

DE LA TIERRA AL PAN

Aprendizaje vivencial en tercer grado en el marco de la pedagogía Waldorf

Lucila Perdomo Pereira

Ficha técnica

Nivel educativo: Primaria (tercer tramo)

Institución: Colegio Waldorf Rudolf Steiner, Montevideo

Clases, grados, colectivo docente: Tercer grado

Áreas o unidades curriculares que integran el proyecto o la experiencia:

Científico- Matemático (Matemática, Ciencias del Ambiente y Química), Comunicación (Lengua Española), Ciencias Sociales y Humanas (Historia, Ciudadanía) y Creativo-Artístico.

Participantes: Lucila Perdomo y Rocio Zielinski

Autoría del relato de la experiencia: Lucila Perdomo

Contacto: cualidadpedagogica@colegiowaldorf.edu.uy

Resumen

Este trabajo presenta una experiencia educativa desarrollada en tercer grado dentro del marco de la pedagogía Waldorf, en el Colegio Waldorf Rudolf Steiner. La propuesta se centró en la siembra como eje articulador de un proceso de aprendizaje integral, vivencial y significativo, en un momento evolutivo clave: el pasaje de los niños y niñas hacia una mayor individuación en torno a los nueve años.

A partir de relatos originales creados por la docente, se abordaron contenidos vinculados a la historia de la agricultura, el origen del pan, las medidas de capacidad, la escritura narrativa y el trabajo cooperativo.

La experiencia combinó acciones concretas —como sembrar, medir con el cuerpo, construir canteros y hornear panes— con instancias simbólicas y reflexivas, generando un aprendizaje enraizado en lo sensible, lo práctico y lo cognitivo.

La propuesta culminó con una muestra institucional donde los estudiantes compartieron sus producciones con la comunidad escolar. La siembra del trigo, aún en crecimiento, simboliza un proceso que continúa.

Esta vivencia evidenció que cuando el aprendizaje conecta cuerpo, emoción y pensamiento se vuelve profundamente transformador y significativo, reafirmando el valor del relato, la experiencia concreta y el vínculo con la naturaleza como caminos fecundos para una educación con sentido.

Introducción

La experiencia educativa que se expone en este trabajo se enmarca dentro de la pedagogía Waldorf desarrollada en el Colegio Waldorf Rudolf Steiner, una institución que orienta su propuesta pedagógica hacia el desarrollo armónico del pensar, el sentir y el hacer. Esta visión del aprendizaje abraza el desarrollo singular de cada niño y niña, honrando sus tiempos internos y acompañando con sensibilidad cada fase de su camino evolutivo. En este enfoque, aprender implica una vivencia significativa y profundamente conectada con el mundo que los rodea.

Esta pedagogía, en el ámbito académico, se expresa con particular claridad a través del trabajo por trayectos, que en adelante denominaremos *épocas*: períodos de entre tres y cuatro semanas en los que se aborda en forma intensiva un área del saber, integrando diversas disciplinas de manera artística, vivencial e interdisciplinaria. Esta forma de trabajo favorece la concentración, el vínculo emocional con los contenidos y la construcción de aprendizajes duraderos.

Cabe destacar que la planificación en trayectos o épocas integra saberes interdisciplinarios con propósitos pedagógicos situados, alineados con metas de aprendizaje significativas y relevantes. La época articula contenidos, habilidades y destrezas propios de la pedagogía Waldorf, en diálogo con los lineamientos del currículum oficial nacional vigente, promoviendo una educación integral, contextualizada y con sentido para los estudiantes.

El presente trabajo se centra en una propuesta llevada a cabo con estudiantes de tercer grado, una etapa clave en el desarrollo infantil desde la perspectiva antropológica. En torno a los nueve años, los niños y niñas atraviesan un proceso interior de transformación, donde comienzan a percibirse como seres individuales, diferenciados del entorno y con una conciencia más clara de sí mismos. Este momento, que puede estar acompañado de incertidumbre, cuestionamientos y una nueva mirada sobre la realidad, requiere experiencias pedagógicas que ofrezcan sentido, seguridad y conexión con el mundo.

En este contexto, se presenta el trabajo con la siembra como eje central de una experiencia de aprendizaje integral. Esta actividad, junto con otras épocas de trabajo que ofrece el currículo, como: la creación, historia de la vivienda, la construcción de viviendas, los oficios y la vida en la naturaleza, forma parte del currículo específico de este grado. Su propósito no es solo transmitir conocimientos, sino también *enraizar* al niño en la realidad a través de un hacer concreto, vivencial y cargado de significado. El vínculo con la tierra, con los ciclos naturales y con el trabajo humano se convierte aquí en una vía privilegiada para acceder al conocimiento.

