



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

## “TALLER DE PSICOMOTRICIDAD”

AUTORIA <b>MARIA DOLORES PÉREZ PEÑA</b>
TEMÁTICA <b>PSICOMOTRICIDAD</b>
ETAPA <b>EDUCACIÓN INFANTIL</b>

### Resumen

Como complemento a la psicomotricidad trabajada en la educación infantil, creo que sería conveniente ofertar un taller de ésta, como actividad extraescolar. Cada vez en más centros hay programas para fomentar el “Deporte en la Escuela”, pero no hay muchos en los que los niños de infantil puedan participar.

El taller está dirigido a niños de educación infantil (3,4 y 5 años), ya que se puede adaptar a los diferentes niveles de los grupos.

### Palabras clave

Psicomotricidad  
Esquema corporal  
Eduación de capacidades  
Coordinación

### ÍNDICE

- 1.- ¿QUÉ ES LA PSICOMOTRICIDAD?
- 2.- FINES DE LA PSICOMOTRICIDAD
- 3.- ELEMENTOS A DESARROLLAR EN EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ
- 4.- OBJETIVOS
- 5.- PAUTAS PARA OBSERVAR Y EVALUAR
- 6.- SESIONES
- 7.- RECURSOS
- 8.- METODOLOGÍA
- 9.- BIBLIOGRAFÍA



## 1. ¿QUÉ ES LA PSICOMOTRICIDAD?

La Psicomotricidad desde una concepción educativa, es hacer que el niño o niña se descubran a sí mismos y aprendan a interactuarse activamente con su medio ambiente, en una dirección que va desde lo más simple a lo más complejo; desde el conocimiento y control del propio cuerpo al conocimiento del mundo externo.

El desarrollo de las capacidades mentales de análisis, síntesis, abstracción, simbolización, etc., se logra solamente a partir del conocimiento y control de la propia actividad corporal, a partir de lo que se llama “el esquema corporal”.

A la vez el cuerpo en movimiento es inseparable del aspecto relacional del comportamiento, esta relación e interacción del sujeto con su medio ambiente, tanto físico como social, constituye el desarrollo psíquico.

Los ejercicios psicomotrices deberán estar adecuados a la etapa del desarrollo motor en los niños.

Es importante que en esta etapa de infantil se refuerce este trabajo, ya que hará que los niños maduren y adquieran una mayor independencia, que desarrollarán en el día a día y con el que se beneficiarán.

Por esto a continuación se expone las finalidades y los objetivos que perseguimos, así como la forma de trabajarlos en este taller, el cual puede ser llevado a cabo por un especialista en cualquier centro de infantil y primaria.

## 2. FINES DE LA PSICOMOTRICIDAD

La Psicomotricidad se propone como objetivos:

1. *Educar la capacidad sensitiva*
  - Información relativa al propio cuerpo
  - Informaciones relativas al mundo exterior.
2. *Educar la capacidad perceptiva.*
  - Toma de conciencia unitaria de los componentes del esquema corporal
  - Estructuración de las sensaciones relativas al mundo exterior en patrones perceptivos espacio-temporales.
  - Coordinación de los movimientos corporales con los del mundo exterior.
3. *Educar la capacidad representativa y simbólica.*

## 3. ELEMENTOS A DESARROLLAR EN LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ

- a) Esquema corporal
  - Control tónico
  - Equilibrio



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

- Relajación
  - Control respiratorio
  - Coordinación de movimientos
  - Lateralidad
- b) Estructuración espacio-temporal
- Estructuración espacial; arriba-abajo, encima-debajo, cerca-lejos, detrás-delante, desplazamientos, trayectorias...
  - Estructuración temporal; velocidad, ritmo, antes-después

#### **4. OBJETIVOS DEL TALLER**

- Conocer el cuerpo
- Desarrollar la coordinación dinámica general
- Desarrollar de la coordinación motriz
- Desarrollar la percepción espacio-temporal
- Adquirir nociones de lateralidad
- Lanzar y saltar
- Coordinar óculo-manual
- Desarrollar conceptos espaciales
- Desarrollar el equilibrio estático-dinámico
- Desarrollar el juego simbólico
- Adquirir las nociones de agrupamiento, seriaciones, conjuntos, alineación, clasificación.
- Desarrollar derecha- izquierda
- Controlar los estados de tensión-relajación.

