormente puede conducir de forma muy natural a copiar las listas de palabras del excelente libro de ortografía de Schonell[121], o cualquier tipo de trabajo formal que el maestro considere adecuado.
Podemos ayudar en la escritura ilegible y en la inmovilidad de la mirada haciendo que, al escribir, el ojo y la mano hagan movimientos no habituales. Se puede ayudar a los niños a ver la ortografía si escriben en "chino" o "griego":
2. Toma un poema conocido, o incluso una poesía de jardín de infancia, y empezando en el lado derecho de la página escríbelo de arriba abajo, poniendo las letras una debajo de otra.
3. Luego escribe en el griego bustrófedon, de derecha a izquierda y de izquierda a derecha, incluso escribiendo las letras en espejo.

Un chico zurdo disléxico muy protesten, con una escritura ilegible y sin interés por escribir, pensó finalmente que no le importaría escribir en egipcio:

4. Los dos aprendimos a escribir con los jeroglíficos de Ramsés, Tutmosis y los escribas. En el tamaño más grande de papel, y con éste humedecido, se le dijo que pintara un fondo azul, dejando sin pintar las formas de los jeroglíficos; después, éstos se pintaron de color rojo carmín. Esto le obligaba a mantener la imagen de la forma en su ojo mental mientras pintaba el fondo. Cuando estuvo terminado, ahora tenía algo que él podía leer y que ningún otro podía. Más tarde, él mismo aprendió a escribir bellamente. Estos métodos no evitan en modo alguno el problema.

El interés despierta el movimiento interno, que es el primer paso hacia la comprensión. Se puede ayudar en el desarrollo de los niños de quinto curso en adelante, así como en los problemas de escritura y lectura, si los niños escriben en estilo chino o griego, recapitulando de esta forma los desarrollos culturales anteriores[122]. Escribir las letras en espejo es una etapa de desarrollo natural en el niño de edad preescolar (antes de los siete años)[123]. Para que los niños hagan progresos, también es de ayuda pintar las letras. Tenemos que tener presente que los niños se reencarnan de una cultura a otra. Los viejos recuerdos, los hábitos, etc., son instintivos, y hoy en día están cada vez más cerca de la superficie de la conciencia; de ahí que las repeticiones culturales puedan conducir a una aceptación armónica de las necesidades actuales en su nueva vida[124].

## II. Lectura en voz alta

Ahora tenemos que abordar el problema de la lectura en voz alta. Si ha de ser satisfactorio para el lector y el oyente, necesita retención del contenido y comprensión rápida.

**A.** Preparación para la lectura en voz alta:

1. Para despertar los sentidos: para preparar su capacidad de leer en voz alta, se describirán un conjunto de ejercicios que despiertan en el niño la relación entre los sentidos. Estos ejercicios son para hacerlos a diario durante el periodo de trabajo de apoyo educativo. Como toda actividad sensorial aumenta cuando no se ve,

vendaremos los ojos de nuestro alumno (o pintaremos los cristales de unas gafas de natación) y le daremos algunas de las tareas siguientes:

a. Ensartar cuentas:

- Ensartarlas según un modelo dado.
- Adivinar el número que haya ensartado.

b. Manipular objetos e identificarlos.

c. Palpar objetos con los pies e identificarlos o clasificarlos.

d. "Pesar" dos objetos, uno en cada mano, y determinar cuál es el más pesado.

e. Escuchar e identificar sonidos; de dónde vinieron: ¿de arriba, de la habitación de al lado, de abajo?

f. Hacer punto, ganchillo, modelado, trenzas y nudos.

g. Distinguir los siete sabores: dulce, agrio, acre, amargo, salado, especiado, picante.

h. Describir las superficies y las texturas que sienten las manos y los dedos.

i. Dibujar formas, letras o números que hemos trazado en la espalda del alumno; luego él lo hace con su pie dominante sobre un papel grande colocado en el suelo.

2. Ejercicios para pasar de la observación al pensar:

a. "Cierra los ojos y nombra cinco cosas de la habitación"; aumenta el número cada vez.

b. "¿Qué está a la izquierda de la puerta según entras?".

c. "¿Con cuántas personas te cruzaste de camino al colegio?".

d. "¿Hay un árbol a la entrada del colegio?".

3. Para relacionar la observación con la memoria, pregunta:

a. "¿Qué ropa llevaba yo puesta ayer?",

b. "¿De qué color es la corbata del señor x hoy? ¿Y ayer?".

c. "¿Qué se ha cambiado en la habitación?". "¿Qué se ha añadido?".

4. Para estimular la memoria: hacemos una pregunta sencilla y le pedimos que guarde la respuesta y la diga el próximo día. La pregunta debe ser tan obvia que la respuesta venga automáticamente, por ejemplo: "¿Cuántas patas tiene una vaca?".

5. Para ayudar al niño a formar conceptos, hazle que: a. Te describa algo para adivinarlo, sin nombrarlo, b. Después, que él adivine y nombre lo que tú describas.
c. Ahora él elige algo y lo describe con una palabra, luego con dos, con tres, etc.
d. "¿Cuántos objetos de la habitación empiezan con la misma letra?".

6. Para favorecer el desarrollo del sentido del oído y la memoria auditiva:
a. Siéntate con el alumno en silencio, y después pregúntale cuántos sonidos ha escuchado; pídele que:
•Los nombre.
•Te diga de dónde vinieron.
•Cómo fueron causados.
b. Podemos tocar los intervalos y la escala de la lira, pidiendo al alumno que muestre cómo suben y bajan mediante el movimiento de sus brazos.
c. Podemos ayudar a que el niño logre la destreza de escuchar un ritmo una vez y luego pueda hacerlo caminando y tocarlo en un tambor o pandereta; asegúrate de que el hexámetro se domina de esta forma. Haz que escuche un ritmo con una nota:
•Debe hacerlo con palmadas.
•Hacerlo caminando.
•Tocarlo con un instrumento.
d. Haz que encuentre palabras que se adecúen a un ritmo y descubra el ritmo de una palabra; esto se puede ampliar a una oración.
e. Usa juegos de escuchar en los que los jugadores recuerdan una secuencia de objetos, por ejemplo: "De La Habana ha venido un barco cargado de...".
f. Da al alumno una secuencia de tres o más movimientos a realizar (de acuerdo con su habilidad) al hacer una señal. Por ejemplo, dile que dé dos pasos a la derecha, se toque la oreja derecha con la mano izquierda, luego salte hacia la puerta a pata coja; debe permanecer quieto mientras das las instrucciones; luego, al hacer el maestro la señal, lleva a cabo la secuencia.

Nota: Al reproducir una secuencia rítmica, el alumno puede estar usando los ojos. Utiliza varios métodos al hacer los ritmos. Golpea bajo la mesa fuera de la vista. Esto te ayudará a distinguir entre los niños orientados auditivamente y los orientados

visualmente. Los niños con dificultades de procesamiento auditivo se pueden beneficiar mucho de la euritmia tonal y la terapia musical.

7. Para favorecer el desarrollo del sentido de la vista y la memoria visual:
a. Véanse los "Ejercicios para apoyar el desarrollo de los movimientos oculares".
b. El alumno observa a! maestro dibujar una forma en la pizarra al finalizar la clase. Al comienzo de la clase siguiente, el alumno dibuja la forma en la pizarra.
c. Juega a Objetos en la Bandeja: se ponen aproximadamente diez objetos sobre una bandeja. El alumno observa durante un periodo de tiempo limitado (dependiendo de su capacidad); se quitan los objetos y el alumno escribe o nombra entonces los objetos.
d. El alumno dibuja un laberinto o sigue un laberinto que le ha dibujado el maestro.

8. Para desarrollar una relación entre la audición, el movimiento y la vista, podemos hacer lo siguiente:
a. Decimos un número, por ejemplo, el "12".
b. Pregunta al niño cuál será el número cuando él haya caminado hasta la puerta mientras se sigue contando un número por paso.
c. Debe calcular esto y ver si está en lo correcto dando pasos y contando desde 12 hasta que haya llegado a la puerta.
d. Después nos dice cuántos pasos ha dado.

**B.** Lectura en sí:
Cuando se ha ganado cierta destreza y confianza, podemos empezar con el trabajo directo de lectura. Tiene que formarse una nueva imagen de la lectura en voz alta. ¿Tiene el niño sentido dramático? ¿Es tímido, de tipo retraído, para quien es un sufrimiento abrir la boca y dejar salir un sonido?

1. Para el niño dramático Agrícola de Tácito es una lectura espléndida. Está ideado para leerse a una audiencia, así que:
a. Prepara el escenario y explica el contexto de la lectura.
b. De pie al lado del alumno, con el libro (en español, por supuesto) en un atril de

música, declamas la primera oración mientras el alumno te lo señala con el dedo; te aseguras de que su dedo siga tu lectura.
c. Después, él tiene que leer la misma oración (desde luego que no puede), así que se la susurras según avanza y habla, mientras señala con el dedo el texto.
d. Continúas de esta forma durante unos minutos.

Nos quedaremos impactados al descubrir lo mala que es la relación entre la audición y la memoria. Lo importante es disfrutar, el gran ritmo de la oración, la pronunciación de nuevas palabras que suenan exuberantes. Esto es, finalmente, el hecho real y en lo que consiste la lectura.

2. El niño tenso será más feliz con Julio César. Oraciones claras, concisas, que dicen exactamente lo que quieren expresar.
a. Cuando se haya establecido la confianza y esté señalando tu lectura, detente de repente y haz que él diga la palabra; asegúrate de que sea una que conozca o pueda leer fonéticamente.
b. A la inversa, di una palabra difícil de la página y haz que la encuentre.

