



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

“PRÁCTICA DE PSICOMOTRICIDAD”

AUTORIA ZENAIDA ALONSO SÁNCHEZ
TEMÁTICA PSICOMOTRICIDAD
ETAPA PRIMARIA

RESUMEN

Debido a la importancia de la psicomotricidad en el desarrollo de los niños/as, voy a desarrollar una práctica de psicomotricidad de la cual espero que se beneficien la mayoría de los lectores posibles.

INTRODUCCIÓN

En primer lugar comentaré brevemente el concepto de psicomotricidad, cuya palabra hace referencia a una concepción del desarrollo según la cual las funciones neuromotrices y las funciones psíquicas del organismo son, en definitiva, dos aspectos d una misma realidad y ambas constituyen un proceso único.

Se basa en la idea de que la causa del desarrollo psicológico del niño se encuentra en la interacción activa del niño con su medio ambiente y va desde el conocimiento del propio cuerpo al conocimiento y acción sobre el mundo exterior.

El desarrollo psicomotor hace referencia a una serie de puntos a tener en cuenta como son:

- Relax – tensión.
- Relajación y respiración.
- Esquema corporal.
- Nociones espacio-temporales.
- El esquema espacial.
- La organización temporal.
- Locomoción – desplazamientos.
- Lateralidad.
- Coordinación de movimientos.
- Psicomotricidad fina.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

PRÁCTICA PSICOMOTRIZ EDUCATIVA

La práctica que voy a desarrollar a continuación consta del siguiente índice:

1. OBJETIVOS

- HACER DEL NIÑO UN SER DE COMUNICACIÓN
- HACER DEL NIÑO UN SER DE CREACIÓN
- HACER DEL NIÑO UN SER DE PENSAMIENTO OPERATORIO

2. PAPEL DEL PSICOMOTRICISTA

- COMPAÑERO DE ESCUCHA A TRAVÉS DE LA EMPATÍA TÓNICA
- COMPAÑERO DE JUEGO SIMBÓLICO
- SÍMBOLO DE LEY

3. ORGANIZACIÓN DE LA SALA. PEDAGOGÍA DE LOS ESPACIOS.

- ESPACIO DEL PLACER SENSORIO-MOTOR
- ESPACIO DEL JUEGO SIMBÓLICO
- ESPACIO DE DISTANCIACIÓN O REPRESENTACIÓN

¿CÓMO SE DESARROLLA UNA SESIÓN?

- RITUAL DE ENTRADA
- Se descalzan.
- Toma de contacto
- Recordar las normas: No se puede hacer daño y no se puede romper nada.
- Se pasa al juego.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

- DESTRUCCIÓN DE LA TORRE (Reaseguración profunda)
- JUEGO EN LOS ESPACIOS DEL PLACER SENSORIOMOTOR Y DEL JUEGO SIMBÓLICO
- ESPACIO DE DISTANCIACIÓN, REPRESENTACIÓN, CONSTRUCCIÓN
- RITUAL DE SALIDA: Verbalización de los dibujos, juegos, cuentos, canciones...

El psicomotricista acompaña a los niños/as por el recorrido de los distintos espacios.

Esta práctica es una búsqueda incesante. Permanece constantemente abierta: abierta a la creatividad de los niños y niñas, abierta a la observación y al análisis de su comportamiento, abierta así mismo a nuestra propia creatividad que nos incita a proponerles (no a imponerles nuevas direcciones de búsqueda que nos permitan sondear su verdadero interés.

El poner a disposición de los niños/as diferentes tipos de objetos y observar la manera cómo los utilizan, cómo los invisten progresivamente, es muy rico en enseñanzas. Las situaciones, creadas así espontáneamente, se ordenan a menudo alrededor de un tema, consciente e inconsciente, que se trata de percibir o explorar, entrando así con pleno pie en las motivaciones profundas del grupo.

A niñas y niños de hasta 7-8 años se les considera como seres cuya principal característica es la globalidad. En las manifestaciones psicomotrices del niño/a las estructuras motrices no aparecen separadas de las cognitivas o de las emocionales, sino que se presentan unidas en lo que se denomina la expresividad psicomotriz. Esto es la manifestación de su historia, de sus experiencias más lejanas, de su dimensión psicológica más profunda puesta de manifiesto en el investimento que hace de los objetos, del espacio, del tiempo y de los demás. Por ello, se propone esta práctica psicomotriz, donde estas dimensiones están presentes, una práctica que le ofrece al niño/a acceder a la comunicación, a la creación y la formación del pensamiento operatorio, mediante la disposición del espacio de la sala de psicomotricidad en tres partes: espacio sensoriomotor, espacio simbólico y espacio de distanciación.

El rol del psicomotricista es comprender lo que está a punto de vivir a nivel simbólico, favoreciendo la expresión y la evolución de lo vivido, hasta llegar a la toma de conciencia y a la resolución de los conflictos. Todo éste proceso permite encontrar la dinámica de evolución de la persona, favorecer su creatividad, su disponibilidad, su deseo de afirmación y su acceso a la autonomía afectiva e intelectual.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

- SISTEMA DE ACTITUDES DEL PSICOMOTRICISTA

Las características del sistema de acción del psicomotricista son tres: ser compañero simbólico del niño/a; escuchar por medio de la empatía tónica y ser símbolo de ley y de seguridad.