Además de su dimensión práctica y emocional, la siembra ofrece múltiples oportunidades para abordar contenidos matemáticos. Desde un enfoque basado en la experiencia, se busca estimular la capacidad de observar con atención, razonar con lógica y reconocer relaciones de forma, cantidad y proporción en el entorno.

Durante la preparación de la tierra, el cuerpo se convierte en una herramienta de medición; más adelante, en la elaboración del pan, se emplean unidades caseras como tazas o cucharadas. Estas vivencias abren el camino hacia una comprensión intuitiva de nociones como cantidad, equivalencia y proporción. Con el tiempo, y mediante la repetición y sistematización de estas experiencias, los niños y niñas comienzan a transitar de forma natural hacia el uso de medidas estandarizadas y operaciones más complejas, como la multiplicación y las fracciones, siempre en contextos concretos y significativos para ellos.

Desarrollo

La época de trabajo se desarrolló durante cinco semanas, siguiendo los principios pedagógicos de la educación Waldorf, que integran vivencias, arte, cuerpo y emoción

en el aprendizaje. El propósito de este bloque fue abordar de manera transversal contenidos vinculados a la historia del origen de la agricultura, los sistemas de medida, la escritura narrativa y la cultura del pan, promoviendo una comprensión profunda y vivencial en los niños y niñas. (Anexo 1. Tabla de competencias y metas de aprendizaje)

Inicio: Relato como semilla del proceso

La experiencia comenzó con un relato elaborado especialmente por la docente: «Kawal y la estrella», un cuento original que narra de forma simbólica el origen mítico de la agricultura. A través del personaje de Kawal, un niño profundamente conectado con la naturaleza y las estrellas, los estudiantes fueron introducidos a valores fundamentales como la sabiduría ancestral, la observación de la naturaleza, la cooperación comunitaria y la transformación de la vida a través del trabajo amoroso con la tierra.

Este relato, además de sensibilizar emocionalmente, proporcionó el marco cultural y espiritual que acompañó todo el proceso pedagógico. Desde esta narrativa inicial se desprendieron las siguientes actividades donde se abordaron en profundidad las primeras herramientas, la medición del espacio, la siembra, la transformación del grano, y el pan como símbolo cultural.

El cuerpo como unidad de medida: una exploración vivencial

A partir del relato, se propuso una indagación sobre las medidas antes de que existieran los instrumentos convencionales. La pregunta inicial fue: *¿Cómo podría Kawal haber medido su espacio de siembra sin reglas ni metros?*

Desde allí se exploró el uso del cuerpo como herramienta de medida. Se realizaron actividades que permitieron experimentar el uso del cuerpo y cómo utilizarlo en el espacio. Para desarrollar la actividad dibujaron sus palmas y pies para ordenar visualmente esas diferencias. En el pizarrón, se compararon estimaciones y medidas, fomentando el pensamiento lógico y el trabajo cooperativo.

Con esos conocimientos, se pasó a la acción concreta para preparar el espacio de nuestra futura siembra: medimos tablones utilizando pies y pulgares, y luego se procedió a cortar la madera, armar los canteros y preparar la tierra. Se introdujeron y utilizaron herramientas reales como palas, azadas, serruchos y picos, cuyas imágenes y nombres se incorporaron al registro del cuaderno, fortaleciendo el vocabulario técnico.

Cada día se cerraba con una instancia de registro individual, ya fuera en forma escrita o ilustrada, lo que permitió a cada niño y niña construir una bitácora personal del proceso.

La continuación del relato se dio con «Nitai y el descubrimiento del pan».

Una vez sembradas las semillas, el relato continuó con la historia de Nitai, el hermano menor de Kawal, quien de manera accidental descubrió el pan al mezclar, amasar y cocer semillas molidas junto al fuego. Esta segunda parte introdujo un nuevo eje de trabajo: la transformación del grano.

La consigna principal fue: *¿Cómo la tribu descubrió el pan y cómo eso cambió sus vidas?* A partir de esta pregunta, cada estudiante realizó una breve escritura narrativa e ilustración del episodio. Esta actividad tuvo como objetivo ejercitar la escritura creativa a partir de la escucha atenta y la reorganización de hechos clave en palabras propias.

De las leyendas a la práctica: la panificación como experiencia integral

Inspirados por el relato, se pasó al trabajo con medidas de capacidad. Se manipularon ingredientes, se compararon tazas con kilogramos y se exploraron medidas irregulares en el contexto de una receta de pan. Este fue el puente hacia una nueva etapa del proceso, centrada en el proyecto «La vuelta al mundo en 10 panes».