3. Se puede ayudar al lector que levanta la mirada o pierde la línea constantemente del modo siguiente:
a. Toma un trozo de papel y haz un ventanal en él.
b. Colócalo en la página de forma que aparezca una palabra.
c. Después, tapa la palabra y haz que el niño la diga.
d. Pide al alumno que escriba una oración; luego pasa por las palabras de esta forma (a - c).

**III. Cómo ayudar al niño entre 6 y 8 años a desarrollar la lectura**

**A.** Escribe un poema muy conocido. Haz que el niño lo lea, luego que reconozca una línea, luego una palabra de una línea y, finalmente, una letra de una palabra.

**B.** Podemos ayudar a romper la tensión en los hábitos de lectura y la retención de la

atención en la palabra desconocida, o la concentración excesiva en la pronunciación, desarrollando la Lectura Rítmica:

1.Toma una postal y tapa el texto de lectura, excepto el grupo de palabras u oración que el alumno tenga que leer. Lo lee en silencio, señalando el texto con el dedo, luego lo lee en voz alta, todavía señalando; continúa de este modo a lo largo de la historia. Se tiene que trabajar en esto hasta que el niño se encuentre a gusto antes de pasar a las etapas siguientes.
2. Lee en silencio la parte que se enseña; se tapa, y la dice en voz alta.
3. Lee en silencio; se tapa la oración. La dice en voz alta, luego pone por escrito la oración y la comprueba con el libro.

Este método vence la respiración superficial causada por la tensión y permite que se desarrolle una comprensión del tiempo. Se establece un ritmo entre la respiración y la comprensión. Después se puede desarrollar la memoria y la escritura.

## IV. Cómo trabajar con los niños mayores, de 15 a 18 años, con poca habilidad lectora

Establece un tiempo determinado para que lean un pasaje. Al final del tiempo, deben decir con una palabra de qué trata el texto; luego, decirlo con dos palabras; a continuación, con tres palabras. Esto desarrolla el contenido del pensamiento.

### Cálculo

Este tema también requiere la habilidad de moverse. Aquí hay una concentración interna que da lugar a un movimiento de una parte de un proceso al siguiente. Esta facultad falta en nuestro alumno. También falta en sus movimientos físicos. Es el niño que no puede llevar el paso de los demás. Estos niños se sorprenden de que su agilidad no alcance las expectativas que su imaginación ha desarrollado sobre lo que pueden hacer.

**I. Contar y hablar simultáneamente**

Las clases para estos alumnos deben consistir en esos ejercicios de movimiento para los que se pueda contar y decir las tablas en voz alta. Algunos ejemplos son el Ejercicio de Dar Pasos, que relaciona el movimiento y la audición (véase el II A 8 anterior), los ejercicios con el (los) saquito(s) de Frijoles, el Ejercicio de Botar Pelotas, el Ejercicio de Barra Adelante/Atrás y el Ejercicio de la Estrella Numérica.

**II. Dominancia**

Comprueba su dominancia y, si es necesario, confírmala con la Forma para la Dominancia o el Ejercicio del Triángulo Rectángulo.

**III. Conexión auditiva y visual**

Usa el Ejercicio de las Bolas de Cobre (con el Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento) y el Ejercicio de Rodar la Barra, ambos ejercicios para la relajación de la tensión y para desarrollar la conexión entre los centros auditivos y visuales.

**IV. Contar Frijoles**

Podemos utilizar la conexión entre el sentido de la vista y el sentido del pensamiento ajeno mediante la ampliación del procedimiento de "contar Frijoles" del ejercicio de

Coordinación Mano, Ojo y Habla.

1. Debe estimar cuántas Frijoles hay en total en el montón.
2. Ahora las separa y estima cuántas rojas y cuántas azules hay.
3. Entonces cuenta los dos.
4. En otro momento, cuenta el total y los clasifica en dos montones.
5. Estima un montón, cuenta el otro, y corrige su estimación con el total.
6. Haz muchas variaciones de este procedimiento, empezando con un número

conocido y separándolo en varios montones, uno de los cuales permanece sin contar y tiene que calcularse a partir del número de los otros.

Esto crea confianza. También podemos usar este método con las otras tres operaciones[124].

**V. Unidades, decenas y centenas**

Es bastante común que los niños de 12 años no hayan comprendido completamente cómo se forman las unidades, decenas y centenas, y tampoco cómo se forman y escriben los números de varias cifras.

1. Vuelve al concepto básico de llevada usando cuartos de litro, medios litros y litros de forma práctica en el fregadero de la cocina, echando agua en vasos de cuarto de litro, de medio litro y de litro.
2. Cuando esto está comprendido, practica poner por escrito las sumas resultantes hacia delante y hacia atrás.
3. A partir de aquí, explica las unidades, decenas y centenas, y practica escribir las respuestas con palabras. Esto sirve para superar el miedo.

**VI. La cualidad de los números**

Ser incapaz de captar los conceptos numéricos induce siempre a tensión y miedo a lo desconocido; en el niño, esto causa fácilmente el efecto de parecer torpe o de reacción lenta. También podemos ayudar a que se disuelva esta reacción emocional hablando de la cualidad de los números, su relación con el cuerpo y con las formas. El número uno es completo e indivisible. El niño es una persona, pero el dos está contenido en sus dos ojos, sus dos brazos, etc. También en él se expresa el tres, por ejemplo, en cabeza, tronco y extremidades126. Esto ayuda a desarrollar la confianza.

## VII. Formas geométricas

Podemos pasar del Ejercicio de la Estrella Numérica a las formas geométricas:
1. Haz que dibuje a mano alzada un triángulo equilátero muy grande; después divide los lados en partes iguales (véase la ilustración 24).
2. Numera las partes de la base, continúa en el lado siguiente pero empezando de nuevo en uno.
3. Después empieza en uno en el tercer lado.
4. Ahora, a mano alzada, une todos los unos, los doses. etc. y aparecerá una circunferencia central formada por las líneas rectas (véase la ilustración 24).
5. Adáptalo para usarlo con el pentágono y hexágono.

Este conteo rítmico, las formas y la precisión aumentan la confianza que tanto se necesita y el placer en la belleza de los números.

## VIII. Conversión

Podemos utilizar las cuatro operaciones, incluyendo la división larga, al convertir las unidades de un número grande en sus partes (en ambas direcciones). Una posibilidad es años a segundos. Luego, a la inversa, "millones de segundos" a minutos, horas, días, meses, años. Sin atajos. Cuando el alumno pueda subir y bajar fácilmente por esta "escalera", podemos abordar las fracciones.

## IX. Fracciones

1.Toma una hoja de papel y haz que el alumno la rasgue en dos. No se lo hacemos. Su "uno" es una totalidad, así son todas las partes.
Ahora se encuentra en la situación en la que los números son menos que uno; pero en una fracción vemos que cada parte es igual.
2. Haz que doble un papel en partes iguales y lo rasgue.
3. Pasa a dibujar círculos y dividirlos en partes iguales, de mitades a doceavos, etc.
4. El alumno coloreará la fracción que exija el numerador: 3/4, 7/12. Pronto caerá en

cuenta del misterio de 3/4 y 6/8.
5. Para finalizar a lo grande, haced juntos un bizcocho y cortadlo en porciones iguales.
6. Corta una porción en fracciones comiéndolas al hacerlo.

**Comentarios finales**

Es posible que el lector sienta que tiene un empacho de ejercicios, muchos de los cuales dicen lo mismo de otro modo. Esto es así, pero la repetición fortalece la voluntad y cultiva la memoria, facultades que nuestro alumno necesita desesperadamente. Como maestros, debemos desarrollar la fantasía y la imaginación de forma que nuestro alumno sea retado y sorprendido. Esto permite que se lleve a cabo la repetición continua del remedio básico.

Como comentó orgullosamente un alumno de 15 años al final de dos años de trabajo: "No hubiera venido si no me hubieran gustado las cosas que hacíamos".

# CAPÍTULO SIETE

## ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES

### Estructura, duración y ritmo de las clases

### I. Motivación del alumno que necesita apoyo educativo

La calidad del tiempo que el alumno pasa con nosotros es tan importante como la enseñanza que le demos. No tiene que haber sensación de presión o de "la importancia de tener éxito", ni negociar con el alumno para que lo haga. Usando enfoques pedagógicos, el maestro guía suavemente al alumno para que realice los ejercicios al máximo de su capacidad.

Para los alumnos más pequeños, de entre seis y doce años, podemos presentar nuestro método de trabajo describiendo corno el granjero prepara primero los campos antes de sembrar el trigo, diciéndole después que nosotros vamos a hacer lo mismo. Luego añadiremos que, si hacemos eso concienzudamente, la escritura y lectura llegarán con naturalidad.

Al alumno mayor, de aproximadamente trece años en adelante, podemos decirle directamente que la lectura es un asunto de movimiento; que toda la forma de la letra y de la palabra tiene que moverse por el ojo y, como el destello de un rayo, penetrar en el cuerpo y reflejarse en su mente. En nuestras clases exploraremos juntos todos los tipos de movimiento para ver qué está obstruyendo el "destello" del rayo.

Los niños se quedan tanto perplejos como aliviados, surge el interés, y les intriga y reta su inhabilidad para hacer muchos ejercicios. Cuando las circunstancias lo permitan, es mejor para nuestro alumno que no haga lectura formal durante al menos dos semestres (o trimestres), ya que el organismo del niño ha rechazado asimilar y relacionar la información, y el niño no puede producir a voluntad lo que se supone que sabe, pues se ha alcanzado el punto de saturación en el organismo. No tiene

sentido presionar sobre esta debilidad con más exigencias; esto puede agravarla y quizá causar otros problemas. Debemos dirigirnos a apoyar y cultivar las partes complementarias del cuerpo, con sus miembros suprasensibles, de forma que se estimule el crecimiento de la facultad.

