



revista digital para profesionales de la enseñanza

Nº 7 - Marzo 2010

Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía

ISSN: 1989-4023

Dep. Leg.: GR 2786-2008

LA PSICOMOTRICIDAD EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

1. JUSTIFICACIÓN DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INFANTIL

La psicomotricidad del niño y niña desde su nacimiento y a lo largo de sus primeros años de vida se corresponde con años vitales para que sus potencialidades se puedan desarrollar al máximo. Su tratamiento debe ocupar los objetivos y contenidos curriculares de Educación Infantil para así conseguir el gran objetivo de la educación infantil: el desarrollo integral de la persona.

Esencialmente la psicomotricidad favorece la salud física y psíquica del niño, por tratarse de una técnica que le ayuda a dominar de una forma sana su movimiento corporal, mejorando su relación y comunicación con el mundo que le rodea. Está dirigido a todos los niños y niñas, normalmente hasta los 7 años de edad, y en casos especiales está recomendado para aquellos que presentan hiperactividad, déficit de atención y concentración, y dificultades de integración en el colegio.

La psicomotricidad permite al niño y niña explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, relacionarse con los demás, disfrutar del juego en grupo y expresarse con libertad. Son de gran relevancia los beneficios que la psicomotricidad produce en los niños y niñas de estas edades:

- conciencia del propio cuerpo parado o en movimiento.
- Dominio del equilibrio.
- Control de las diversas coordinaciones motoras.
- Control de la respiración.
- Orientación del espacio corporal.
- Mejora de la creatividad y la expresión de una forma general.
- Desarrollo del ritmo.
- Mejora de la memoria.
- Discriminación de formas, colores y tamaños.
- Nociones de situación y orientación.
- Organización del espacio y del tiempo.

Además la psicomotricidad supone para los niños y niñas una diversión segura porque la psicomotricidad es una técnica que por intervención corporal, trata de potenciar, instaurar y reeducar o potenciar la globalidad de la persona, aspectos motores, cognitivos y afectivos. A través de la psicomotricidad se pretende que el niño y niña al tiempo que se divierte, también desarrolle y perfeccione todas sus habilidades motrices básicas y específicas. Además le ayuda a potenciar la socialización con personas de su misma edad y fomenta lo anteriormente expuesto.

2. EL JUEGO PSICOMOTOR

El juego psicomotor aparece desde el primer momento en la vida del niño y de la niña, cuando recién nacido el juego psicomotor se centra en su propio cuerpo y en las sensaciones que percibe. A los dos y tres años de edad siente ya la necesidad de los otros y no les gusta estar solos y necesitan de los demás para jugar.

Cuando el niño y niña se siente más seguro o segura inicia juegos que requieren más precisión como saltar, subir, bajar, etc. todas estas actividades les van ayudando a definir el esquema corporal. A partir de los cuatro años se inicia el juego simbólico éste requiere mayor precisión en las acciones.

Con el juego psicomotor se trabaja diferentes facetas del esquema corporal, tales como:

- la percepción que abarca diferentes ámbitos: visual, auditiva, táctil, olfativa y gustativa.

- el esquema corporal que abarca la estructura corporal, el equilibrio, la postura, la respiración y relajación.
- la expresión corporal.
- la coordinación corporal.
- la lateralidad.
- la percepción y orientación espacial.
- la percepción y orientación temporal.
- con el juego psicomotor también trabajamos otras facetas, tales como: la socialización, la cooperación, la amistad, la confianza, etc.

3. LA FINALIDAD DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

La psicomotricidad aparece en el currículo de educación infantil integrada de forma globalizada y la manera más idónea de presentar la educación psicomotriz en la educación infantil, es dentro de su contexto, es decir dentro del desarrollo del currículo de educación infantil.

La intervención educativa en la etapa de educación infantil tiene la finalidad de contribuir al desarrollo físico, afectivo, intelectual, afectivo, social y moral de los niños y niñas y por esto se justifica la gran función de la psicomotricidad.

