

# GUÍA PSICOPEDAGÓGICA



**FLIPY  
FLUX**

[www.flipyflux.com](http://www.flipyflux.com)

## **03 INTRODUCCIÓN**

## **04 FUNDAMENTACIÓN**

04 Juego y psicomotricidad

05 Juego y pensamiento abstracto

## **06 OBJETIVO**

## **07 METODOLOGÍA**

## **08 EJERCICIOS PRÁCTICOS CON FLIPYFLUX**

### **09 SECCIÓN I: Movimientos para una persona con FlipyFlux**

09 El ocho

09 El círculo simple

10 El círculo por debajo de la pierna contraria

10 Manos atadas: Olé

### **11 SECCIÓN II: Movimientos para una persona con 2 FlipyFlux**

11 Puedo volar

11 El círculo simple con dos FlipyFlux

11 Movimientos reteniendo un Flipy en el hombro

### **12 SECCIÓN III: Movimientos para 2 personas con 2 FlipyFlux**

12 Coördinandose con el otro

12 Girando juntas

### **13 SECCIÓN IV: 2 personas y 2 Flipys**

13 Ejercicio base

13 Girando

### **14 SECCIÓN V: Con el hulahop abierto**

14 Círculo con aro

14 La comba

14 La ola

### **15 SECCIÓN VI: Ejercicios grupales**

16 Variaciones aplicables a muchos de los ejercicios

## **17 PENSAMIENTO Y ABSTRACCIÓN**

17 Toroides en la naturaleza

17 Aro de humo

17 Tornados

17 Galaxias y agujeros de gusano

18 Esfera de la cuarta dimensión

18 Trece cerrado, doce abierto

18 La esencia es única y permanece

18 Todos somos uno

18 Concepto de dualidad

## **19 ANEXO A: BENEFICIOS DE LOS DISTINTOS EJERCICIOS**

## **20 BIBLIOGRAFÍA**

# INTRODUCCIÓN



**E**sta guía tiene como objetivo dar una explicación lo más fiel posible de qué es FlipyFlux, y mostrar, a través de ejercicios prácticos, cómo puede servir de apoyo para el desarrollo de diversas habilidades físicas y psíquicas. Su ámbito de aplicación va desde el desarrollo de la psicomotricidad en la primaria, hasta los ejercicios de rehabilitación en geriátricos y centros de discapacitados, o las clases de física y filosofía.

FlipyFlux es mucho más que un juguete, es magia, es ciencia, es salud, es diversión, es baile, es misterio. Formalmente hablando, se trata de la materialización más exacta que existe sobre la tierra de una figura cuatridimensional llamada Toroide. Puede encontrarse este punto más desarrollado en la sección qué es de nuestra página web ([www.flipyflux.com](http://www.flipyflux.com)). Encontramos toroides en la naturaleza y en la explicación científica de curiosos y misteriosos fenómenos que FlipyFlux puede ayudarnos a entender, como mostraremos más adelante.

Pero ante todo, FlipyFlux es movimiento. Rueda por nuestro cuerpo de forma armónica mientras ejerce un suave masaje. Su efecto es casi hipnótico, y encandila a mayores y pequeños. Nos lleva a movimientos amplios, redondeados, y simétricos con numerosos beneficios a nivel psicomotriz, que detallaremos.

FlipyFlux está intrínsecamente ligado al juego y al disfrute. Se trata de un elemento terapéutico, en forma de juguete. De esta manera, FlipyFlux convierte el trabajo psicomotriz con niños en diversión, la terapia en un juego, y el desarrollo del movimiento para cualquier persona, en una nueva creación intuitiva a través del baile.





## Juego y psicomotricidad

El sedentarismo se está convirtiendo en un hábito, esto genera infinidad de problemas de todo tipo tanto en niños como en adultos. La psicomotricidad es la disciplina que estudia los beneficios que el movimiento tiene sobre nosotros. A través del desarrollo motor, desarrollamos indirectamente nuestras capacidades cognitivas y emocionales.