La propuesta fue presentada a través de otro relato original de la docente, protagonizado por Sami, un niño o niña que viaja por el mundo descubriendo distintos tipos de pan, cada cual con una historia, una forma y una cultura particular. Esta historia encendió el entusiasmo del grupo, que se organizó en cinco equipos y a cada uno le fue asignado un pan de una región del mundo.

Cada grupo recibió una leyenda creada por la docente sobre el pan en cuestión, y debía transformarla en su propio libro grupal ilustrado. Este trabajo integró lectura comprensiva, escritura creativa, ilustración, trabajo colaborativo y expresión artística, movilizandodiversas competencias: pensamiento crítico, habilidades sociales, comunicación y creatividad.

Salida pedagógica y elaboración colectiva

De forma espontánea, los niños propusieron visitar panaderías para conocer más sobre el oficio. Así surgieron las visitas a Bagel Factory y La Lucana, esta última de una familia del grupo. En ambas panaderías, los estudiantes tuvieron la oportunidad de elaborar los panes investigados, manipular ingredientes reales y vivir de cerca el oficio del panadero. Estas visitas fortalecieron el vínculo con la comunidad, enriquecieron la experiencia y permitieron aplicar conocimientos en un entorno real.

Luego, cada equipo debió calcular las cantidades necesarias para compartir sus recetas con otros grupos escolares. Realizaron operaciones matemáticas reales y funcionales, prepararon sus estaciones de trabajo y organizaron una muestra institucional, donde ofrecieron sus panes a toda la comunidad escolar.

Una experiencia viva que trasciende el aula

El proyecto no concluye con la muestra. La siembra del trigo continúa, ya que cada mañana los niños saludan a su cultivo, al que verán crecer hasta su cosecha. Se espera que, al finalizar el año, puedan recolectar el grano, molerlo y hornear su propio pan, cerrando así un ciclo completo, desde la semilla al alimento, en un proceso profundamente significativo y transformador.

La época en voces de los niños y niñas de tercer grado

«Lo que más me gustó fue cuando plantamos el trigo, vimos el trigo crecer. También cuando hicimos los panes y cuando fuimos a las panaderías, cuando repartimos panes en la escuela y cuando medimos y cortamos. Eso fue lo que más me gustó.»

(Audio María Emilia)

«Me gustó mucho hacer los bagels. También me gustó bastante sembrar, mirar cómo crecía el trigo, amasar. Y esas cosas. Diría que la época estuvo linda en sí.»

(Audio Sebastián)

Aprendimos en esta época muchas cosas como el trigo, como sembrar. Fuimos a panaderías, nos gustó mucho. Nos gustó cortar con los serruchos. Fue muy divertido.

(Audio Juan Manuel)

«Ir a la Lucana»

(Escritura espontánea anónima)

«A mí me gustó toda la época»

(Escritura espontánea anónima)

«A mí me gustó sembrar el trigo y también cortar»

(Escritura espontánea anónima)

La época en voces de las familias del grado

«La vuelta al mundo en 10 panes, una experiencia maravillosa para niños y niñas, verlos con el entusiasmo y alegría en el cálculo de los ingredientes para armar los panes, la veneración con la que plantaron las semillas de trigo y el cariño con el que día a día lo ven crecer, no tiene igual. Aprender a esperar para que leude el pan, calcular los tiempos para que tenga el punto justo para ser cocinado... El placer del trabajo bien hecho los llevó a querer compartirlos con sus familias y el resto de la escuela. Con esta experiencia, mi hija aprendió a hacer muchos tipos de panes, ¡ha hecho más panes que yo en toda mi vida!»

«Hace unas semanas tuvimos la vivencia como padres de una forma de abordar la matemática que me conmovió. Desde la pedagogía, tocaba la época de matemáticas y se abordó a través de historias y verso sobre la siembra del trigo. Tuvieron que trabajar armando un cantero donde luego plantarían. Para eso había que trabajar en equipo y cortar maderas. La forma de medición fue maravillosa, un pie medio de una niña y un dedo de otro niño. Eso me contó mi hijo. Los padres fuimos invitados al momento de la siembra y pudimos ver todo el trabajo que hicieron. Un cantero en forma de caracol. Una maravilla, ojalá yo hubiera podido aprender matemáticas desde este abordaje. Esta época además implicó que conocieran 10 tipos de panes del mundo, siempre a través de cuentos. Fue para mi hijo una experiencia muy singular. Tuvo que conocer cómo se hacía un pan "bagel", de dónde provenía y con su equipo contaron al resto la historia. Pudieron visitar dos panaderías para conocer el proceso de elaboración del pan bagel y del pan francés. No sólo visitaron para ver, sino que también fueron invitados a hacer. Para cerrar la época, tuvieron el desafío de hacer sus propios panes, utilizaron recetas que les implicó leer y medidas, respetar pasos, pensar en cantidades y lograr cocinar. Como broche de todo esto ofrecieron sus panes a todos los grados y contaron su experiencia. Vi en mi hijo cómo su aprendizaje fue hecho desde lo vivencial, experimentó, tuvo que trabajar con otros, vio la transformación de la materia. Como mamá, puedo decir que no sólo aprendió un área de matemática, sino cómo la matemática está en la vida. Aprendió del tiempo de trabajo y espera. Del esfuerzo sostenido y de lo bello e importante que es hacerlo con otros.»