La psicomotricidad no aparece como área de educación infantil pero si se encuentra reflejada en cada área, así en el Decreto 428/2008 y en la Orden 5 de agosto de 2008 de Andalucía, encontramos objetivos relacionados con la educación psicomotriz.

Estos objetivos se adaptarán al nivel evolutivo que corresponda a través de actividades y experiencias que el niño y niña pueden realizar así como medio para ir dejando atrás el egocentrismo, propio de esta edad, y pasar a la socialización.

La etapa de educación infantil abarca tres áreas de conocimiento: conocimiento de sí mismo y autonomía personal, conocimiento del entorno y lenguajes: comunicación y representación. La psicomotricidad se encuentra íntimamente relacionada con la primera área aunque se llevará a la práctica de forma globalizada con el resto de áreas. El maestro y maestra debe tener conciencia que resulta imposible llegar a construir una identidad y autonomía personal sin un desarrollo psicomotor adecuado y tener interiorizado un esquema corporal tampoco el niño y niña podrá relacionarse con su entorno sin desarrollar sus habilidades motoras y no podrá comunicar ni representar nada sin interiorizar su esquema corporal que le permita la expresión corporal.

La metodología que deberá seguir el maestro o maestra ha de respetar las características propias del crecimiento y el aprendizaje de los niños y niñas. Partirán de los conocimientos previos de los niños y niñas, necesidades y motivaciones de cada niño o niña, propiciar la participación activa de éstos, estimular sus potencialidades y facilitar su interacción con los iguales y con el medio social y natural que les rodea.

Resulta esencial en esta etapa estimular las conductas exploratorias e indagatorias en el alumnado, para ello el docente favorecerá la creación de diversos agrupamientos, actividades, organizará los recursos didácticos más apropiados para cada sesión de psicomotricidad y lo más destacado distribuirá el espacio y el tiempo a las actividades a realizar teniendo siempre en cuenta que cada niño y niña necesita llevar su propio ritmo para ello no se le forzará a actuar de forma no acorde a sus posibilidades y debemos evitar tareas estandarizadas para todos los niños y niñas.

Las actividades de juego tendrán especial importancia para que los alumnos y alumnas aprendan de forma lúdica y divertida favoreciendo las relaciones compartidas creando lazos de unión entre los propios niños y niñas. Por ello, debe crearse un ambiente de confianza, en el que se sientan capaces y seguros, con la finalidad de generar confianza en sí mismos para afrontar los retos que se les plantean.

Las actividades siempre se llevarán a cabo con los recursos humanos y materiales apropiados para esta etapa educativa. Se recomienda contar con dos educadores / as para cada sesión, una de ellas será la encargada de promover las actividades y la otra se responsabilizará de observar y atender a los niños y niñas que presenten más dificultades para desarrollar las actividades. En cuanto a los recursos materiales es aconsejable utilizar, aunque existe una gran variedad y depende también del

centro educativo en el cual nos encontremos, los siguientes: aros, picas, telas, pañuelos, pelotas, bancos, zancos, colchonetas, mantas, cajas de cartón, bloques de goma espuma, etc.

Otro aspecto que debemos tener en cuenta al tratar la psicomotricidad en el aula es la evaluación, se partirá del nivel del desarrollo psicomotriz del que parte el alumnado. La evaluación del proceso de enseñanza – aprendizaje para el ámbito psicomotor, al igual que para otros ámbitos, se caracterizará por ser global, continua y formativa. La técnica más apropiada es la observación directa y sistemática del niño y niña. La observación será nuestro principio metodológico, sin ella no podemos responder a las necesidades del alumnado.

Vamos a detallar la evaluación de nuestra intervención educativa:

Qué vamos a evaluar:

Nuestra actitud durante la sesión de psicomotricidad.