FlipyFlux es movimiento y eso lo convierte en una herramienta óptima para trabajar la psicomotricidad tanto con un enfoque

preventivo como terapéutico. Pero además de ser movimiento, FlipyFlux es juego. A través del juego podemos crear ámbitos en los que las posibilidades de expresión sean más abiertas, tanto en los niños como en los adultos, facilitando el desarrollo de las capacidades motoras, cognitivas, emocionales y sociales. La combinación de movimiento y creatividad en un espacio de juego, nos permite desarrollar habilidades y superar dificultades.





## Juego y pensamiento abstracto

El pensamiento abstracto nos permite llegar a la esencia. En la vida cotidiana, esto se traduce en sacar la idea principal de un texto, o encontrar la raíz de un problema entre otras cosas. Esta capacidad hace que podamos encontrar la relación entre situaciones aparentemente dispares, e incluso hacer una analogía con otras en las que vemos más fácil su resolución. En este sentido, el pensamiento abstracto es una valiosa herramienta para el autoconocimiento y la resolución de problemas en nuestro día a día.

Llegada la etapa de educación secundaria, el pensamiento abstracto se refleja en muchas de las competencias exigidas en el curriculum. Sin embargo, no todos los

adolescentes han desarrollado el nivel de pensamiento abstracto que se demanda. La imaginación es la preparación al pensamiento abstracto y FlipyFlux es imaginación. Es todo y nada al mismo tiempo. Igual es una onda vital, que un carruaje de princesa o una araña saltarina que anda por nuestro brazo.

Por otra parte, su origen como figura de cuarta dimensión, nos permite tratar conceptos abstractos a partir de un objeto concreto. Esta es una valiosa cualidad que facilita el paso de la imaginación a la abstracción. En este sentido, también a través del juego y la manipulación, FlipyFlux nos ayuda a desarrollar la capacidad de abstracción.



# OBJETIVO



**E**l objetivo principal de Flipyflux es el de trabajar el cuerpo y la mente de cada individuo, sin importar sus condicionamientos.

Cuando hablamos de desarrollo físico, lo hacemos dentro del contexto de la kinesiología educativa, para la que un buen desarrollo físico va más allá del simple desarrollo muscular, tiene una correlación directa con las funciones cerebrales y

el crecimiento integral del individuo. En este sentido, los estímulos sensoriales son también parte del desarrollo, ya que la información recogida por los sentidos, se transforma en señales eléctricas que estimulan y desarrollan el cerebro, tanto en bebés, como niños o adultos, y personas con cualquier tipo de dificultad.

El juego con Flipyflux proporciona, entre otras cosas:

- Disminución del estrés.
- Coordinación, equilibrio y fuerza.
- Autocontrol y autodisciplina.
- Lateralidad, coordinación de los hemisferios cerebrales y las partes derechas e izquierdas del cuerpo.
- Centralidad, es decir, coordinación de partes altas y bajas del cerebro y del cuerpo.
- Disminución de la ansiedad.
- Mejor relación con el cuerpo y aceptación del mismo (especialmente para las niñas y jóvenes).
- Desarrollo de los cinco sentidos exteriores e interiores.
- Desarrollo de la intuición e imaginación.





**D**isfrutar de Flipyflux es sentir su movimiento y coordinarnos con él, comprender su forma, dejarnos sorprender por su magia, y mucho más.

Simplemente jugar con FlipyFlux de forma libre entre uno o varios niños o adultos, trae numerosos beneficios. La frustración no existe con Flipyflux, bien al contrario, el interés por probar, descubrir, intentar y volver a intentar surge del interior. El juego se convierte en pura creación sin exigencias, sin importar si se cae o si estamos tirándolo por los aires, todo es válido y no hay premisas a seguir. Es en este contexto donde de forma natural, se observa una clara evolución en las destrezas psicomotrices y el desarrollo de la imaginación.