**II. Cómo estructurar las Clases Extras**

Estructura las clases de forma que todos los elementos tratados estén representados: geografía corporal, orientación espacial, dominancia y otros; estos elementos deben cultivarse desde cada uno de estos aspectos: movimiento, dibujo y pintura.

La clase debe estar estructurada de forma que sea una experiencia artística para el alumno. El maestro podría basar la elección de ejercicios en el principio de inspiración y espiración, el elemento expansión-contracción, o mediante el uso de las tres facultades del alma de pensar, sentir y querer. Algún elemento musical, por ejemplo, reconocer y tocar los intervalos en un carillón, puede despertar la conciencia y cultivar la escucha. Esto puede complementar los ejercicios de pintura. (Véanse en el capítulo 5 las descripciones de los ejercicios siguientes.)

1. Los ejercicios básicos que deben incluirse en cada clase son: a. El Ejercicio de las Bolas de Cobre a partir de los 10 años.
b. A continuación, el Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento.

2. Alrededor de éstos, se estructuran los otros ejercicios:
a. El Ejercicio de Rodar la Barra es obligatorio para los niños pálidos, débiles; para los retraídos; para los que tienen una respiración mala y superficial, y/o mala memoria.

b. Cuando tiene que cambiarse la dominancia de ojo, debe practicarse con regularidad el Ejercicio de la Estrella Numérica con el ojo dominante "incorrecto" tapado con el color adecuado.

3. Se puede empezar con el Ejercicio del Triángulo Rectángulo en el segundo semestre (o trimestre) y hacerlo continuamente durante al menos un semestre (o trimestre) en la clase semanal. Cuando ha comenzado el trabajo formal, se debe continuar con este ejercicio.

4. Todas las clases terminan con un ejercicio de pintura.

5. Con los alumnos que empiezan las clases y ya tienen entre 15 y 18 años y quieren leer, podemos introducir algo de trabajo formal, como se describe en el capítulo 6, tan pronto como haya destreza en el dibujo simétrico y de modelos. Pueden empezar con las letras como imágenes, haciéndoles redactar su propia historia a partir de ellas, haciendo dibujo con rayado para las mayúsculas, rayando el fondo de forma que aparezca la letra, luego coloreándola con un color que contraste. Del mismo modo, se pueden hacer las palabras.

**III. Ejemplo de un programa de trabajo**

Los maestros de apoyo educativo que trabajan en los colegios han comprobado que los niños pequeños se benefician con clases diarias de 20 a 30 minutos cada una. Un ritmo también posible en el colegio es el de dos periodos semanales de 45 a 60 minutos. Se da a los alumnos una tarea para casa de 10 minutos diarios, como un dibujo de formas adecuado para la edad, Contornear y Colorear Manos y/o los Ejercicios de Desarrollo Motor (véase el V siguiente). El ejemplo siguiente es para una clase de una hora semanal:

1. Elevar el Propio Peso.
2. Ejercicio de Rodar la Barra con canción (Al pasar la barca o Se va, se va la barca).
3. Canicas entre los Dedos de los Pies.
4. Ejercicios de lanzar la pelota (izquierda/derecha, arriba/abajo) hablando (tablas, alfabeto, poema).
5. Practicar el ejercicio de la Varilla Florida o el Ejercicio de la Estrella Numérica.
6. Ejercicio de las Bolas de Cobre, y

7. Ejercicio de la Línea Recta y Lemniscata en Movimiento.
8. Un ejercicio con los ojos vendados.
9. Ejercicio de pintura.

**IV. Para desarrollar la visualización interna**

Con el dedo, escribe letras y luego palabras en la espalda del alumno, o con una pluma de ave en la palma de su mano. Pídele que la escriba en su cuaderno y luego la lea. Haz que elija una palabra que luego se escribe en su espalda, mientras que, de nuevo, la pone por escrito. Pero deben mantenerse los ejercicios de movimiento y de pintura, y éstos deben comprender la mayor parte de la clase.

**V. Tarea para casa**

La tarea para casa es obligatoria; se espera que el alumno trabaje diez minutos diarios en su programa de tareas para casa. Esto se tiene que poner en claro al principio a los padres y al alumno.

**A**. Parte de las primeras clases tienen que pasarse haciendo un programa de tareas para casa:

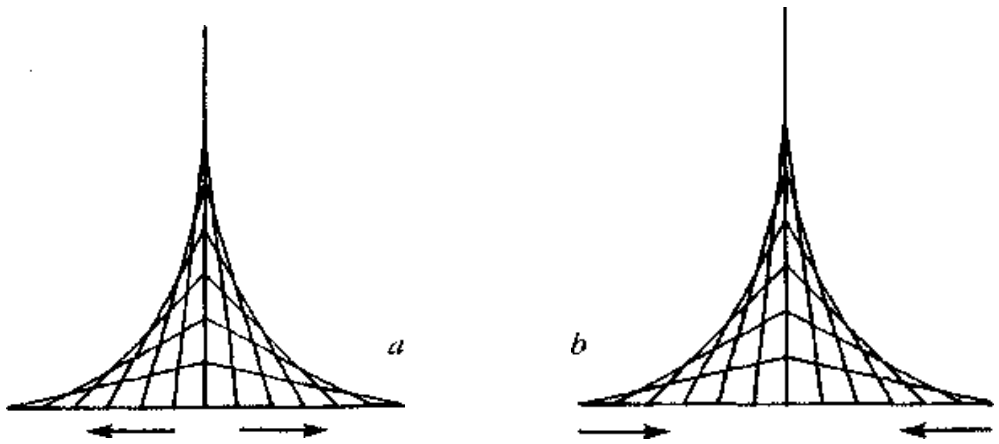



Ilustración 23 a, b: Expansión (a) \j Contracción (b) del Triángulo.

1. Éstas consistirán en dibujo de formas y de modelo y en ejercicios de color con el dibujo con rayado. Cuando se dominen, los ejercicios siguientes son adecuados como tarea para casa (véanse los "Ejercicios de dibujo"):

a. Ejercicio de la Varilla Florida,
b. Triángulos Interpenetrantes.
c. Expansión del Triángulo: dibuja a mano alzada un triángulo isósceles alto y estrecho, en pasos iguales dibuja una serie de triángulos isósceles gradualmente más bajos y más anchos (véase la ilustración 23 a). Contracción del Triángulo: dibuja a mano alzada un triángulo isósceles bajo y ancho, en pasos iguales dibuja una serie de triángulos isósceles gradualmente más altos y más estrechos (véase la ilustración 23 b).
d. Las diferentes "formas numéricas", por ejemplo, los Triángulos Numéricos (véase la ilustración 24).
Independientemente de que sus compañeros tengan un programa de tareas para casa completo, nuestros alumnos deben tener una tarea de manualidades o artesanía específica.

2. Modelar con cera de abeja o plastilina.

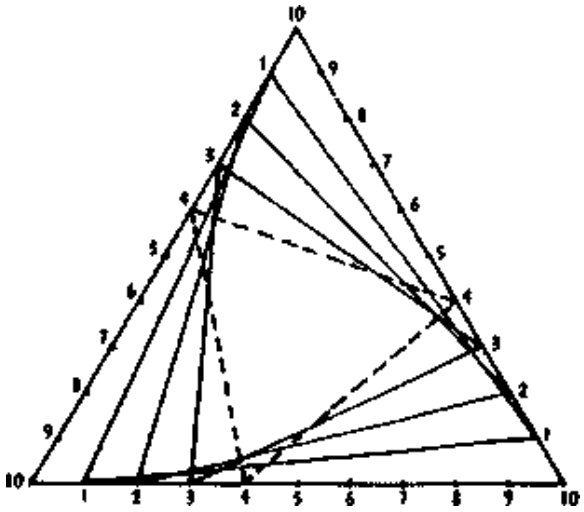


Ilustración 24: Triángulo Numérico, parcialmente realizado.

Continúa trazando líneas rectas entre los cuatros, los cincos, los seis, los sietes, los ochos y los nueves.
3. Hacer punto es una actividad importante para mejorar la concentración y desarrollar la coordinación ojo-mano, que también funciona al contar y en la formación de conceptos. Así que los alumnos de 13 años en adelante (y la mayoría han sido varones) han tenido que hacerse un jersey de punto bobo [k], haciendo cada semana una cantidad concreta de vueltas. Esto se haría como parte del programa del tercer o cuarto semestre (o trimestre).

4. También es valioso por su efecto terapéutico para los movimientos de estiramiento rígidos, hacer una serie de tapetes de mesa o una esterilla de punto con los dedos (ganchillo con los dedos); con esta técnica se puede hacer en casa al menos un tapete de mesa en el curso de nuestro trabajo.

**B.** Más tarde, se pueden añadir listas de palabras y hacer oraciones a partir de ellas. También nuestros alumnos pueden completar incidentes dramáticos que se leen o describen. Igualmente, es una actividad valiosa completar historias que están leyendo, comparando su final con el real.

**Reevaluación: control del progreso**

**A.** Para controlar el progreso de los alumnos, puedes hacer que lleven a cabo los ejercicios siguientes, en el momento que se indica a continuación:

1. Prueba de la Cruz: al final del segundo semestre (o tercer trimestre) o al principio del siguiente año académico.
2. Varilla Florida: no es necesario, ya que es un ejercicio de apoyo educativo y se practica hasta que se haga correcta y fácilmente.
3. Contar Alubias (Coordinación Mano, Ojo y Habla): no es necesario si se usa como ejercicio de apoyo educativo. Se puede usar para volver a comprobar la dominancia de la mano y la coordinación de habla-movimiento durante el segundo semestre (o al principio del tercer trimestre) o al inicio de un nuevo y breve periodo de sesiones.