Si las actividades responden a los objetivos programados.

Si las actividades responden a los intereses y necesidades del alumnado.

Si los espacios, materiales, tiempos y agrupaciones son los adecuados.

Cómo vamos a evaluar:

Observación directa de la sesión.

Analizando los objetivos.

Observación externa a través de otro maestro/a del centro educativo.

Cuándo vamos a evaluar:

Diariamente o mensualmente según lo creamos necesario.

En el ámbito psicomotor el docente debe atender a la diversidad por ello, partirá del nivel de desarrollo psicomotriz de cada alumno/a, se animará a los niños y niñas a participar en las actividades y se les valorará los pequeños logros que vayan consiguiendo fijándonos en el proceso y no sólo en los resultados.

4. LA SALA DE PSICOMOTRICIDAD Y SU MATERIAL

Cuando nos dispongamos a realizar una sesión de psicomotricidad debemos prestar una atención especial al lugar en la cual vamos a llevar a cabo la sesión, en este lugar a la sala, y al material que debemos emplear que siempre debe estar adecuado a la edad de nuestros alumnos y alumnas.

Empezaremos por enumerar la sala, la sala debe ser:

- segura y adecuada a la actividad que se va a llevar a cabo.
- cálida y con una correcta temperatura ambiente.
- acogedora que facilite el juego y el movimiento.
- decorada con carteles alusivos a la actividad física.
- bien iluminada con regulador de luz para crear ambientes según las actividades que queramos plantear.
- cómoda y limpia.
- grande con espacio para el movimiento de los niños y niñas.
- sin obstáculos que provoquen peligros o impidan el desplazamiento.

Respecto al material es infinito aunque podemos destacar algunos que resultan muy eficaces para realizar actividades de psicomotricidad:

- telas.
- cojines.
- ladrillos de madera.
- peluches y muñecos.
- cuerdas y gomas.
- picas y ladrillos de plástico.
- colchonetas.
- espejos.
- balones de diferentes tamaños.
- balones de diferentes pesos.
- aros de diferentes colores.
- cassette para introducir música.
- los cuentos.

También podemos trabajar los cuentos en la sala de psicomotricidad, a continuación, veremos un ejemplo:

LOS TRES CERDITOS

En el corazón del bosque vivían tres cerditos que eran hermanos. El lobo siempre andaba persiguiéndoles para comérselos. Para escapar del lobo, los cerditos decidieron hacerse una casa. El pequeño la hizo de paja, para acabar antes y poder irse a jugar.

El mediano construyó una casita de madera. Al ver que su hermano pequeño había terminado ya, se dio prisa para irse a jugar con él.

El mayor trabajaba en su casa de ladrillo.

- Ya veréis lo que hace el lobo con vuestras casas- rió a sus hermanos mientras éstos se lo pasaban en grande.

El lobo salió detrás del cerdito pequeño y él corrió hasta su casita de paja, pero el lobo sopló y sopló y la casita de paja derrumbó.

El lobo persiguió también al cerdito por el bosque, que corrió a refugiarse en casa de su hermano mediano. Pero el lobo sopló y sopló y la casita de madera derribó. Los dos cerditos salieron pitando de allí.

Casi sin aliento, con el lobo pegado a sus talones, llegaron a la casa del hermano mayor.

Los tres se metieron dentro y cerraron bien todas las puertas y ventanas. El lobo se puso a dar vueltas a la casa, buscando algún sitio por el que entrar. Con una escalera larguísima trepó hasta el tejado, para colarse por la chimenea. Pero el cerdito mayor puso al fuego una olla con agua. El lobo comilón descendió por el interior de la chimenea, pero cayó sobre el agua hirviendo y se escaldó.

Escapó de allí dando unos terribles aullidos que se oyeron en todo el bosque. Se cuenta que nunca jamás quiso comer cerdito.

FIN

Actividades.