Otra forma de beneficiarse del uso con FlipyFlux es mediante el juego dirigido por un docente o acompañante. Una importante cualidad de este juguete, es que diversión y disfrute forman parte de él. Se puede proponer hacer una coreografía, contar una historia en la que escenificamos los movimientos, o inventar un juego. Dichas actividades tendrán un sentido para el acompañante, ya que dentro del juego, los movimientos que se proponen tendrán una finalidad concreta según el grupo y sus circunstancias. En la siguiente sección damos una lista de ejercicios y sus beneficios.

Análogamente, propondremos algunas actividades que mostrarán su uso como herramienta cognitiva.



# EJERCICIOS PRÁCTICOS



**L**a kinesiología tiene tres bloques fundamentales de acción: la lateralidad o integración hemisférica, el foco y la concentración.

Es especialmente importante la lateralidad, que consiste en la preferencia que manifiestan la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo. Su desarrollo implica una diferenciación entre el lado izquierdo y derecho, y es especialmente importante para el aprendizaje de la lecto-escritura y la completa madurez del lenguaje. La enseñanza de la p, d, b, q, exige el dominio de la lateralidad; si el niño no tiene conciencia de su lado derecho o izquierdo jamás podrá proyectar al exterior su lateralidad, y se le dificultará la diferencia e identificación de estas letras. Consideremos además que la lectura y escritura son procesos que se cumplen de izquierda a derecha. Ocurre lo mismo con las matemáticas, dónde se suma y se resta de derecha a izquierda, y 13, no es lo mismo que 31.

El dominar la lateralidad en el niño le ayudará a ubicarse con respecto a otros objetos. El no hacerlo podría repercutir en dificultades de aprendizaje que no se solucionarán con invertir más tiempo de estudio.

La mejor forma de trabajar la lateralidad es a través del movimiento y de ejercicios que ayuden a relacionar la derecha y la izquierda. Las características de FlipyFlux hacen que mientras jugamos con él, se realicen ejercicios de este tipo. A continuación, damos una idea de algunos movimientos y sus beneficios a nivel psicomotor, que pretenden servir para descubrir el potencial intrínseco que esta herramienta tiene en este sentido, y ser una guía con la que, siempre a través del juego, poder reforzar partes que lo requieran. Los beneficios de cada movimiento se muestran en un cuadro en el apéndice A.





# SECCIÓN I

## Movimientos para una persona con un FlipyFlux

### 1. El ocho



#### Descripción

Introducimos Flipyflux en un brazo, lo levantamos y dejamos que se deslice hasta el hombro. Entonces bajamos el brazo, y juntamos las manos para que FlipyFlux se deslice hasta el otro brazo, y así, sucesivamente.

#### Variaciones

a. El mismo movimiento, pero cambiando FlipyFlux de mano por la espalda.

### 2. El círculo simple

#### Descripción

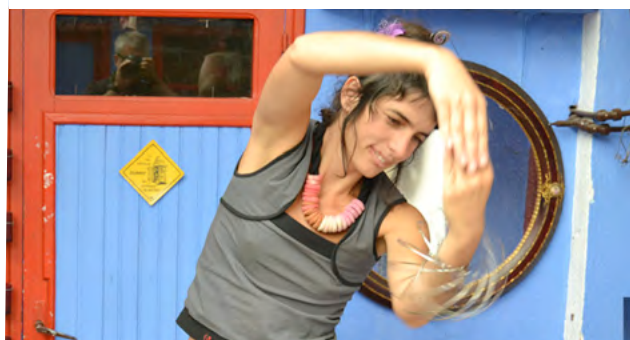
Introducimos Flipyflux en un brazo, lo levantamos y dejamos que se deslice hasta el hombro. Juntamos las manos, formando un arco con los brazos y sin separarlas bajamos el arco hasta que FlipyFlux pase al otro brazo, y volvemos a subir el arco. Así sucesivamente.

Si juntamos las manos palma con dorso, el movimiento es más plano. Si lo hacemos palma con palma, se tiende a realizar una ola al pasarlo de un brazo a otro.