4. Dominancia: comprobación "simple" durante el segundo semestre (o al final del segundo trimestre); evaluación del Patrón de Dominancia al final del segundo semestre (o tercer trimestre).
5. Afinidad Ojo-Color: dos o incluso tres veces por semestre (o trimestre). Si el niño empieza a personificar el sol y la luna poniéndoles caras y haciendo personajes, continúa dándole una oportunidad semanalmente con este dibujo, hasta que deje de hacerlo. La "historia" y los dibujos muestran que se están expulsando las tensiones y los hábitos. Es raro, pero no hay que frustrarse si sucede. Sé "informal" cuando hagas esta evaluación, introduciéndola al final de la clase cuando "no haya tiempo" para hacer un dibujo completo. Según mi experiencia, sólo dos niños lo reconocieron como evaluación; la respuesta dada a sus preguntas fue la caracterización ya mencionada: si el alumno monta el caballo o tiene que cargar con él, pero por supuesto sin decirle lo que está haciendo.

**B.** Tenemos que reconocer que nuestro trabajo está produciendo un proceso de limpieza en nuestro alumno, así que no debemos sorprendemos cuando pase una crisis. Su "inhabilidad" se ha convertido en una forma de protesta, y en cierto momento él y nosotros vamos a chocarnos con esto y luchar contra ello. Uno siente este momento como una terquedad oculta, y es nuestro uso diestro de los ejercicios lo que libera sus fuerzas de forma que se pueda desarrollar la facultad.

La evaluación de la Afinidad Ojo-Color indica cuándo estamos "tocando" los "bloqueos". De repente, después de dos o tres versiones correctas, puede haber una inversión: la elección del color rojo puede cambiar a bermellón; o en su lugar pueden usarse el azul y el amarillo. Esto sucede con frecuencia; después se suaviza el camino de desarrollo y se mantiene la afinidad de color correcta de forma continua.

A medida que crece la experiencia, "sentimos" cuándo están sucediendo estos procesos y podemos usar unos pocos ejercicios de evaluación para confirmar o cuestionar la etapa por la que está pasando el alumno. Si el proceso está bloqueado, esta breve evaluación de la Afinidad Ojo-Color nos mostrará por qué.
**C.** El Ejercicio del Triángulo Rectángulo es un gran "liberador". Con una observación

atenta, podemos advertir que el alumno, al hacer este ejercicio, hace el movimiento demasiado superficial, o que el ojo no dominante tiene una "mirada inmóvil" (véase el capítulo 5).

1. Podemos entonces intentar liberar fuerzas dando a nuestro alumno la versión "contraria" de este ejercicio: la versión izquierda para el niño diestro, y la derecha para el zurdo. Cuando las clases de apoyo son una vez a la semana, el niño diestro hace la versión izquierda una vez, luego la versión derecha tres veces, luego la versión izquierda una vez, etc. Para el zurdo, a la inversa: la versión derecha una vez, la versión izquierda tres veces, luego la versión derecha una vez, etc. Se repite esta secuencia hasta que el maestro de apoyo vea los efectos.
2. Comprueba los resultados con el dibujo de la Afinidad Ojo-Color.
3. Si parece que no da resultado, se puede añadir el Ejercicio de Perspectiva Azul-Roja.

**Uso de los ejercicios con clases o grupos**
(Véase en el capítulo 5 la descripción de los ejercicios.)

**I. Escritura (de 6 a 9 años)**

**A.** Consonantes y vocales:
El método de presentar las letras como imágenes puede utilizarse a partir de los siete años127. El maestro usa su imaginación para inventar las imágenes y la historia. De este modo, las consonantes se reconocen fácilmente como los "sonidos que dan forma" y las vocales como los "sonidos que cantan" que necesita cada palabra. Debido a la complejidad de la ortografía inglesa, las vocales, con estos niños, necesitan presentarse mediante imágenes de sus nombres. Puedes dar la imagen de un abeto para la letra A, de forma que el sonido del nombre de la letra y la forma del abeto se correspondan los dos con la letra A. Incluye también la tradicional "manera Waldorf" de dar las vocales mediante el sonido que contenga el gesto de una cualidad emocional; el sonido "oh" para la letra O indica sorpresa; el sonido "un" indica susto. Los niños pueden representar los sonidos largos de las vocales; las vocales cortas pueden imitarse con pequeños saltos y gestos en miniatura [I].

**B.** Letras mayúsculas: su forma y visualización interna128 Es importante emplear las letras mayúsculas para escribir antes que las minúsculas cursivas enlazadas. Hacer la forma de las letras en mayúscula pone en uso la ley que es el fundamento de la evolución: repetición antes de que se pueda producir el nuevo logro; en este caso, la repetición de la orientación espacial que ha logrado el niño durante los siete primeros años de vida. El examen de los dibujos de los niños muestra el orden en que se logra la simetría arriba/abajo, izquierda/derecha y en diagonal. Este desarrollo es el efecto de las percepciones sensoriales y los movimientos del cuerpo en el espacio tridimensional. En una nueva etapa de desarrollo, después del cambio de dientes, por ejemplo, esta capacidad tiene que volverse a adquirir como capacidad visual interna. ¿Qué práctica mejor y más real podemos dar al niño para hacer que copiar historias con letras mayúsculas?

Cada vez que el alumno dibuja una T divide limpiamente el espacio en izquierda/derecha con el trazo hacia abajo y en arriba/abajo con la línea horizontal de la T. En la letra K tenemos el espacio de izquierda/derecha en relación con el hacia delante/hacia atrás diagonal ya que los trazos se realizan hacia el primer trazo firme hacia abajo y desde él.

Nuestras letras mayúsculas están compuestas de las dos formas fundamentales de la geometría: la línea recta y la circunferencia (la línea curva). Aquí practicamos algo de valor infinito para la visión imaginativa conceptual interna, ya que ¡as imágenes de ¡as letras todavía están conectadas con sus formas, y así las disfruta el niño cuando las escribe.

No es necesario usar un vocabulario afectado; una palabra larga está llena de imágenes en sí y la repetición desarrolla pronto la facultad de la memoria. Leer en voz alta de la pizarra, toda la clase e individualmente, conduce a la lectura expresiva segura. Mientras se trabaja en esta etapa, se está haciendo una preparación para escribir con letras minúsculas y con letra cursiva enlazada mediante el dibujo de modelos, formas simétricas, etc.

**C**. Geografía corporal

En esta etapa, deben usarse los ejercicios adecuados de geografía corporal. La geografía corporal básica está incluida en los juegos infantiles tradicionales cantados, que están recopilados y aparecen en tantas excelentes ediciones. En mi opinión, eran estos juegos los que al jugarse tan rítmicamente a lo largo de las estaciones "curaban" las dominancias mixtas y la mala geografía corporal de las antiguas infancias. Ahora que su uso espontáneo está muriendo, cada vez hay más educadores que los están incorporando a sus currículos.

## II. Actividades generales

**A.** Movimiento para todas las edades:

1. Todos los ejercicios de lanzamiento de pelota: los relacionados con la orientación izquierda/derecha y arriba/abajo.
2. Ejercicio de Rodar la Barra; Ejercicio de Barra Adelante/Atrás; Dedos Caminando sobre Barra.
3. Canicas entre los Dedos de los Pies.
4. Elevar el Propio Peso (se ha comprobado que es muy útil para concentrar la atención de los alumnos antes de la clase).
5. Ritmos de dar palmadas y caminar; caminar y dar pasos con oraciones o números, diciéndolos hacia delante y después hacia atrás, dando un paso con cada palabra o número.
6. Se pueden tener las madejas y los ovillos de lana en un rincón de la clase de forma que los niños puedan ir ahí para practicar Devanar Lana o Retorcer Madejas mientras están de pie con los pies en un punto marcado o en una barra de equilibrio.
7. Dibujo de formas y escribir con el pie del lado dominante.

**B.** De 6 V2 a 7 años en adelante:

1. Dibujo:

a. Modelos enlazados (formas continuas). Introdúcelas como se da para desarrollar la coordinación ojo-mano.

b. Ejercicio de la Estrella Numérica (véase la ilustración 17).

2. Pintura: Ejercicio de Pintura Ojo-Mano.

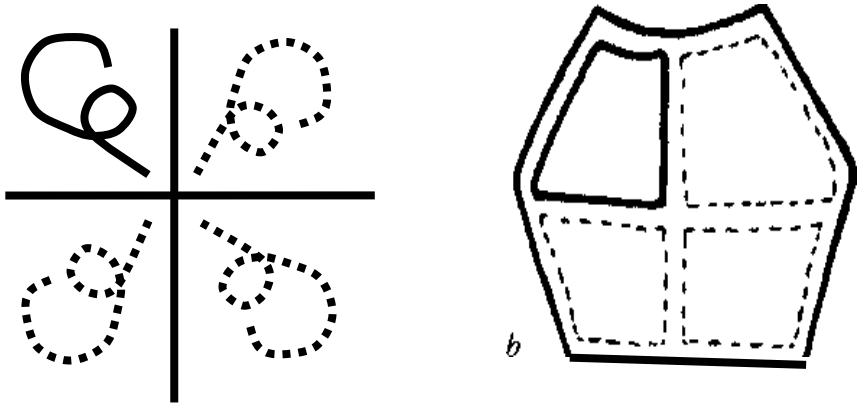



Ilustración 25 a, b: Palíndromo y Ejercicio del Área.