- Imitamos el sonido de los animales.
- Preguntamos a los niños/as qué animales aparecen, qué comen, qué productos nos proporcionan.
- Trabajamos la coeducación.
- Hacemos cambios: Las tres cerditas.
- Trabajamos los números.
- Dramatizamos el cuento.
- Manipulamos los materiales que utilizaron los cerditos para trabajar el concepto de fuerte – débil.
- Hacemos un mural sobre el cuento.
- Coloreamos a los personajes del cuento.
- En la sala de psicomotricidad construimos casas con telas, ladrillos de plástico, picas, colchonetas y jugamos a derribarlas.

5. FASES DE DESARROLLO DE UNA SESIÓN DE PSICOMOTRICIDAD

Las sesiones de psicomotricidad no deben tener una duración excesiva, debe oscilar entre 30 y 45 minutos. Durante ella el tiempo que se destinará a las actividades será variable en función de las características del grupo: edad, motivación,... Toda sesión de psicomotricidad tiene cuatro momentos:

Fase previa: será el momento de preparación de la sesión. Se acondicionará la sala con los materiales necesarios y se reunirá al alumnado en la asamblea para crear interés y motivación para la realización de las actividades. Se pueden utilizar canciones, música, cuentos,... para favorecer dicha motivación.

Fase de desarrollo: se favorecerá la exploración y experimentación libre de los materiales por parte de los niños y niñas. Los maestros y maestras encargados de esta sesión harán indicaciones de la actividad a realizar aceptando nuevas propuestas de cambio por los propios alumnos y alumnas. Será el momento de utilizar su propio cuerpo como medio de expresión y comunicación. Resulta muy importante resaltar en dicha sesión la necesidad de llevar a cabo por parte del alumnado las normas que indiquemos para evitar posibles accidentes y participar de forma segura.

Fase de vuelta a la calma: es el momento de la tranquilidad y el objetivo es que se relajen y regrese la calma al aula.

Fase de expresión: se intentará que el niño y la niña exprese a través de diferentes lenguajes (verbal, plástico, etc.) las sensaciones, vivencias que han experimentado durante la sesión.

6. SESIONES TIPO

Libres con material.

Los niños/as dispondrán de tiempo para jugar libremente con el material. Lo que intentamos es inducir un cierto número de situaciones con ayuda de material (aros, pelotas, colchonetas) puesto a disposición de los niños y niñas y nos ayudaremos de elementos externos como la música. A partir de ahí intentaremos seguir a los alumnos y alumnas en sus descubrimientos, exploraciones y manipulaciones, haciéndoles evolucionar en las situaciones que se han presentado de manera espontánea. Les dejaremos un máximo de libertad. Fomentaremos la socialización para que se creen lazos de amistad y una concienciación de la necesidad de los demás en base a nuestro propio interés. Los materiales se van a utilizar como medio de comunicación y cooperación pues facilitan la socialización como ya hemos comentado anteriormente.

Partes de la sesión.

Saludo, cantaremos una canción que promueva la diversión y el conocimiento de los nombres de todos los compañeros y compañeras que van a participar en dicha actividad, como puede ser, ejemplo: "reunidos hoy aquí, nos vamos a divertir, y si me tienes que llamar yo me llamo así: mi nombre es Raquel, etc." (Cada niño y niña irá cantando la canción y diciendo su nombre). Con esta sencilla canción iremos venciendo la timidez que puedan presentar algunos niños y niñas de esta etapa educativa, facilitar la socialización y estar preparados para la actividad.

Encuadre: consiste en la presentación de los materiales y las técnicas así como el conocimiento de las normas que deben guiar las actividades.

Desarrollo de la sesión.