#### Variaciones

a. Podemos acompañar el movimiento con todo el cuerpo. Bajando el tronco cuando bajan los brazos, y subiéndolo cuando suben. De hecho se puede acompañar con todo el cuerpo basculando el peso hacia uno y otro lado.

b. El mismo movimiento pero juntando los brazos por la espalda.



### 3. El círculo por debajo de la pierna contraria



#### Descripción

Introducimos Flipyflux en un brazo, lo levantamos y dejamos que se deslice hasta el hombro. En esta ocasión lo cambiaremos de brazo por debajo de la pierna contraria, y así sucesivamente.

#### Variaciones

- Con la pierna doblada o estirada.
- Saltando a la pata coja.

### 4. Manos atadas: Olé

#### Descripción

Introducimos Flipyflux en un brazo, lo levantamos y dejamos que se deslice hasta el hombro. Bajamos el brazo y cuando llega a la muñeca, lo retenemos abriendo la mano, e introducimos también la otra mano. Podemos dejar que se deslice por ambos antebrazos, y girar ambas manos hacia dentro y hacia fuera, mientras FlipyFlux las mantiene unidas. Ahora podemos sacar la mano del brazo sobre el que rodaba al principio, y que se quede en el otro. Y así sucesivamente.



## SECCIÓN II

# Movimientos para una persona con dos FlipyFlux



### 1. Puedo volar

#### Descripción

Introducimos dos Flipyflux, uno en cada brazo, los levantamos y dejamos que se deslicen hasta ambos hombros. Una vez ahí. Mueve los brazos en círculos hacia delante, mientras FlipyFlux pasa del hombro a la muñeca y de nuevo al hombro. Es como si volases.

#### Variaciones

- Igual que el anterior pero hacia atrás.
- En los movimientos anteriores se pueden mover los brazos al tiempo, o de forma alterna.
- Mover un brazo hacia delante y otro hacia atrás.

### 2. El círculo simple con dos FlipyFlux

#### Descripción

Introducimos dos Flipyflux en un brazo, lo levantamos y dejamos que se deslicen hasta el hombro. Bajamos el brazo y cuando llegan a la mano, dejamos pasar sólo uno al otro brazo. Levantamos los brazos hasta que llegan a ambos hombros. Bajamos los brazos de nuevo y cuando lleguen a las manos, hacemos que ambos circulen por el brazo contrario al de inicio. Y así sucesivamente.



### 3. Movimientos reteniendo un Flipy en el hombro



#### Descripción

Esta es una variación a cualquiera de los movimientos presentados en esta segunda sección: movimientos con dos FlipyFlux. Consiste en alternar los movimientos presentados con la variante de frenar uno de los FlipyFlux en algún momento y dejarlo parado en uno de los hombros, o el codo, con la opción de dejar la cabeza recostada sobre el lado también.

# SECCIÓN III

## Movimientos para dos personas con un FlipyFlux

### 1. Coordinándose con el otro



#### Descripción

Básicamente se trata de montar secuencias coreográficas con todos o algunos de los movimientos presentados hasta ahora, mientras FlipyFlux pasa de una persona a otra. Se puede jugar de varias formas: repitiendo lo que hace el compañero, improvisando y buscando la coordinación para el momento del cambio, o poniéndose de acuerdo en que movimientos se van a hacer.

### 2. Girando juntas

#### Descripción

Con FlipyFlux en el brazo, se agarra la mano de la otra persona, y sin soltarse, la otra persona gira sobre sí misma, mientras FlipyFlux llega a su hombro. Y así sucesivamente.

#### Descripción

- Ambas personas giran juntas. Primero gira una y luego la otra. Girando hacia fuera y hacia dentro.
- Se pueden dar la misma mano, o manos contrarias



# SECCIÓN IV

## Dos personas y dos Flipy

### 1. Ejercicio Base

#### Descripción

Dos personas, cada una con un FlipyFlux, haciendo secuencias de movimientos e intercambiándose los FlipyFlux.