**C.** De 8 años en adelante

1. Dibujo:

a. De simetría respecto a los ejes vertical y horizontal (véase la ilustración 13) y con los modelos repetidos en forma circular, también en "palíndromo" (véase la ilustración 25 a).

b. Ejercicio del Área (para los que tienen un mal sentido del espacio): dibuja una forma grande, dibuja una forma más pequeña dentro y di al niño que encaje otras tres formas en la grande. Varía el número de formas a poner en la primera forma (véase la ilustración 25 b).

c. Introduce el dibujo con rayado para los "cielos" de sus dibujos.

2. Pintura:

a. Espiral Azul-Roja; puede hacerse una vez al semestre (o trimestre), bien como un ritmo diario bien una parte del ejercicio cada semana. Haciéndolo en un papel mojado con las pinturas ya mezcladas, sólo debería llevar de 10 a 15 minutos de la clase. A los niños que tienen dificultades para mantener la espiral en sentido horario cuando pintan "libre" (quinta clase), debería dedicarse un periodo de tiempo a realizar el ejercicio de la Espiral Tripartita como ejercicio individual antes del colegio o incorporado a un periodo de actividad libre.

b. El motivo de El Sol en el Cielo Azul como secuencia de una historia.

**D.** De 9 años en adelante:

1. Dibujo: a. Lemniscatas Espaciales (véase la ilustración 14).

b. Los dibujos de los cuadernos de la clase principal pueden hacerse ahora con la técnica del rayado.

2. Pintura: Ejercicio de Color Secundario (véase la ilustración 20).

**E.** De 11 años en adelante:

1. Movimiento: Hexámetro: dando el ritmo con pasos y palmadas sin hablar o hablando simultáneamente.

2. Dibujo:

a. Ejercicio de los Triángulos Interpenetrantes (véase la ilustración 18).

b. Ejercicio de Geometría del Hexágono (véase la ilustración 19).

3. Pintura: las secuencias del Ejercicio de Perspectiva Azul-Roja (véase la ilustración 21) en las versiones L y M. Éstas son especialmente útiles en las clases en las que muchos niños hacen largos viajes diarios; pinta una vez a la semana.

# CONCLUSIÓN

## Formas básicas (arquetipos)

La geometría y las matemáticas han sido los educadores de la inteligencia del ser humano a lo largo del desarrollo histórico, haciéndole consciente de su lugar único en el mundo creado. La habilidad de comprender las formas básicas, visual e internamente, ha conducido a los logros de las civilizaciones pasadas y al desarrollo de la conciencia moderna. Por ejemplo, en la forma de la espiral tenemos contenidas todas las direcciones del espacio en movimiento: izquierda/derecha, arriba/abajo, dentro/fuera y delante/detrás. Es fácil dibujar una espiral desde fuera hacia el centro. Si queremos dibujar la misma espiral desde dentro hacia fuera, tenemos que observar con cuidado en qué dirección ir. Si no observamos si comenzamos en la izquierda o la derecha, y vamos hacia arriba cuando deberíamos ir hacia abajo, terminamos con la espiral dibujada en la dirección contraria, en espejo. Este maravilloso movimiento de la espiral lo encontramos en todos los lugares en la naturaleza y, hoy en día, en muchas máquinas domésticas.

Las formas geométricas básicas que han acompañado a la humanidad se están redescubriendo y volviendo a aplicar constantemente, desde la relación 2 a 3 de área a volumen que condujo a los barcos de "hierro", al esmerado uso de paralelogramos para formar un rollo de papel de cocina desechable. Estas formas geométricas elevan el pensamiento del hombre a las verdades eternas y, al mismo tiempo, le hacen dueño de la tierra.

Enfrentado a estas formas, el niño siente sus cualidades arquetípicas. Le relacionan con su pasado y le ponen en relación con la verdad y la belleza. Al trabajar con estas formas (dibujándolas, pintándolas y haciéndolas en movimiento), apelamos a la inteligencia interna oculta en cada ser humano.

El factor de apoyo educativo de hoy en día debe ser tal que ayude al individuo a establecer su identidad frente a cualquier tipo de herencia que tenga y frente a

cualquier situación ambiental en que la vida le haya puesto. Entonces, desarrollará la facultad de conservar para mañana lo que ha aprendido hoy.

Nota: Lo anterior se escribió en 1974. En la última década, los escritores convencionales han tomado este tema de las formas geométricas básicas. Véase el libro de Michael Schneider, A Beginner's Guide to Constructing the Universe: The Mathematical Archetypes of Nature, Art and Science, A Voyage from 1 to 10. Véase también el libro de Keith Critchlow y Jon Alien, The Whole Question of Health, An Inquiry into Architectural First Principies in the Designing of Health Care Buildings.

## NOTAS

Alfabéticas

[a] Pequeño columpio de interior que consta de un arnés en el que es introducido el bebé y le hace estar vertical el cual, sujeto a la barra horizontal o al techo mediante gomas elásticas, hace que el niño bote cuando se mueve. *(N. del T.)*

[b] También llamado sentido intelectivo, y, en inglés, sentido conceptual (concept sense). (N. del T.)

[c] Un juego en el que los jugadores bailan o dan vueltas o son tomados por la mano en turno y se los hace girar, y cuando se hace una señal se quedan congelados en las posturas en las que estuvieran, o cuando el que les hace dar vueltas les suelta, y se les juzga por sus posturas. (N. del T.)

[d]Juego que consiste en que los miembros de la pareja están agarrados con las manos cruzadas, los pies de uno cerca de los del otro, e inclinados hacia atrás giran dando vueltas. (N. del T.)

[e] "En un caminito hay cuatro piedras [sobre la espalda del niño se dan cuatro golees con el puño formando éstos los cuatro vértices de un cuadrado] y un cartelito pone: "¡Cuidado, serpientes muerden!" [se hace una "S" de abajo a arriba de la espalda y arriba un rectángulo, la forma del cartel]. Sube una serpiente y muerde [sube un dedo por la columna y se aprietan los hombros]. Sube una serpiente y muerde [sube un dedo por la columna y se aprietan los hombros]. Sube una serpiente y muerde" [sube un dedo por la columna y se aprietan los hombros y se le sopla en el cuello; se le pregunta si le dio un escalofrío]. (N. del T.)

[g] También llamado "pelota atada" o, en Sudamérica, "balero". Hay muchos tipos. Uno de ellos consta de un mango sobre el que hay una semiesfera hueca; del mango sale una cuerda en cuyo extremo hay una pelota atada. El juego consiste en encestar la pelota en la semiesfera. (N. del J.)

[h] Juego en el que los jugadores hacen saltar pequeños discos de plástico presionando su borde con otro disco. (N. del T.)

[i] Juego infantil de dedos en el que el dedo índice de una mano está sobre el pulgar de la otra y viceversa, y se van separando y volviendo a juntar subiendo hacia arriba mientras se canta la canción La araña u otras. (N. del T.)

[j] En iluminación teatral se llama gelatina al filtro de color que se pone en los focos. (N. del T.)

[k] También llamado punto de musgo. Es la labor de punto más sencilla, y se hace tejiendo todas las vueltas del derecho; es idéntico por las dos caras. (N. del T.)

[l] Se refiere al inglés, idioma en el que existen las vocales cortas y largas. En inglés, son muchas las palabras que sólo se diferencian fonéticamente por este hecho; por ejemplo, en los pares de palabras live/leave, it/eat, su pronunciación sólo varía en que el sonido i de las segundas es largo. En castellano todas las vocales son cortas. (N. del T.)

**Numéricas**

**Introducción**

1 WILLBY, Mary Ellen, Learning Difíiculties: A Guide for Teachers, sección I, "Identity and Personality".

2 KONIG, Karl, Los tres primeros años del niño, capítulo 4; BROWN, Christy, My Left Foot, capítulos 3 y 4.

3 STEINER, Rudolf, Deeper Insights into Education, conferencia 2, confe rencia dada el 16 de octubre de 1923 en Stuttgart.

4 STEINER, R., La Educación del niño. Metodología de la enseñanza, parte 1.

5 FIELD, Jane, A Vicious Circle.

6 STEINER, R., op. cit.

7 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, conferencias dadas del 23 al 27 de October de 1909.

8 Op. cit., conferencia 2, dada el 25 de octubre de 1909.

9 Op. cit., conferencia 3, dada el 27 de octubre de 1909.

10 STEINER, R., An Outline of Esoteric Science, capítulo 2; The Foundations of Human Experience (anteriormente The Study of Man), conferencia 3; From Jesús to Christ; SCHUMACHER, E. E., A Guide forthe Perplexed(para una descripción dialéctica de los órganos suprasensibles); DURREL, Lawrence, "Landscape and Character", New York Times, 12 de junio de 1960; LOVELOCK, James, Gaia: A New Look atthe Planet Earth.

11 KIRCHNER-BOCKHOLT, Margarete, Ora., Fundamental Principies of Curative Eurythmy; STEINER, R., Mystery of the Universe - The Human Being, Image ofCreation (anteriormente Man: Hieroglyph ofthe Universe).

12 STEINER, R., The Foundations of Human Experience (anteriormente The Study of Man), conferencias 2 y 7; A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy.

**Capítulo 1**

13 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, conferencias dadas del 23 al 27 de October de 1909; "The Zone of the Senses".

14 SALTER, Joan, The Incarnating Child; DRAKE, Stanley, The Path to Birth; CHILDS, Gilbert y Sylvia, Your Re-Incarnating Child.

15 WILLBY, Mary Ellen, Learning Difíiculties: A Guíde for Teachers, sección II, "Osteopathy for Children"; HAYDEN, Elízabeth, Osteopathy for Children.