- Compañero simbólico es el que se inscribe en el juego del niño no como un jugador, sino como un agente de un recorrido que simboliza en la petición del niño ciertos roles, pero no se deja encerrar en ninguno.
- Escucha del niño/a gracias a la empatía tónica. La actitud de escucha, supone la capacidad de recibir al niño/a de aceptar lo que es, lo que produce, de sentir, de percibir sus armonías emocionales, como la expresión de una experiencia única, y sobre todo de no dejarse invadir. Esta manera de ser, de estar cerca y lejos de lo que vive el otro, es la empatía tónica, que sólo permite responder justamente al niño/a.
- Símbolo de ley y de seguridad. El psicomotricista simboliza el orden en la sala. No se trata de una ley rígida basada en reglas arbitrarias, sino que se trata de hacerle comprender al niño/a que en la sala de psicomotricidad no se puede hacer daño a los otros/as.

La actitud del educador debe ser de jugar con los contrastes pedagógicos:

- De libertad y directividad, aumentando las fases de libertad a medida que van haciéndose más productivas.
- De implicación y de retiro, reiterándose cada vez más del juego a medida que el grupo asume su autonomía real.
- De seguridad e inseguridad, para conducir al niño a renunciar progresivamente a la protección seguida de la autoridad y a asumir por sí mismo ese margen de inseguridad que es la contrapartida de la independencia.

Se considera muy importante, el “estar disponible, el saber esperar” y no precipitar una evolución que requiere un tiempo que permita el investimento y la superación progresiva del placer ligado a cada etapa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

¿CÓMO ES Y QUÉ SUCEDE EN LA SALA DE PSICOMOTRICIDAD?

La sala de psicomotricidad es un lugar privilegiado para niños y niñas, ya que en ella suceden cosas importantes para ellos y ellas. Es el lugar donde resuelven sus problemas, en donde pueden manifestarse como son sin ser rechazados, en definitiva, es donde viven en plenitud su expresividad psicomotriz, lo cual les produce una gran satisfacción y felicidad.

La sala adquiere un significado especial para niñas y niños al convertirse en:

A. EL LUGAR DEL PLACER SENSORIOMOTOR:

Pueden vivir el placer sensoriomotor en actividades como balancearse, saltar, rodar, deslizarse, lanzarse, subir escaleras, correr, gritar, cantar, tocar instrumentos, construir con cojines, jugar con cuerdas, disfrazarse, atacar, jugar, reposar, esperar, observar y descubrir.

B. EL LUGAR DE LA EXPRESIVIDAD PSICOMOTRIZ:

Tiene probabilidades de ser escuchados y reconocidos en todas sus producciones. Esto significa que en éste lugar y en este tiempo su exploración fantasmática es aceptada y comprendida.

C. UN LUGAR DE COMUNICACIÓN:

Es un lugar privilegiado para la comunicación a nivel verbal y no verbal. Utiliza los gestos, la mirada, la voz, la mímica, etc., que adquiere un sentido preciso en éste lugar. Niños y niñas encuentran una persona que los escucha, que acepta sus producciones y que les responde comprendiéndolos y haciéndolos evolucionar.

D. UN LUGAR DE DESEO PARA LA NIÑA Y EL NIÑO:

La asistencia a la sesión es para ellos y ellas un motivo de gran alegría. Cada día la espera les llena de inquietud, con un gran deseo que moviliza su vida fantasmática. Proyecta en él sus imágenes, sus acciones, sus creaciones y, lo más importante, imagina su placer antes de vivirlo y esto es fundamental en la dinámica de evolución del niño y de la niña.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

JUEGOS QUE SE PUEDEN LLEVAR A CABO

1. JUEGOS CON TELAS

Con una tela grande de unos diez metros de larga, para un grupo.

- a. Gusano-dragón. Todo el grupo debajo de la tela, se desplazan buscando posibilidades en el espacio, como arriba y abajo, curvas, la tela a un lado y a otro.
- b. Tela estirada y extendida. Sujeta por los lados. Subir-bajar. Estirlarla. Caer sobre colchonetas al tira de la tela.
- c. Subir-bajar. Cruzar por debajo. Intentar atrapar a quien cruza.
- d. Tirar como cuerda.
- e. Extender en el suelo. Pisar, desplazándose. A cuatro patas. Rodar. La tela cada vez más pequeña para permitir el contacto.
- f. Arrastres. En pequeños grupos.
- g. Balanceos.
- h. Ocupar el espacio con las telas. Una tela por cada grupo de tres o cuatro.
- i. Disfrazarse. Varias personas con la misma tela. Desfile disfrazada.
- j. Bailar sujetos a la tela.
- k. Desplazarse con la tela como cuerda llevando un ritmo.
- l. Desplazamientos a diferentes ritmos sujetos a la misma tela varias personas.
- m. La tela como plaza de toros. Diferentes desplazamientos en círculo. Mirada. Juntarse y separarse.
- n. Inventar juegos. Grupos de tres por tela grande.
- o. Decorado móvil. En paralelo, sujeta la tela por detrás, subir y bajar la tela.
- p. Serpientes de tela. Telas enrolladas y sujetas por los extremos, serpentear.
- q. Olas. Telas extendidas, hacer movimientos creando efecto de olas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