Cada persona puede hacer movimientos libres, buscando la coordinación en el momento del cambio, o también se puede jugar a seguirse. Uno hace los movimientos y el otro lo sigue.

Si se realiza este ejercicio en forma de espejo, en el supuesto momento que FlipyFlux cambia de persona, estos simplemente se chocarían y volverían a la misma persona.

En general se trata de propuestas abiertas a la imaginación, en las que los propios participantes harán sus invenciones y sugerencias.



### 2. Girando

#### Descripción

Dos personas, cada una con un FlipyFlux. Se colocan de frente y se dan ambas manos. Los brazos pueden cruzarse o no. En función de esto, se situarán los FlipyFlux, con el objetivo de que, en cada unión de brazos, sólo haya uno. Ambas personas empiezan a girar buscando que los FlipyFlux vayan cambiando de brazos de manera coordinada con el giro y con los momentos en que los brazos suben y bajan.



# SECCIÓN V

## Con el hulahop abierto

### 1. Circulo con aro



#### Descripción

Introducimos FlipyFlux en un brazo y cogemos el aro, sujetando cada extremo con una mano. Realiza un movimiento análogo al círculo simple. De esta forma, FlipyFlux pasará de un brazo a otro a través del aro.

#### Variaciones

- Una vez los brazos están arriba, se pueden cruzar y dejar que haga de nuevo el recorrido con los brazos cruzados.
- Igual que (a) pero, durante el recorrido, se descruzan los brazos y se vuelven a cruzar en sentido contrario, dibujando un ocho en el espacio.
- Con el aro arriba y los brazos cruzados también se puede pasar el aro por la espalda y dejar que haga el recorrido por detrás. Nuevamente, uno de los retos consiste en imaginar, jugar y probar con el movimiento, el giro y los límites del mismo, esta vez con el añadido de un elemento circular.

### 2. La comba

#### Descripción

Introducimos FlipyFlux en un brazo y cogemos el aro, sujetando cada extremo con una mano. Levantamos los brazos y los bajamos. En este momento, pasamos las piernas por el aro, como si tuvieramos una comba y cruzamos el aro por encima, pasando al otro lado. El aro volverá a su posición pasando por detrás de nuestro cuerpo.



### 3. La ola



#### Descripción

Introducimos FlipyFlux en un brazo y cogemos el aro, sujetando cada extremo con una mano. Levantamos los brazos y los bajamos. Conforme FlipyFlux va bajando, giramos nuestro cuerpo 180° hacia el mismo lado hacia el que él se desliza.

## SECCIÓN VI

### Ejercicios grupales

**E**n esta sección las posibilidades son innumerables... A modo de ejemplo, un ejercicio podría ser el siguiente. Formamos un círculo. Comenzamos todos con FlipyFlux en el brazo izquierdo. Levantamos el brazo hasta que cae en nuestro hombro. A continuación, nos lo pasamos al otro brazo, haciendo el ocho. Después bajamos el brazo derecho, donde ahora se encuentra FlipyFlux, y les damos las manos a nuestras compañeras. Recibiremos el Flipyflux de nuestra compañera situada a la izquierda, mientras pasamos el que nosotras tenemos a la persona que está a nuestra derecha. Una vez se normaliza este gesto, se pueden ir introduciendo nuevos movimientos, dar la vuelta mientras hacemos el ocho, o dar media vuelta y quedarnos mirando hacia fuera del círculo mientras pasamos y recibimos, o lo que se nos ocurra.

Animamos a practicar ejercicios grupales, ya que la implicación y el esmero por parte de los participantes, hace que los resultados

sean sorprendentes. Los participantes obtienen la sensación de pertenecer a un todo, un engranaje del que forman parte, en el que todos están conectados y lo que ocurre en cada uno repercute en el todo. Esta sensación crea una satisfacción que va más allá de lo físico y cognitivo, y provoca el deseo de seguir intentándolo, con lo que acaban realizándose complejos ejercicios de coordinación y concentración. Se alcanza una agradable sensación de satisfacción por el logro alcanzado y entre todos haber sido uno sólo.