16 WILLBY, M. E., op. cit.; SALTER, J., op. cit.; DRAKE, S., op. cit.; CHILDS, G. y S., op. cit.

17 Op. cit. [Ponerse en contacto con: Rezurces for Infant Educarers, 1550 Murray Circle, Los Angeles, CA 90026, EE UU, respecto a publicaciones o vídeos sobre el desarrollo del niño según su propio ritmo; See How They Move es un vídeo que muestra a bebés y niños pequeños en las diferentes etapas de movimiento.]

18 KALINGER, G. y C. L. HEIL, Basic Symmetry and Balance,

19 Op. cit.

20 Véanse las secciones sobre la zurdera en: GOEBEL, Wolfgang y Michaela GLOCKLER, A Guide to Child Health; WILLBY, M. E., op. cit.; MITCHELL, David, Developmental Insights.

21 STRAUSS, Michaela, Lenguaje gráfico de los niños; McALLEN, Audrey, Reading Children's Drawings - A Study of the Development of Spatial Orientation and Body Schema as Seen ¡n the Person, House and Tree Motifs, sobre la interpretación de los dibujos de Persona-Casa-Árbol.

22 STEINER, R., A Modern Art of Education, conferencia 3.

**Capítulo 2**

23KONIG, Karl, Los tres primeros años del niño.

24SALTER, Joan, The Incarnating Child.

25THOMPSON, John, Natural Childhood.

26 LARGE, Martin, Who's Bringing Them Up?; WINN, Marie, Unpluggingthe Plug-ln Drug; MANDER, Jerry, Four Argumenís for the Elimination of Televisión.

27 SANDERS, Barry, A is for Ox.

28 Véanse las observaciones de los ejercicios de gateo del capítulo 5.

29 WILLBY, Mary Ellen, Learning Difficulties: A Guide for Teachers. [Ponerse en contacto con: Resources for Infant Educarers, 1550 Murray Circle, Los Angeles, CA 90026, EE UU, respecto a publicaciones o vídeos sobre el desarrollo del niño según su propio ritmo; See How They Move es un vídeo que muestra a bebés y niños pequeños en las diferentes etapas de movimiento.]

30 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "The Mirroring Process in Relation to Two- and Three Dimensional Space"; STEINER, R., Mystery of the Un/Verse - The Human Being, Image o! Creation (anteriormente Man: Hieroglyph of the Un/verse); BROOKING-PAINE, Kim, Games Children Play; VON HEIDERBRAND, Molly, Looking Forward; VAN HARÉN, Wil y Rudolf KISCHNICK, Child's Play 1 & 2 y Child's Play 3.

31 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "The Mirroring Process in Relation to Two- and Three Dimensional Space".

32 McALLEN, Audrey, Teaching Children Handwriting.

33 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "Identity and Personality".

**Capítulo 3**

34 Se recomienda a los lectores que no están familiarizados con la pedagogía Waldorf que lean estos libros: QUERIDO, Rene, Creativity in Education; WILKINSON, Roy, Commonsense Schooling; STEINER, Rudolf, The Education of the Chi'/d; véase también la bibliografía.

35 KIRCHNER-BOCKHOLT, Margarete, Curative Eurythmy, capítu\os 4 y 6.

36 STEINER, Rudoif, Curso de educación especia); HULI ZAPFEL, Walter, Children Destinies y Children with a Difference.

37 Véase el capítulo 2, incluyendo todas las notas.

38 AYRES, A. Jean, Sensory integration and the child; FIELD, Jane, Talkíng to Teachers.

39 Véase el capítulo 2; WILLBY, M. E., Learning Difficulties: A Guide for Teachers.

**Capítulo 4**

40 FURTH, Hans y Harry WACHS, Thinking Goes to School; FIELD, J., Your Vision is Perfect: Why Can't You See?; también las secciones sobre los patrones primitivos

de movimiento en los capítulos 4 y 5.

41 BAUR, Alfred, Healing Sounds: The Fundamentáis ofChimphonetics; HAY-DEN, E., Osteopathy for Children; WILLBY, M. E., Learning Ditticulties: A Guide for Teachers.

42 FIELD, J., Talking to Teachers.

43 WILLBY, M. E., op. cit, sección II, "Osteopathy for Children".

44 STRAUSS, Michaela, Lenguaje gráfico de los niños [páginas 29 y 30 de la versión castellana].

45 WILLBY, M. E., op. cit., sección i, "Twofold Man as Archetype".

46 NASH-WORTHAM, Mary, Phonic Rhyme Time; TOMATIS, Alfred, Education and Dysiexia.

47 SCHNEIDER, I., The Human Hand: Supporting its Development.

48 Op. cit.; STEINER, R., Conferences with Teachers of the Waldorf School Stuttgart, 1919-1920.

49 Véanse las secciones sobre la zurdera en: GOEBEL, Woifgang y Michaela GLOCKLER, A Guide to Child Health; WILLBY, M. E., op. cit.; MITCHELL, David, Developmental Insights.

50 STEINER, R., Planetary Spheres andtheir Influence on Man's Life on Earth and Spiíitual Worlds, página 40, conferencia dada el 22 de agosto de 1922 en Oxford.

51 BAUR, A., op. cit.; FIELD, J., Why Don't You Listen?; McALLEN, A., The Listening Ear, TOMATIS, Alfred, Education and Dysiexia; WISBY, Audrey, Learn to Sing, Learn to Read.

52 WILLBY, M. E., op. clt., sección I, "Twofold Man as Archetype".

53 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy.

54 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "The Mirrowing Process in Relation to Two- and Three-Dimensional Space".

55 FIELD, J., op. cit.

56 STEINER, R., op. cit.

57 LEHRS, Ernst, Man or Matter, final del capítulo 16, parte 2, "Seeing as a Deed".

58 KONIG, Karl, Los tres primeros años del niño; SCHWARTZ, Eugene, Rhythms and Turning Points in the Life of the Child; KOEPKE, Hermann, Encountering the

Se/f, Transfonnation and Destiny in the Ninth Year; FROM-MER, Eva, Voyage through Childhood into the Adult World.

59 STEINER, R., The Foundatíons of Human Experience (anteriormente The Study of Man), conferencias 2 a 4; véanse también todas sus conferencias pedagógicas en la bibliografía.

60 LEHRS, E., op. cit.

61 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirít: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy.

62 LEHRS, E., op. cit.; WILLBY, M. E., op. cit., sección II, "Goethe's Color Theory Applied".

63 STEINER, R., Balance in Teaching; SCHWARTZ, E., Seeing, Hearing, Learning: The Interplay of Eye and Ear in Waldorf Education.

64 KONIG, Karl, Los tres primeros años del niño.

65 AYRES, A. Jean, Sensoryintegrationandthechi/d, capítulos 3 y 5; QUIROS, Julio de y Orlando SCHRAGER, Neuro Psychological Fundamentáis ín Learning Disabilities, capítulo 10, sección 73; GADDES, William, Learning Disabilitíes and Brain Function, A Neuro-Psychological Approach; KOHEN-RAZ, Reuven, Postura/ Control and Learning Disabilities, página 209; HOLLÉ, Britta, Motor Deve/opmení in Children: Normal and Retardad, primera parte, páginas 10-12; FIELD, 1, Talking to Teachers (contiene ejemplos ilustrados de la retención sutil de los reflejos como se observa en clase); FISHER, Anne, Elizabeth MURRAY y Anita BUNDY, Sensory Integration, Theory and Practice; KRANOVITZ, Carol, TheOut-of-Sync Child.

66 WILLBY, M. E., op. cit., artículo de Dee COULTER.

67 AEPPLI, Willi, The Care and Deve/opmení of the Human Senses; SOES-MAN, Albert, The Twelve Senses; WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "Twofold Man as Archetype".

68 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy.

69 AYRES, A., op. cit.; FISHER, A., E. MURRAY y A. BUNDY, op. cit.; KRANOVITZ, C., op. cit.

70 FURTH, H. y H. WACHS, op. cit.

71 Op. cit.

72 MARTI, Ernst, The Four Ethers.

73 McALLEN, A., Reading Children's Orawings - A Study of the Deve/opmení of Spatial Orientation and Body Schema as Seen in the Person, House and Tree Motifs; KONIG, K., Being Human, parte I; STEINER, R., Curso efe educación especial.

74 SCHNEIDER, I., op. cit.; FIELD, 1, op. cit. 75 McALLEN, A., op. cit.

76 STEINER, R., Speech and Drama.

77 WILLBY, M. E,, op. cit, sección I, "Twofold Man as Archetype".

78 McALLEN, A., op. cit.; KONIG, K., op. cit.; STEINER, R., Curativa Education,

79 UPHOFF, James y June GILMORE, "Pupíl Age at School Entrance: How Many are Ready for Success?", Young Children, enero 1986, páginas 11-16; Summer Children: Ready or A/oí for School.

80 WILLBY, M. E., op. cit., sección II, "Osteopathy for Children"; HAYDEN, E., op. cit.

81 KONIG, Karl, Los tres primeros años del niño.

**Capítulo 5**

82 BAUR, Alfred, Healing Sounds: The Fundamentáis of Chirophonetics.

83 Rudolf Steiner menciona que el ritmo del yo es de veinticuatro horas, del cuerpo astral una semana, del cuerpo etéreo un mes y del cuerpo físico un año.

84 STEINER, Rudolf, A Modern Art of Education, conferencia 12; The Kingdom of Childhood, conferencia 4; WILLBY, M. E., Learning Difficulties: A Guide for Teachers, "Body Geography through the Grades".

85 Op. cit.

86 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "Twofold Man as Archetype".

87 STEINER, R., Conferences with Teachers ofthe Waldorf School Stuttgart, 1919 1920.

88 WILLBY, M. E., op. cit.

89 NASH-WORTHAM, Mary y Jean HUNT, Take Time.

90 WILLBY, M. E., op. cit., sección I, "The Mirrowing Process in Relation to Two- and Three-Dimensional Space".

91 STEINER, R. The Foundations of Human Experience (anteriormente The Study of Man), conferencia 6; Discussions with Teachers, conversación 8.