#### **5. PAUTAS PARA OBSERVAR Y EVALUAR EL DESARROLLO PSICOMOTOR**

Para empezar a trabajar el desarrollo de la psicomotricidad vamos a marcar unas pautas que comenzaremos a trabajar con los niños/as, desde la primera sesión, gracias a las cuales podremos notar su avance de evolución. Estas pautas son:

- Tarea 1; IDENTIFICACIÓN DE LAS PARTES DEL CUERPO; Evaluar el conocimiento de las partes del cuerpo y la coordinación neuromotriz básica.
- Tarea 2; TABLA DE EQUILIBRIO; Evaluación del equilibrio, lateralidad y asociación visomotriz.
- Tarea 3; SALTO CON UN PIE; Evaluar la coordinación motriz gruesa, el equilibrio y la capacidad para el movimiento sostenido.
- Tarea 4; SALTO Y CAIDA; Evaluar la coordinación motriz gruesa, el equilibrio dinámico y la Kinestesia.
- Tarea 5; RECORRIDO CON OBSTÁCULOS; Evaluar la orientación espacial y la concienciación del cuerpo.
- Tarea 6; TOMAR LA PELOTA; Evaluar la coordinación ojo-mano y el seguimiento con la vista.
- Tarea 7; TEST OPTATIVOS



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

A continuación tomaremos nota de estas tareas en un cuadro como este;  
Escala de evaluación perceptivomotriz---- plantilla de registro

<b>Nombre</b>	<b>Tarea 1</b> <i>Esquema corporal</i>	<b>Tarea 2</b> <i>Tabla de equilibrio</i>	<b>Tarea 3</b> <i>Santo con un pie</i>	<b>Tarea 4</b> <i>Salto y caída</i>	<b>Tarea 5</b> <i>Recorrido con obstáculos</i>	<b>Tarea 6</b> <i>Tomar la pelota</i>	<b>Fecha</b>

Podemos poner;

N= No está superado

S= Satisfactorio

Esta tabla puede completarse en las primeras sesiones y comparar los resultados en los últimos días del taller para ver qué hemos logrado a lo largo de éste.

## 6. SESIONES

Las sesiones se realizarán teniendo en cuenta;

- Duración del taller;
- Edad y nivel de los alumnos/as
- Lugar de desarrollo de las sesiones.
- Material y recursos disponibles.

Será conveniente que la sesión sea de una hora, para que de tiempo a realizar todas las actividades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

El número de sesiones vendrá determinada por la duración del taller. Sería conveniente por lo menos una sesión semanal, pero mejor si se pueden hacer dos sesiones en días alternos. Cada una de ellas tendrá varias partes que son; asamblea, el desarrollo de las actividades y por último vuelta a la calma, relajación o asamblea de reflexión (según sea necesario para los alumnos/as).

La primera sesión nos servirá de toma de contacto con los niños/as, para ver como se desenvuelven. Primero en asamblea nos presentaremos, diremos nuestros nombres y después pasaremos a realizar las actividades anotando todo aquello que sea significativo.

Algunas de los ejercicios que haremos para poder anotar los resultados son;

- Hacer que el niño/a se pare frente al maestro y “jugar” a localizar las diferentes partes del cuerpo; rodillas, hombros, caderas, cabeza, pies, codos, boca.... Si el niño comete más de un error o tatea y vacila en alguna parte del cuerpo le pondremos una N.
- Haremos que camine sobre una tabla o un banco pequeño. El maestro/a se coloca en un extremo del banco y le pide al niño que camine sobre la tabla sin detenerse y con la vista fija en la mano del maestro/a, mantenida a la altura de sus ojos. ( Podemos decirle que la tabla es un puente que tenemos que cruzar para conseguir llegar a una pista...) Si muestra dificultades, como por ejemplo pisar fuera de la tabla, detenerse... no estará superado.
- Saltar a la pata coja primero con el pie derecho, y luego con el izquierdo. No cebe tocar el suelo con el pie subido, mostrar falta de ritmo, poco control...
- Colocar un cajón de salto e indicar que adopten la posición para saltar, sobre el cajón, con los pies separados a una distancia equivalente al ancho de sus hombros. Debe dejar el cajón con los dos pies al mismo tiempo y guardar el equilibrio al caer.
- Pediremos al niño que realice tres tareas; primero, pasar por un obstáculo de una altura equivalente a la de sus rodillas, sin tocarlo. (Usar una vara cruzada entre dos sillas); segundo, pasar inclinado por debajo de un obstáculo ubicado a unos 5 cm por debajo de la altura de sus hombros, sin tocarlo.(Usar una vara cruzada sobre el respaldo de dos sillas); tercero, pasar a través de un espacio estrecho sin tocar los obstáculos. (Usar dos sillas con sus respaldos enfrentados y colocadas a una distancia adecuada como para que el niño deba avanzar de costado para pasar sin tocar). Si el niño calcula mal el espacio en más o en menos de manera que error exceda a los 10 cm, o si toca con el cuerpo alguno de los obstáculos no lo daremos por válido.
- Realizaremos con cada niño tres lanzamientos de pelota a unos 3 metros con un movimiento desde abajo. El niño/a sólo deberá formar un cuenco con sus manos para atrapar la pelota. Si la atrapa menos de dos veces y con los brazos o el cuerpo no será superado este ejercicio.

Para anotar los resultados tendremos un cuestionario que rellenaremos y que se repetirá al final del taller para ver si los niños han mejorado y han conseguido los objetivos propuestos. (Expuesto anteriormente)

Finalizaremos esta sesión haciendo un ejercicio de relajación con la pelota y con música clásica de fondo.