FlipyFlux es un juego cooperativo, de expresión corporal y de resolución de conflictos. Jugar con él, propicia el contacto corporal, la relajación y la visualización creativa y contribuye a desarrollar la autoestima, la tolerancia, el respeto y la valoración de las diferencias. Ayuda a que la persona se conozca mejor a sí misma y conozca mejor a los demás.



# Variaciones aplicables a muchos de los movimientos

- 1** Podemos realizar los ejercicios con los ojos cerrados para aumentar el sentido kinestético.
- 2** Podemos acompañar el movimiento de FlipyFlux con la vista, sin mover la cabeza, o con la vista y el movimiento de la cabeza de un lado a otro. Así ayudaremos a aumentar la visión periférica y la movilidad ocular, importantísimo para un correcto desarrollo optométrico.
- 3** Podemos girar hacia la derecha, dando un paso atrás con la misma pierna, mientras FlipyFlux se desliza hacia el hombro derecho, y viceversa, o hacer giros de 360° hacia uno y otro lado.
- 4** Podemos girar el cuerpo hacia el lado del brazo por el que se desliza FlipyFlux, dando un paso atrás con la pierna contraria. Con esta variación potenciamos aún más la coordinación hemisférica.
- 5** Podemos realizar desplazamientos laterales hacia el mismo lado del brazo por el que se desliza FlipyFlux.

Proponemos acompañar los movimientos a través de la voz; con repeticiones, retahílas, cantos o pequeños poemas que ayudan a visualizar e interiorizar el movimiento, además de incluir el ritmo y la melodía dentro del trabajo de coordinación. Un ejemplo sería acompañar el movimiento del círculo con un “shhhhhhhhhhh” y o decir mientras giramos, “y una vuelta doy”.

Lo aquí presentado son tan solo algunas ideas que esperan mostrar las posibilidades de esta herramienta de trabajo, y servir de inspiración para su puesta en práctica. Además del aro, pueden usarse otro tipo de elementos, cualquiera en el que FlipyFlux se deslice: una cuerda, un tubo, un macarrón de piscina...

Crea! Expresa! Inventa! Imagina!  
Muévete! Fúndete!





# PENSAMIENTO Y ABSTRACCIÓN



**C**omo ya mencionábamos, la imaginación es la preparación al pensamiento abstracto, y FlipyFlux es pura imaginación. Análogamente al caso de los ejercicios en movimiento, nos beneficiamos de estas cualidades tanto cuándo se juega con él de forma libre, cómo utilizándolo dentro de una actividad estructurada.

En el juego libre, la imaginación surge por sí sola. Una vez se empieza a integrar la herramienta, al contrario de la primera sensación de objeto limitado que puede dar, las ideas empiezan a multiplicarse y solaparse unas con otras. Desde un punto de vista más intuitivo, su

forma y propiedades, hacen que simplemente su manipulación, ya abra la mente a nuevas posibilidades y dimensiones.

Si deseamos utilizar FlipyFlux para hablar de ciencia o filosofía, a continuación proponemos algunas actividades que pretenden servir de inspiración y facilitar que padres, acompañantes y docentes, puedan vislumbrar su potencial en este sentido. Una de sus grandes virtudes es que nos brinda la posibilidad de ir de lo más concreto a lo más abstracto, y por analogía, así es como ordenaremos la serie de actividades que proponemos.



# TOROIDES EN LA NATURALEZA



**¿Qué tienen de parecido una manzana y un toroide?** Al partir una manzana por la mitad, podemos ver claramente las partes fundamentales del Toroide. Los dos vórtices, correspondientes a la parte superior e inferior de la manzana, el campo circundante, que sería la piel, y el centro.