92 WILLBY, M. E., op. cit., sección II, "Osteopathy for Children"; HAYDEN, E., Osteopathy for Children.

93 BROOKING-PAINE, Kim, Games Children Play; SCOTT, Ann, The Laughing Baby; SCHNEIDER, I., The Human Hand: Supporting its Development.

94 Obsérvese la descripción de Rudolf Steiner de los centros de la memoria visual y auditiva en Balance in Teaching, conferencias 3 y 4, donde dice que el arte de la educación consiste en poner en equilibrio la naturaleza física y espiritual del ser humano en desarrollo.

95 A partir de un ejercicio dado por Rudolf Steiner el 12 de enero de 1924.

96 STEINER, R., Balance ín Teaching, conferencia 3; WILLBY, M. E., op. cit., "Remedial Exercices by Else Gottgens".

97 McALLEN, A., Teaching Children Handwriting.

98 Véase el capítulo 4, II, "Escritura"; SCHNEIDER, I., The Human Hand: Supporting its Development.

99 Op. cit.; POULSSEN, Emilie, Finger Plays.

100 STEINER, R., Conferences with Teachers of the Waldorf School Stuitgart, 1919-1920.

101 SCHNEIDER, I., op. cit.

102 STRAUSS, Michaela, Understanding Children's Drawings.

103 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthmposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, conferencia 3.

104 SCHNEIDER, Michael, A Beginner's Guide to Constructing the Universa; vesica piscis: el "signo del pez" lo usaron los primeros cristianos para Cristo como el "pez" en la Era de Piscis. En geometría, se crea esta área (la forma del cuerpo del pez) cuando dos circunferencias iguales se interpenetran, pasando cada circunferencia por el centro de la otra.

105 WILLBY, M. E., op. cit., "Additions by Editor".

106 ROHLICH, Margaret y Hans NIEDERHAUSER, Form Drawing.

107 SCHNEIDER, I., op. cit.

108 A partir de una indicación sobre la pintura de amarillo dada por Liane Collot D'Herbois, basada en una conferencia de Rudolf Steiner del 7 de mayo de 1921 en Dornach. La contribución con esta investigación es de Joep Eikenboom; WILLBY, M.

E., op. cit., sección III, "Exercises Researched by the Dutch Remedial Group".

109 STEINER, R., The Child's Changing Consciousness and Waldorf Education, conferencia 5.

110 STEINER, R., XI Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthmposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, conferencia 2.

111 STEINER, R., The Kingdom of Childhood; A Modern Art of Education.

112 WILLBY, M. E., op. cit., sección III, "Exercises Researched by the Dutch Remedial Group".

113 Op. cit.; COLLOT D'HERBOIS, Liane, Light, Darkness and Colour in Painting Therapy.

114 McALLEN, A. E., S/eep - An Unobserved Element in Education.

**Capítulo 6**

115 FIELD, Jane, The Role of the Corpus Callosum in the Acquisition of the Three R's, capítulo 4, nota 38; UPHOFE James y June GILMORE, Summer Children: Ready or not for School.

116 STEINER, Rudolf, The Roots of Education; The Essentia/s of Education; The Child's Changing Consciousness and Waldorf Education.

117 STEINER, R., Human Valúes in Education, conferencia 1, dada el 21 de agosto de 1924 en Arnheim.

118 STEINER, R., Practical Advice to Teachers; The Kingdom of Childhood; y otras conferencias pedagógicas.

119 La letra cursiva enlazada, con bucles e inclinada.

120 Véanse los capítulos 1, 2 y otros lugares de este libro; WILLBY, M. E., Learning Difficulties: A Guide for Teachers, sección I, "Twofold Man as Archetype".

121 SCHONELL, E. J., Essentials in Teaching and Testing Spelling.

122 STEINER, R., A Psychology of Body, Soul & Spiríí: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, conferencia del 27 de octubre de 1909.

123 KELLOGG, Rhoda, Analyzing Children's Art, apéndice B, "Dyslexia".

124 BOWMAN, C., Children's Past Life Memories.

125 STEINER, R., Discussions with Teachers, coloquio 4.

126 SCHNEIDER, M., A Beginner's Guide to Constructing the Universe, con

estimulantes ideas sobre las cualidades de los números; STEINER, R., Practical Advice to Teachers y otras conferencias pedagógicas.

**Capítulo 7**

127 STEINER, R., Practical Advice to Teachers; The Kingdom of Childhood; The Child's Changing Consciousness and Waldorf Education.

128 McALLEN, A., Teaching Children Handwriting.

## CONFERENCIAS EN LAS QUE SE BASA ESTE LIBRO

**STEINER, Rudolf:**

Balance in Teaching, conferencias dadas el 15, 16, 21 y 22 de septiembre de 1920, Mercury Press, NY, EE U U, 1982. (Publicado en el Reino Unido con el título Meditatively Acquired Knowledge oí Man, Robinswood Press, Stourbridge.) [Hay versión castellana con el título El estudio meditativo del hombre, Cuadernos Pau de Damasc, 2003.]

Moral Configuración oí Man in Sleep, The, conferencias dadas el 12 y 13 de noviembre de 1921. Traducción al inglés disponible en Rudolf Steiner House Library, Londres, Reino Unido, o The Rudolf Steiner Library, 65 Fern Hill Rd., Ghent, NY, 12075, EE UU.

Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, A, Anthroposophic Press, Hudson, NY, EE UU, 1999. [Hay versión castellana con el título Antroposofía, psicosofía, neumatosofia, edición privada, Buenos Aires, 2002. j

World as the Working ofthe Product of Balance, The, conferencias dadas del 20 al 22 de noviembre de 1914, Rudolf Steiner Press, Londres, Reino Unido.

Zone of the Senses, The, conferencia dada el 30 de diciembre de 1917 en Dornach. Traducción al inglés disponible en Rudolf Steiner House Library, Londres, Reino Unido, o The Rudolf Steiner Library, 65 Fern Hill Rd., Ghent, NY, 12075, EE UU.

## BIBLIOGRAFÍA

### Editoriales en inglés

**AP** Anthroposophic Press, Nueva York, EE UU.

**AWSNA** Association of Waldorf Schools of North America,Fair Oaks, CA, EE UU.

**Floris** Floris Books, Edimburgo, Reino Unido.

**HP** Hawthorne Press, Stroud, Reino Unido.

**Robin** Robinswood Press, Stourbridge, Reino Unido.

**RSCP** RudoH Steiner College Press, Fair Oaks, C/\, EE UU.

**RSP** Rudolf Steiner Press, Londres, Reino Unido.

**Editoriales en castellano**

**CPD** Cuadernos Pau de Damasc, Barcelona, España.

**EAA** Editorial Antroposófica Argentina, Buenos Aires, Argentina.

EK Editorial Kier, Buenos Aires, Argentina.

**ERS** Editorial Rudolf Steiner, Madrid, España.

**STEINER, Rudolf:**

Balance in Teaching, Mercury Press, Nueva York, EE UU, 1982. (Publicado en el Reino Unido con el título Meditatively Acquired Knowledge of Man, Robin.) [Hay versión castellana con el título El estudio meditativo del hombre, CPD, 2003.]

Child's Changing Consciousness and Waldorf Education, The, RSP

Conferences with the Teachers of the Waldorf School Stuttgart, 1919-1920, Steiner Schools Fellowship, Forest Row, East Sussex, Reino Unido, 1986.

Curativa Education, RSP, 1993. [Hay versión castellana con el título Curso de educación especial, ERS, 1998.]

Deeper Insights into Education, AP, 1983. [Hay versión castellana con el título La estructuración de la enseñanza basada en el conocimiento del hombre, Editorial Waldorf, México, 1971.]

Discussions with Teachers, AP, 1997. [Hay versión castellana con el título Coloquios pedagógicos y conferencias curriculares, Editorial Waldorf, México, 1982.]

Education of the Child, The, AP, 1996. [Hay versión castellana con el título La educación del niño, ERS, 1991.]

Essentials of Education, The, RSP 1982. [Hay versión castellana con el título Metodología de la enseñanza, ERS, 1991.]

Foundations of Human ExperIence, The (anteriormente The Study of Man), AP, 1996. [Hay versión castellana con el título El estudio del hombre como base de la pedagogía, ERS, 2000.]

From Jesús to Christ, RSP, 1973. [Hay versión castellana con el título De Jesús a Cristo, EK, 1997.]

Human Valúes in Education, RSP, 1971.

Kingdom of Childhood, The, AP, 1995. [Hay versión castellana con el título La educación basada en la naturaleza humana, Editorial Waldorf, México, 1971.]

Modern Art of Education, A, RSP, 1972. [Hay versión castellana con el título La educación y la vida espiritual de nuestra época, Editorial Waldorf, Cali, 1976.]

Moral Configuration of Man in Sleep, The, conferencias dadas el 12 y 13 de noviembre de 1921. Traducción al inglés disponible en Rudolf Steiner House Library, Londres, Reino Unido, o The Rudolf Steiner Library, 65 Fern Hill Rd., Ghent, NY, 12075, EE UU.

Mystery of the Universe - The Human Being, Image of Creation, AP, 2001 (anteriormente Man: Hieroglyph ofthe Universe, RSP, 1972).

Outline of Esoteric Science, An, RSR 1997. [Hay versión castellana con el título La ciencia oculta, ERS, 2000.]

Planetary Spheres and their Influence on Man's Life on Earth and Spiritual Worlds, RSP, 1982.

Practica! Advice to Teachers, RSR 1998.