- r. Vibraciones.
- s. Volar. Sujetar la tela como capa, correr y gritar. Y en pequeños grupos.
- t. Molinillo de aspas. Desplazamientos en círculos concéntricos, uniendo telas. Delante o detrás de la tela.
- u. Sol o flor que gira, plano. Debajo de la tela. También con patines.
- v. Rollito de primavera. Enrollarse con la tela y desenrollarse, tirando de la tela.
- w. Marcar caras y cuerpos sobre la tela.
- x. Relajación sobre las telas. Envolverse.
- y. Caricias con la tela.
- z. Sacudir fuertemente la tela.
- aa. Golpear el suelo con la tela.
- bb. Mantear a alguien sobre la tela.
- cc. Con telas tubulares. Cruzar. Envolver. Mecer. Acunar.
- dd. Envolver con la tela. Llevarlos de un lado a otro. Balancear. Arrastrar. Levantar y girar suspendido en el aire.
- ee. Escultura móvil. Dos o tres personas dentro de la tela tubular elástica y amplia.

2. JUEGOS CON PAPEL DE PERIÓDICO:

- a. Escondite.
- b. Gorro, peluca, barba, bigote...
- c. Prenda de vestir.
- d. Utensilio.
- e. Papel en el suelo. A un ritmo cambio de casa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

- f. Juego de la silla sobre papel. Menos papel.
- g. Juegos de ritmo. Dentro-fuera. Un pie, dos, tres apoyos, cuatro...
- h. Apoyos en pareja, pequeños grupos.
- i. Máscara.
- j. Pelota de papel. Juegos de pelota.
- k. Personajes, con gorro de papel.
- l. Abanico, mariposa, paloma... que vuela.
- m. No es un papel, es...
- n. Regalar el objeto imaginado.
- o. Golpear el suelo, el aire...
- p. Romper mucho papel.
- q. Jugar con los papeles rotos (lanzar hacia arriba, rodar, deslizar, esconderse, amontonar, acumular, enterrarse, lanzar con los pies, la fuente, ponerse de acuerdo para lanzar al mismo tiempo...).
- r. Relajación en estrella sobre el papel.
- s. Animalitos que se desplazan sobre el papel.
- t. Alisar papeles. Trenzar. Arrugar...
- u. Construir, crear algo con los restos de papel.
- v. Verbalizar sobre la creación, poner un título, decir cómo es,...
- w. Danza africana sobre el papel.
- x. Recoger de forma creativa.
- y. Hacer una pelota gigante al recoger el papel.
- z. Jugar con la pelota.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

3. JUEGOS CON GLOBOS.

- a. Juego libre.
- b. Juego con alguien.
- c. Golpear hacia arriba, que no caiga al suelo.
- d. Lo anterior en parejas.
- e. En pequeño grupo.
- f. En gran grupo.
- g. Lo mismo sentados en el suelo, golpeamos con los pies descalzos.
- h. Globo entre las piernas, desplazamientos.
- i. Un globo entre dos, colocado en diferentes lugares del cuerpo. Desplazamientos sin manos.
- j. Lo mismo en grupos de tres.
- k. Conducir el globo por el espacio con un dedo solamente, cada uno. En parejas, tríos.
- l. Equilibrio una persona, un globo.
- m. Globo sujeto con la boca por el rabillo, dar a los demás.
- n. Dar a los demás con el globo, sujeto con los dedos.
- o. Carrera de globos soplando.
- p. En el suelo en círculo, darle con los pies.
- q. Equilibrios con diferentes partes del cuerpo, globo apoyado, desplazamientos.
- r. Regalarlo.
- s. Bailes con globos.
- t. Bailar con el globo dentro de la ropa.
- u. Masaje de espalda.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 10 – SEPTIEMBRE DE 2008

- v. Pintamos caras en los globos.
- w. Usamos los globos como marionetas.
- x. Construimos animales o muñecos gigantes con ayuda de cinta adhesiva y bolsas de basura, los decoramos con papel de seda. Jugamos con ellos. Pasacalles.

BIBLIOGRAFÍA:

- LAPIERRE, A Y AUCOUTURIER, B. (1983) Simbología del movimiento. Editorial Científico-Médica.
- AUCOUTURIER Y DARRAULT. (1985) Práctica psicomotriz, reeducación y terapia. Editorial Científico-Médica.
- CLARE CHERRY. (1987) Cómo mantener tranquilos a los niños. Editorial Ceac,
- LODES, H. (1990) Aprende a respirar. Editorial integral.

Autoría

- ZENAIDA ALONSO SÁNCHEZ.
- CPR. SIERRA ALMAGRERA. ALMERÍA.
- E-MAIL: ZENACAPI@HOTMAIL.COM