El centro del toroide es un punto particularmente mágico e importante, es el lugar dónde se pasa de la contracción a la expansión, y desde el cuál surge el movimiento, es el centro de la creación. Podemos ver como en la manzana este centro corresponde al lugar dónde se crean las semillas, que son también vida en potencia y creación. Ocurre lo mismo con un tomate o una naranja, por ejemplo.

## EL ARO DE HUMO

El aro que algunos fumadores hacen al soltar el humo, es un toroide, de hecho, esta forma es la única que hace que el humo no se disperse y permanezca junto. Ocurre también en las erupciones de volcanes, y hasta los delfines crean toroides de aire bajo el agua con los que juegan. Ver vídeo en biografía.



## TORNADOS

Otro ejemplo de toroides en la naturaleza. La forma en que se mueve el aire dentro de un tornado, sigue una dinámica toroidal.

## GALAXIAS Y AGUJEROS DE GUSANO

Está prácticamente aceptado dentro de la comunidad científica que las galaxias tienen forma toroidal. Enormes toroides con agujeros negros en el centro que absorben e irradian infinita energía. Los conocidos agujeros de gusano corresponden de hecho a la parte central del toroide. Incluso está tomando fuerza la idea de que el universo mismo podría ser limitado y ser un toroide. Este punto puede ser ampliamente desarrollado desde un punto de vista más concreto para la comprensión de los agujeros negros y los agujeros de gusano, y desde otro más filosófico.





## ESFERA DE LA CUARTA DIMENSIÓN

El hablar de su origen como objeto de cuarta dimensión puede ser ya un objeto de debate con el que desarrollar la intuición y la imaginación. Los dibujos de la tele tienen dos dimensiones, porque son planos. Nosotros tenemos tres dimensiones, porque estamos gordos, no planos. ¿Cómo sería algo que tuviese cuatro dimensiones? ¿Es eso posible? ¿Existe? ¿Cómo le explicaríamos a una salamandrita lo que es ser pájaro y volar?

También se puede debatir sobre el hecho que se trata de una figura perteneciente a la cuarta dimensión, y ahora nos están diciendo que las galaxias e incluso el Universo, tienen esta forma, algo cuando menos curioso.

## TRECE CERRADO, DOCE ABIERTO

Contad cuántos círculos hay cuando está cerrado (13). Contad cuántos círculos hay cuando está abierto (12). ¿Qué ha pasado? ¿Ha desaparecido? ¿Dónde está? El treceavo forma el vórtice, el punto de unión entre todos los demás.



## LA ESENCIA ES ÚNICA Y PERMANECE

Podemos tratar también de forma muy gráfica temas tan abstractos como la esencia de cada uno. Cuando FlipyFlux está desplegado tiene una forma, amplia y hermosa. Entonces lo cerramos, y parece que ha perdido su forma, pero no, esta permanece, y al menor movimiento, vuelve a desplegarse con su misma belleza.

De la misma manera, todos tenemos una forma, una esencia. A veces la sentimos más claramente, otras veces parece que ha desaparecido, pero no, nunca desaparece, siempre está ahí, y puede volver a desplegarse al más mínimo movimiento.

## TODOS SOMOS UNO

Otro concepto tan abstracto como que “todos somos uno”, que estamos conectados y lo que hacemos repercute sobre nuestro entorno, al igual que lo que hacen los demás nos repercute. FlipyFlux materializa esta idea de la siguiente manera, al mover una sola de sus aristas, todas las demás se mueven. Si nos acercamos, todas se acercan, si nos alejamos, todas se alejan...



## CONCEPTO DE DUALIDAD

¿Existe algo en el mundo que puede contraerse y expandirse al mismo tiempo? ¿Que se haga más grande y más pequeño al mismo tiempo? Debatir sobre este tema, sobre los opuestos, sobre lo bueno y lo malo, para luego ver que el toroide se contrae y expande al mismo tiempo. Una persona que lo mira por un lado y otra por el otro, podrán pasar la vida discutiendo sobre si se expande o se contrae, y realmente los dos llevarán razón, sólo depende del punto de vista desde el que se mire. La dualidad no existe, es solo una ilusión.