En cada sesión iremos trabajando cada una de las tareas anteriores de forma específica y con ejercicios diferentes para que los alumnos/as alcancen todos los objetivos que nos hemos marcado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

Otro ejemplo de sesión para otro día puede ser el siguiente;

SESIÓN Nº;

Sesión para impartir al aire libre.

Material

Balones, cuerdas, aros, papel, música...

Desarrollo de sesión:

\* Asamblea;

Empezaremos la clase en asamblea, recordando las normas de comportamiento, hablando y dialogando con los niños/as, diciendo alguna adivinanza y cantando una canción que podamos dramatizar. En este caso cantaremos “En el coche de papá”.

Después de forma ordenada iremos al patio para realizar los ejercicios.

En el patio haremos señales de donde se situara cada niño, lo haremos con cinta para que así realicen los ejercicios mejor.

\* Desarrollo de la sesión;

Para empezar los ejercicios los niños que previamente se han agrupado por parejas, se colocaran en la posición que les indiquemos.

Éstos al ritmo de la música caminarán con el balón cogido de las manos, apoyando los pies para fuera, hacia dentro, de puntillas, llevarán el balón en el cuello, en el hombro...

Se pasarán el balón por el suelo como si jugaran al fútbol... y así irán realizando diferentes juegos con el balón.

También haremos un círculo, un niño se pone en el medio y va pasando su balón a los demás compañeros, sin seguir ningún orden establecido.

Después los dividiremos en tres grupos, unos seguirán jugando con la pelota, otros saltando aros y otros con las cuerdas.

Enseñamos a saltar con la cuerda, por lo menos en el suelo, pasaran la cuerda por delante de los hombros, saltaran en círculo y un niño en medio pasando la cuerda.

Después pondremos las cuerdas en el suelo y tendrán que caminar encima de ellas guardando el equilibrio.

Volvemos a la clase con todo el material.

\* Fin de sesión;

Contamos el cuento de Pin Pon.

Dibujan el muñeco.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

Así iremos preparando sesiones según lo que queramos trabajar y el orden en el que lo hagamos.

## **7. RECURSOS**

Como recursos en el trabajo a realizar hay que tener en cuenta todo material o persona que permita la buena realización de las experiencias de aprendizaje.

Debemos aprovechar todos los que estén a nuestro alcance, y también procurar los que no lo estén, con objeto de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estos recursos pueden ser:

1. Recursos personales
2. Recursos materiales; material deportivo: aros, pelotas, cuerdas, bancos, paracaídas, tijeras, papel, reproductor cd, colores, papeles, folios de colores, hilos, botes para reciclar, cajas de cartón, colchonetas...
3. Recursos ambientales; zonas del patio donde trabajar, y clase de psicomotricidad.
4. Recursos didácticos; guías didácticas, libros de cuentos motores, danzas...

## **8 .METODOLOGÍA**

La metodología educativa en este grado ha de desarrollar la personalidad y la sensibilidad del alumno/a, fomentar la creatividad artística y estimular al alumnado. Para ello se deben favorecer contextos y situaciones de aprendizaje que supongan un marco adecuado para la observación de técnicas, elementos y procesos propios de la música, así como la utilización de las experiencias, vivencias y conocimientos propios de los alumnos/as.

El concepto constructivista sobre la enseñanza-aprendizaje, ha de llevar consigo una metodología basada en la participación y actividad por parte del alumnado, haciendo que éste se sienta protagonista de su aprendizaje, procurando ante todo que tenga un carácter lúdico.

Tendremos presente en todo momento que el aprendizaje sea significativo, y para ello partiremos de las ideas previas del alumnado sobre el tema, estructurando y edificando los nuevos conceptos a partir de ellos.

El ambiente de trabajo será instructivo y agradable, sobre todo en estos primeros años y experiencias en las que la motivación será un importante punto de referencia a la hora de planificar la dinámica de trabajo.

### **Criterios metodológicos básicos**

El aprendizaje será:

- a) Progresivo sin olvidar sus capacidades e intereses



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 12 – NOVIEMBRE DE 2008

- b) En un ambiente de libertad
- c) Familiarización, experimentación y participación

## 9. BIBLIOGRAFÍA

- García Núñez J. A. (1994). *Psicomotricidad y educación infantil*. Madrid: CEPE S.L.
- Jiménez Ortega, J., Alonso Obispo, J. y Jiménez de la Calle; I. (1992). *Psicomotricidad práctica*. Madrid: Escuela Española.
- Aranda López, J., Mena González, A. Canto, ritmo y dramatización. Málaga; Universidad de Málaga.
- Escudero, M P. (1997). Cuentos musicales. Madrid; Real Musical.

### Autoría

---

- María Dolores Pérez Peña
- CEIP Santo Tomás. Fuentes de Andalucía. Sevilla.
- E-MAIL: maria\_d\_perez\_82@hotmail.com