



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

## “LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACION INFANTIL”

AUTORÍA <b>MARIA JOSE MUÑOZ DIAZ</b>
TEMÁTICA <b>PSICOMOTRICIDAD</b>
ETAPA <b>EDUCACION INFANTIL</b>

### Resumen

Desde el momento de nuestro nacimiento sentimos la necesidad de realizar movimientos para expresar emociones y sentimientos. Es importante desde la Educación Infantil enseñar a nuestro alumnado a realizar dichos movimientos correctamente y a que estos nos ayuden a desenvolvernos en nuestra vida diaria. Los padres, madres y educadores estamos de acuerdo en potenciar al máximo las capacidades de nuestros niños y niñas para fomentar su desarrollo integral como personas. Son muchas las actividades que podemos organizar en nuestros centros educativos para conseguir los objetivos que planteemos utilizando para ello una metodología adecuada.

### Palabras clave

PSICOLOGÍA

MOTRICIDAD

ESQUEMA CORPORAL

LATERALIDAD

AULA DE PSICOMOTRICIDAD

JUEGOS AL AIRE LIBRE

REFLEJOS

EQUILIBRIO

RESPIRACION

RELAJACIÓN

SALTOS

CARRERA Y MARCHA



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

## 1. RELACIÓN ENTRE LA EDUCACIÓN INFANTIL Y LA PSICOMOTRICIDAD

Todas las etapas educativas tienen relación con los aspectos psicomotores que a lo largo del tiempo han ido apareciendo. En este artículo me voy a detener en la etapa de Educación Infantil. Es importante en primer lugar exponer las características de dicha etapa para conocer como evolucionan y se desenvuelven los niños y niñas exactamente:

- La Educación Infantil contempla dos ciclos, el primer ciclo abarca desde los 0-3 años y el segundo ciclo abarca desde los 3-6 años.
- La acción es el elemento básico del aprendizaje.
- La actividad lúdica es el instrumento fundamental.
- Las experiencias del niño y de la niña son la base para un aprendizaje significativo.
- Los niños y niñas presentan conductas de imitación, indagación y experimentación.
- El aprendizaje es constructivo, es decir, existe una relación entre los aprendizajes planteados y la vida del niño y la niña.
- Han de tener una correcta dotación de objetos, juguetes, materiales y espacios.
- Es fundamental la labor conjunta entre el equipo docente y la familia.
- La globalización es la metodología más apropiada.

Son muchas las características que presenta la etapa de Educación Infantil, pero he expuesto las que están directamente relacionadas con el área que nos ocupa. Expongo a continuación la relación que existe entre la etapa de Educación Infantil y la Psicomotricidad

- El desarrollo es un proceso global que abarca el aspecto físico, intelectual, afectivo, social y moral.
- El desarrollo implica: conocer el cuerpo, relacionarme con los demás, observar y explotar el entorno familiar y adquirir autonomía en sus actividades.
- En el primer ciclo de Educación Infantil de 0 a 3 años: el desarrollo del movimiento se manifiesta en el control corporal.
- En el segundo ciclo de Educación Infantil de 3 a 6 años: el aprendizaje está basado en las experiencias, las actividades y el juego.
- La adquisición de habilidades y de movimientos les va a permitir desenvolverse con autonomía en su vida diaria.

Destaco que el desarrollo de las capacidades cognitivas, lingüísticas y afectivas de inserción social contribuyen a las adquisiciones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

## 2. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS.

Los principios metodológicos son los medios que utilizamos los docentes para conseguir nuestros objetivos y las finalidades educativas que proponemos para que los niños y niñas alcancen. Son muchos los que utilizamos pero entre ellos voy a destacar los siguientes:

- El aprendizaje significativo: consiste en que todo lo que los niños y niñas aprendan no sea memorístico y sin sentido sino todo lo contrario. Los niños y niñas han de establecer relaciones entre lo nuevo que están aprendiendo y lo que ya conocen previamente, de manera que todo quede integrado en su memoria de forma permanente y son menos riesgo a olvido.
- El aprendizaje funcional: consiste en que todo aquello que aprende nuestro alumnado le sirva para su vida diaria y tenga una funcionalidad y una utilidad. De esta manera todo aquello que aprenden les va a servir para algo y no sólo por el simple hecho de aprender por aprender.
- El juego es el medio idóneo para que los niños y niñas aprendan. Ya que son los protagonistas de su propio aprendizaje, son ellos mismos los que deciden qué, cómo y cuándo. De esta manera la actividad propia se convierte en la base principal para conseguir los objetivos planteados. El juego es libre, autónomo, implica atención por parte de los niños y niñas, desarrollan la imaginación y la creatividad, de manera que al mismo tiempo también desarrollan la inteligencia y su capacidad física y mental.
- El maestro y maestra han de presentar actividades interesantes a los niños y niñas. Actividades que se adapten a sus características y necesidades, que despierten su interés y por tanto estén motivados para realizarlas. De esta manera los niños y niñas tendrán entusiasmo por participar en ellas.
- La actividad física y mental son las fuentes principales del aprendizaje de los niños y niñas y de su desarrollo integral como personas.
- Es interesante proponer actividades que inciten a nuestro alumnado a la acción, experimentación y manipulación. De manera que ellos son los protagonistas de aquello que están aprendiendo.
- Se evitará la falsa dicotomía entre juego y trabajo escolar. De esta manera se propone que los niños y niñas cuando aprenden y trabajan lo hacen a través del juego.
- Hemos de considerar conocimientos, procedimientos y actitudes que se adapten al nivel evolutivo en que se encuentran los niños y niñas. Teniendo en cuenta cada nivel educativo y atendiendo a las diferencias entre ellos, aunque todos estén dentro de la etapa de Educación Infantil.
- Los contenidos se abordan desde una perspectiva globalizadora. Puesto que los niños y niñas aprenden de forma global, no aprenden por partes sino todo integrado.
- El centro escolar ha de ofrecer diversidad de materiales. Hemos de disponer de una gran gama de objetos y juguetes que se adapten a las necesidades de los niños y niñas y que estén adecuados a los espacios de los que disponemos y al tipo de actividad que vamos a desarrollar en cada momento.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

- Disponer de un espacio habilitado para realizar las actividades que vamos a llevar a cabo. De manera que todos quepamos sin obstáculos y podamos desarrollar la sesión sin altercados. De manera que la sala sea grande, la temperatura agradable y que no tenga excesiva luminosidad.
- Hemos de crear un ambiente que propicie sensación de descanso y que nos distraiga a nuestros niños y niñas.
- Los educadores han de tener buena capacidad de comunicación para que no haya errores entre los niños y niñas y los docentes.

### **3. OBJETIVOS QUE PRETENDEMOS CONSEGUIR EN LOS NIÑOS Y NIÑAS.**

Los objetivos son las finalidades educativas que pretendemos que nuestros alumnos y alumnas hayan conseguido al finalizar cualquier concepto. Vienen expresados en infinitivo y son las capacidades que nuestros alumnos y alumnas han de conseguir. Entre otros destaco los siguientes:

- Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades de acción.
- Tener una representación mental del esquema corporal.
- Controlar sus movimientos en las actividades diarias.
- Adquirir hábitos de relajación cuando sea necesario.
- Tener adquirida correctamente la lateralidad.
- Tener autonomía en sus actividades diarias.
- Mantener el equilibrio en actividades diarias.
- Desarrollar hábitos de psicomotricidad fina.
- Tener reflejos en sus movimientos y actividades.
- Tener desarrollados y estimulados los sentidos.
- Evolucionar en las sensopercepciones.
- Realizar desplazamientos por el espacio.
- Realizar lanzamientos correctamente.
- Realizar giros en actividades.
- Controlar la respiración correctamente.
- Orientar su cuerpo y actividades en el espacio y en el tiempo.
- Respetar las normas de las actividades.
- Interactuar con los compañeros en las actividades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

- Manifestar sentimientos, emociones e ideas con el propio cuerpo.
- Participar en las actividades de forma activa.
- Coordinar los movimientos y partes del cuerpo de forma correcta.
- Manipular objetos para conocerlos y utilizarlos.
- Conocer, controlar y cuidar su cuerpo.
- Valerse por sí mismo para satisfacer sus necesidades básicas.
- Observar y explorar su entorno físico-natural más inmediato.
- Evocar y expresar diversos aspectos de la realidad.
- Utilizar el lenguaje oral correctamente para comprender y ser comprendido.
- Atender y apreciar formas de representación: música, plástica y corporal.
- Sentirse miembro y participar en los diversos grupos a los que pertenece.
- Apreciar y establecer vínculos de relación con los iguales y los adultos.
- Actuar en grupos de iguales articulando sus intereses y respetando a los demás.
- Conocer algunas características culturales propias de su comunidad.