# ANEXO A: BENEFICIOS DE LOS EJERCICIOS



Nota: Los ejercicios que no aparecen están compuestos por los aquí presentes, y sus beneficios serán los propios de los ejercicios que los componen.

EJERCICIO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
El ocho	X					X	X		X	X					X	X				
El círculo simple	X					X	X		X	X					X	X	X			
El círculo debajo pierna	X	X	X	X	X									X						
Manos atadas: Olé	X					X	X		X	X	X	X			X	X	X		X	
Puedo volar	X				X	X	X		X	X		X							X	X
Círculo con dos FlipyFlux	X					X	X		X	X	X	X			X	X	X		X	
Coordinándose con el otro	X	X	X	X	X									X						
Círculo con aro	X					X	X		X	X					X	X	X			
La comba	X					X	X		X	X					X	X	X			
La ola	X					X	X		X	X					X	X	X			

1. Posibilitan el crecimiento de la línea media
2. Mejoran la coordinación izquierda/ derecha
3. Mejoran la respiración y el estado físico
4. Mejoran la audición y la visión binocular
5. Mejoran la percepción y la coordinación espacial
6. Integran los dos hemisferios
7. Mejoran el campo visual
8. Favorecen el crecimiento de la línea central de atención auditiva, el reconocimiento, la percepción y la memoria
9. Relajan el cuello y la espalda
10. Facilitan concentración, equilibrio y coordinación
11. Mejoran la coordinación manual en diferentes campos visuales
12. Mejoran la orientación espacial
13. Mejoran la comprensión matemática
14. Son útiles para cualquier actividad que requiera la coordinación de ambos hemisferios: audición, lectura, comprensión lectora, escritura y ortografía.
15. Mejoran los mecanismos de lectura (movimientos de izquierda a derecha a través de la página)
16. Ayudan a descodificar el lenguaje escrito
17. Mejoran la comprensión lectora, desarrollando la memoria asociativa a largo plazo.
18. Relajan el musculo ocular durante la lectura y ayudan al reconocimiento y a la discriminación de los signos.
19. Ayudan a seguir direcciones
20. Mejoran la escritura y la ortografía.

# BIBLIOGRAFÍA



- GODDARD, S. (2005). Reflejos, aprendizaje y comportamiento. Barcelona: Vida Kinesiología.
- DENNISON P&G. "Dominancia cerebral y Kinesiología educativa".
- ARDEVOL RIBÓ A. (2006) "Kinesiología Educativa: Un recurs educatiu per aprendre i viure sense estrés".
- TORRES SANTOLARIA, J.A. "Los juegos y las competencias educativas".
- Pedagoogía 3000. Noemy Paymal
- Aproximación a la Eutonía. Conversaciones con Gerda Alexander" Gainza, Violeta. Ed. Paidós.
- González, Leticia "Pensar lo psicomotor. La constructividad corporal y otros textos". Editorial Eduntref.
- Ruidos y ruiditos, Judith Akowsky.
- Transformaciones geométricas. María Antonia Canals. Colección: Los dossiers de María Antonia Canals, 106
- <http://www.saludalia.com/psicologia/desarrollo-socio-educativo-nino>
- <http://www.pedagoogia3000.info/web/html/asiri.htm>
- <http://www.metodologiaeducativaasiri.blogspot.com.es>
- <http://www.musicoterapiaymaternidad.es>
- <https://www.youtube.com/watch?v=isE7SaUrfyE> (Video delfines jugando con toroides)



# ***FLIPY FLUX***

[www.flipyflux.com](http://www.flipyflux.com)  
[renata@flipyflux.com](mailto:renata@flipyflux.com)  
(+34) 616 14 00 89

Renata Gutierrez Reus  
Carmen Romero Padilla  
Laura Ruescas Goyanes