Los niños y niñas se moverán por todo el espacio, ponemos música en el cassette aunque la mayoría de los niños y niñas se moverán espontáneamente siempre quedarán algunos y algunas que duden en hacerlo, en este caso, el educador o educadora les ayudará a hacerlo y vayan tomando confianza con el espacio. Cuando estén todos bailando, pararemos la música y algunos se pararán espontáneamente, la consigna ha sido descubierta: jugaremos a que cuando la música se pare nosotros nos paramos también.

Introduciremos los aros que es el objeto que vamos a utilizar para esta sesión. Les haremos una pregunta: qué se puede hacer con un aro, algunos lo levantarán, lo atravesarán, dirán que es un volante, andarán con el aro, lo harán rodar, etc.

Más tarde viene el descubrimiento del otro, impulsamos las relaciones con el otro de tal manera que un aro sea para dos.

Si mientras la actividad los niños y niñas muestran síntomas de cansancio lo aprovechamos para realizar un juego más tranquilo: los aros son nuestras camas, nuestras casas, nuestra bañera, etc.

Relajación.

En este momento nos tumbaremos y tranquilizaremos a través de música clásica y diferentes técnicas. Una actividad de relajación puede ser que por parejas un compañero o compañera pase una toallita por la cara, los ojos, las manos, etc. luego éste haga lo mismo a su compañero o compañera.
Representación.

Luego cada niño y niña en el aula hable de sus vivencias, sensaciones que ha experimentado durante la sesión y las exponga al resto de niños y niñas fomentando así la comunicación. Posteriormente lo representarán a través de un dibujo libre. En ningún caso, permitiremos comentarios que ridiculicen los dibujos ni por nuestra parte ni del resto de niños y niñas. Aquí acabará nuestra sesión de psicomotricidad, en todo momento habremos fomentado el juego y la diversión y por supuesto habremos tratado un tema de suma importancia la Educación para la Salud, evitando ejercicios que pongan en peligro nuestra integridad como la de nuestros compañeros y compañeras, sancionaremos actitudes de daño de la maera que creamos más conveniente en ese momento.

7. CONCLUSIÓN

La Educación Física va tomando cada vez mayor importancia por la práctica de la actividad física a través de deportes o la práctica de ejercicio físico en general. Cada persona realiza ejercicio físico por diferentes motivos: placer, ocio, salud, terapia, etc. Todas estas son las razones que apoyan al desarrollo psicomotor en la etapa de educación infantil.

En este sentido, la finalidad de la educación física es la de contribuir al desarrollo físico, intelectual, afectivo y social de los niños y niñas.

A lo largo de la etapa de educación infantil las interacciones de los niños y niñas con el entorno social y cultural deben ayudarles a conocer global y parcialmente su cuerpo.

En esta etapa educativa a la que nos referimos, la Educación Infantil, también adquiere una relevancia especial la adquisición de buenos hábitos de salud, higiene, nutrición y descanso que contribuyen a la consecución de la progresiva autonomía de los niños y niñas.

Podemos finalizar este artículo afirmando que sin maduración física o cerebral no hay progreso. El desarrollo de la psicomotricidad se produce por el estímulo de la maduración biológica y de la estimulación social que el niño y niña recibe. Estas afirmaciones nos invitan al estudio de la motricidad del niño y niña a lo largo de sus primeros años de vida, para permitirle una intervención educativa adaptada y especializada y de este modo permitir al alumnado desarrollar al máximo sus potencialidades psicomotrices.

Por ello, como educadores y educadoras de esta etapa educativa debemos prestar una dedicación especial a promover el desarrollo psicomotor pues resulta la base para el avance en los otros campos de desarrollo, como puede ser el desarrollo cognitivo, lingüístico, físico, etc.

8. BIBLIOGRAFÍA

- Lázaro, A. (2000). *Nuevas experiencias en educación psicomotriz*. Zaragoza: Mira editores.
- García Núñez, J.A. y Berruezo, P. (1994). *Psicomotricidad y Educación Infantil*. Madrid: CEPE.
- Conde Caveda, J.L. (2001). *Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil*. Málaga.