Psychology of Body, Soul & Spirit: Anthroposophy, Psychosophy, Pneumatosophy, A,

AP, Hudson, NY, EE UU, 1999. [Hay versión castellana con el título Antroposofía, psicosofía, neumatosofía, edición privada, Buenos Aires, 2002.]

Roots of Education, The, RSP, 1982. Speech and Drama, AP, 1986.

World as the Working ofthe Product of Balance, The, conferencias dadas del 20 al 22 de noviembre de 1914, RSR Londres, Reino Unido. (Publicado en Canadá con el título Balance in the World and Man, Steiner Book Centre, Vancouver, 1977.)

Zone ofthe Senses, The, conferencia dada el 30 de diciembre de 1917 en Dornach. Traducción al inglés disponible en Rudolf Steiner House Library, Londres, Reino Unido, o The Rudolf Steiner Library, 65 Fern Hill Rd., Ghent, NY, 12075, EE UU.

**Otros autores:**

AEPPLI, Willi, The Care and Developmentof the Human Senses, Robin, 1993. [Hay versión castellana con el título El organismo sensorio, su atrofia y cultivo, Editorial Waldorf, México, 1980.]

AYRES, A. Jean, Sensory integration and the child, Western Psychological Services, Los Angeles, CA, EE UU, 1979. [Hay versión castellana con el título La integración sensorial y el niño, Editorial Trillas, México, 1998.]

BAUR, Alfred, Healing Sounds: The Fundamentáis of Chirophonetics, RSCR 1993.

BOWMAN, C., Children's Past Life Memories, Bantam Books, 1998. BROOKING-PAINE, Kim, Games Children Play, AR 1995.

BROWN, Christy, My Left Foot, Heinemann, Portsmouth, NH, EE UU, 1998. [Hay versión castellana con el título Mi pie izquierdo, Rialp, Madrid, 1991.]

CHILDS, Gílbert y Sylvia, Your Re-Incarnating Chíld, Sophia Books, Londres, 1996.

COLLOT D'HERBOIS, Liane, Light, Darkness and Colour in Painting Therapy, The Goetheanum Press, Dornach, Suiza, 1993.

DRAKE, Stanley, The Path to Birth, Floris, 1979.

DURREL, Lawrence, "Landscape and Character", New York Times, 12 de junio de 1960.

FIELD, Jane C., Talking to Teachers, Field Education Publishers, Wichenford, Reino

Unido, 1990.
- Why Don't You Listen?, Field Education Publishers, Wichenford, Reino Unido, 1991.
- Your Vision is Perfect: Why Can't You See?, Field Education Publishers, Wichenford, Reino Unido, 1992.
- A Vicious Circle, Field Education Publishers, Wichenford, Reino Unido, 1993.
- The Role of the Corpus Cal/osum in the Acquisition of the Three R's, Field Education Publishers, Wichenford, Reino Unido, 1994.
FISHER, Anne, Elizabeth MURRAY y Anita BUNDY, Sensory Integraron, Theory and Practice, F A. Davis Company, Filadelfia, PA, EE UU, 1991.
FROHLICH, Margaret y Hans NIEDERHAUSER, Form Drawing, Mercury Press.
FROMMER, Eva, Voyage through Childhood into the Adult World, HR 1994.
FURTH, Hans y Harry WACHS, Thinking Goes to School, Oxford University Press, Londres, 1975.
GADDES, William, Learning Disabilities and Brain Function, A Neuro-Psychological Appmach, Springer Verlag, NY, EE UU, 1985.
GOEBEL, Wolfgangy Michaela GLOCKLER, A Guide to Child Health, Floris, 1990. [Hay versión castellana con el título Pediatría para la familia, Epidauro, Buenos Aires, 2000.]
HAYDEN, Elizabeth, Osteopathy for Chidren, Churchdown Ostheopaths, Gloucester, Reino Unido, 1997.
HOLLÉ, Britta, Motor Development in Children: Normal and Retardad, Blackwell Scientific Publications, Reino Unido, 1976.
HOLTZAPFEL, Walter, Children Destinies, Mercury Press, Spring Valley, NY, EE UU, 1991.
- Children with a Difference, Lanthorne Press, East Grinstead, Reino Unido, 1995.
KALINGER, G. y C. L. HEIL, Basic Symmetry and Balance, Shippenburg State College, Carlisle, PA, EE UU, 1972.
KELLOGG, Rhoda, Analyzing Children's Art, Mayf¡eld Publishing Co., CA, EE UU, 1970.
KIRCHNER-BOCKHOLT, Margarete, Dra., Fundamental Principies of Curative Eurythmy, RSP, 1977.
KOEPKE, Hermann, Encountering the Self, Transformaron and Destiny in the Ninth

Year, AP, 1989.
KOHEN-RAZ, Reuven, Postural Control and Learning Disabilities, Freund Publishing House Ltd., Israel, 1986.
KONIG, Karl, The First Three Years of the Child, Florís, 1984. [Hay versión castellana con el título Los íres primeros años del niño, ERS, 1995.]
• Being Human, AP, 1989.
KRANOVITZ, Carol, The Out-of-Sync Child: Recognizing and Coping with Sensory Integration Dysfunction, Perigee, Nueva York, EE UU, 1998.
LARGE, Martin, Who's Bringing Them Up?, HP, 1990. LEHRS, Ernst, Man or Matter, RSR 1985.
LIEVEGOED, Bernard, Phases of Childhood, AP, 1997. [Hay versión castellana con el título í.as efapas evolutivas del niño, ERS, 1999.]
LOVELOCK, James, Ga/'a: A New Look at the Planet Earth, Oxford University Press, Reino Unido, 1987. [Hay versión castellana con el título Gaia: una nueva visión de la vida en la tierra, Editorial Planeta, 1979.]
MANDER, Jerry, Four Arguments for the Elimination of Televisión, Quill, NY, EE UU, 1987. [Hay versión castellana con el título Cuatro buenas razones para eliminar la televisión, Gedisa, Barcelona, 1981.]
MARTI, Ernst, The Four Ethers, Schaumberg Publications Inc., Reselle, IL, EE UU, 1984. [Hay versión castellana con el título Los cuatro éteres, CPD, 1992.]
McALLEN, Audrey E., The Listening Ear, HR 1989.
- Teaching Ch/ldren Handwritíng, Robín, 1998.
- Reading Children's Drawings - A Study of the Development of Spatial Orientation and Body Schema as Seen in the Person, House and Tree Motifs, RSCP, 2004.
• Sleep • An Unobserved Element in Education, RSCR 2004.
MITCHELL, David, Developmental Insights, AWSNA Publications, 1997.
NASH-WORTHAM, Mary, Phonic Rhyme Time, Robín, s.i, Reino Unido. NASH-WORTHAM, Mary y Jean HUNT, Take Time, Robin, 1994. POULSSEN, Emilie, Finger P/ays, Hart Publishing Co., NY, 1977. QUERIDO, Rene, Creativity in Education, RSP, 1996.
QUIROS, Julio de y Orlando SCHRAGER, Neum Psychological Fundamentáis in Learning Disabilities, Acadernic Therapy Publications. Novato, CA, EE UU, 1988.

SALTER, Joan, The Incarnating Child, HP, 1987.
SANDERS, Barry, A is for Ox, Pantheon Books, NY, EE UU, 1994.
SCHNEIDER, Ingun, The Human Hand: Supporting its Devetopment, URSA Publications, Carmichael, CA, EE UU, 1998.
SCHNEIDER, Michael, A Beginner's Cuide to Constructing the Universe, Harper Perennial, NY, EE UU, 1995.
SCHONELL, E. J., Essentials in Teaching and Testing Spelling, MacMillan, Londres, Reino Unido.
SCHUMACHER, E. E., A Guide for the Perpíexed, Sphere Books, Londres, 1990. [Hay versión castellana con el título Guía para los perplejos, Debate, Madrid, 1986.]
SCHWARTZ, Eugene, Hhythms and Turning Pomis in the Ufe oi the Chüd, RSCP, 1989.
- Seeing, Hearing, Learning: The Interplay of Eye and Ear in Waldorf Education, RSCP, 1991.
SCOTT, Ann, The Laughmg Baby, Bergin & Garvey Pub., NY, EE UU, 1987.
SOESMAN, Albert, Trie Twelve Senses, HP, s.f.
STRAUSS, Michaela, Understanding Children's Drawings, ERS, 1994. [Hay versión castellana con el título El lenguaje gráfico de los niños, ERS, 1996.]
THOMPSON, John, Natural Childhood, Simón & Schuster, Nueva York, EE UU, 1994. [Hay versión castellana con el título Infancia natural, Blume, Barcelona, 1997.]
TOMATIS, Alfred, Education and Dys/exia, AIAPR Friburgo, Suiza, 1978. [Hay versión castellana con el título Educación y dislexia, CEPE, Madrid, 1979.]
UPHOFF, James y June GILMORE, "Pupil Age at School Entrance: How Many are Ready for Success?", Young Children, enero de 1986.
- Summer Children: Ready or not for School, J and J Publishing Co., OH, EE U U, 1986.
VAN HARÉN, Wil y Rudolf KISCHNICK, Child's Play 1 &2, HP, 1995.
- Child's Play 3, HP, 1994.
VON HEIDERBRAND, Molly, Looking Forward, HP, 1995.
WILKINSON, Roy, Commonsense Schooling, Robin, 1990.
WILLBY, Mary Ellen, Leaming Difficulties: A Guide for Teachers, RSCP, 1998.
WINN, Marie, Unpluggingthe Plug-ln Drug, Penguin, NY, EE UU.
WISBY, Audrey, Learn to Sing, Learn to Read, BBC Publications, Londres, Reino Unido, 1982.