Reflexión final

La propuesta pedagógica desarrollada fue una experiencia profundamente transformadora, tanto en el plano del aprendizaje como en lo emocional y lo social. Desde el inicio, el uso del relato como semilla del proceso permitió conectar a los niños con un marco simbólico y cultural que otorgó sentido a cada una de las etapas del proyecto.

Se destaca el fuerte compromiso y entusiasmo sostenido del grupo durante todo el trayecto, que despertó en los estudiantes, reflexiones, preguntas, iniciativas y propuestas que enriquecieron los procesos de enseñanza y aprendizaje.

En el plano social hubo un notable crecimiento: los niños lograron establecer acuerdos, organizarse en equipos, asumir responsabilidades y resolver conflictos de forma colaborativa. La elaboración de los libros grupales y el trabajo con cantidades reales para la producción de pan mostraron un desarrollo concreto de habilidades cooperativas, matemáticas y de planificación, logrando una verdadera integración de saberes.

El proceso fue vivido con intensidad y emoción, desde la conexión con la naturaleza hasta la acción concreta de sembrar, medir, transformar y compartir. Los niños se vieron implicados no solo desde el hacer, sino también desde el sentir y el pensar, movilizand su voluntad, su sensibilidad y su creatividad.

Esta experiencia nos recuerda la potencia del relato como herramienta pedagógica para movilizar aprendizajes significativos. Contar historias es una forma ancestral de transmitir conocimiento, valores y cultura. En este caso, los relatos creados especialmente para el grupo no solo cumplieron una función narrativa, sino que abrieron puertas a la exploración, al pensamiento crítico y a la acción concreta.

El vínculo con la naturaleza, tan presente a lo largo de toda la propuesta, permitió a los niños recuperar la capacidad de asombro, mirar con respeto los ciclos naturales y sentirse parte de un proceso vivo y real. La siembra del trigo, acompañada día a día, es un símbolo poderoso de esta conexión profunda con la tierra y con el tiempo.

Finalmente, queda la certeza de que aprender puede ser una experiencia viva, plena y gozosa, donde cuerpo, emoción y pensamiento se integran. Sembrar, medir, escribir, cocinar, compartir: cada una de estas acciones fue vivida con sentido, transformando la escuela en un espacio donde crecer se vuelve una aventura colectiva.

Bibliografía

KOEPKE, H. (2017). *Los nueve años*. A Toda Tinta.

LIEVEGOED, B. (1979) *Etapas evolutivas del niño*. Editorial Antroposófica.

STEINER, R. (2007). *Coloquios pedagógicos*. Editorial Antroposófica.

STEINER, R. (2012). *Metodología y didáctica*. Editorial Antroposófica.

Anexo 1

Competencias generales del tramo	
Pensamiento científico	• Descubre regularidades y alteraciones, identifica patrones simples en un conjunto de datos cuantifica medidas, clasifica, organiza, ordena y compara datos vinculados al fenómeno problematizado. • Elabora y comunica preguntas y supuestos, sintetiza información y generaliza empíricamente.
Comunicación	• Cada estudiante desarrolla estrategias de comunicación de acuerdo con el contexto. • Infiere la información a partir de elementos icónicos y verbales. Organiza, jerarquiza y comienza a planificar la expresión de sus opiniones, sentimientos y emociones.
Pensamiento crítico	• Formula preguntas diversas a partir de distintos aspectos de una situación. De dichas interrogantes construye significados e interpretaciones
Relación con otros	• Intercambia experiencias y desarrolla relaciones con sus pares, lo que le permite construir y expresar sus ideas, para conocer e interactuar con pertinencia al contexto.

Meta de aprendizaje de la época

Los estudiantes comprenden saberes y conceptos vinculados con la naturaleza, el trabajo humano y la cultura, a través de prácticas de observación, análisis, reflexión y experiencias vivenciales de siembra, medición, transformación de los alimentos, sumando nuevos conocimientos en prácticas desafiantes de convivencia para que, a través de la curiosidad y pensamiento crítico, integren el valor de las acciones humanas y los saberes ancestrales en el entorno, a partir de nuevas situaciones comunicativas, sociales y creativas.