#### **4. EL ESQUEMA CORPORAL Y LA LATERALIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL.**

El desarrollo de la psicomotricidad se refiere a la evolución de los niños y niñas para realizar determinadas acciones y movimientos, así como la representación mental y la conciencia de los mismos. El desarrollo psicomotor va a depender fundamentalmente de la maduración neurológica y de la forma como ésta se desarrolla. Las distintas fases por las que pasa el desarrollo de la psicomotricidad son las siguientes de forma simplificada:

- Una primera fase receptiva
- Una segunda fase caracterizada por una mayor capacidad discriminativa de los órganos de los sentidos.
- Una tercera fase de experimentación o adquisición de conocimientos que se prolongará a lo largo de toda la vida.

##### **4.1. El Esquema Corporal.**

Es el conocimiento de las partes del cuerpo y la toma de conciencia de ellas, conociendo sus posibilidades de acción y manifestación con el objeto de desenvolvemos con armonía en el espacio que nos rodea y en relación con nuestros iguales. Por tanto es la representación mental que uno tiene de sí



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

mismo. El esquema corporal es la imagen de nuestro cuerpo. Se define al esquema corporal como la representación mental que hace el individuo de su propio cuerpo. Esta imagen se va creando a través de las sensaciones que le llegan del interior y del exterior. La organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo está en relación con los datos del mundo exterior. El esquema corporal es la imagen de nuestro cuerpo. La organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo está en relación con los datos del mundo exterior. Que el niño conozca las partes del cuerpo y logre una percepción de su globalidad es una de las finalidades de la psicomotricidad en Educación Infantil.

Su desarrollo se lleva a cabo en etapas muy lentas. En condiciones normales, no se llega a su total desarrollo hasta los 11-12 años, aunque podemos decir que este es un proceso que se lleva a cabo a lo largo de la vida, no se desarrolla en un solo periodo. Con el paso del tiempo, el cuerpo cambia y tenemos que adaptarnos a esos cambios.

En cada situación en que el individuo vive, los educadores intentaremos siempre extraer unos datos significativos que van a ser una información muy importante para que nuestro esquema corporal esté actualizado y se adapte lo más posible a esa realidad. Los objetivos son los siguientes:

- Que conozca y controle su cuerpo en la vida diaria y en sus actividades.
- Aprender la denominación de cada segmento o parte corporal.
- Localizar los distintos segmentos corporales de uno mismo.
- Localizar los distintos segmentos corporales del compañero.
- Aprender las funciones de cada parte o segmento corporal.
- Aprender a observar.
- Aprender a sentir mejor el cuerpo.
- Desarrollarnos con armonía y precisión en el espacio circundante.

La adquisición del esquema corporal se lleva a cabo por:

**\* La sensibilidad:**

- Exterioceptiva: son las informaciones sobre las cualidades externas del propio cuerpo, a través de impresiones cutáneas, visuales, auditivas, gustativas y olfativas.
- Propioceptiva: es la que se produce a través de las sensaciones recibidas desde los órganos terminales sensitivos situados en los músculos, tendones y articulaciones.
- Interceptiva y visceroperceptiva: se producen a través de impresiones recibidas desde la superficie interna del cuerpo y de las vísceras.

**\* Los desplazamientos:**

- Segmentarios: con algunas partes del cuerpo por separado
- Globales: con todo el cuerpo a la vez.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

#### 4.2. Lateralidad.

El cuerpo humano se caracteriza por la presencia de dos partes anatómicamente paralelas o simétricas, esta simetría se transforma en asimetría funcional porque muchas de las actividades en las que interviene solamente lo hace una parte.

Hay dos hemisferios: el derecho y el izquierdo. Cuando se impone el proceso de maduración, uno de los hemisferios madura más que el otro. Si el que predomina es el derecho da individuos zurdos y si el que madura más o predomina es el izquierdo, da individuos diestros. Ambidiestros: se llaman así aquellos que tiene igual grado de habilidad con la derecha que con la izquierda. También hay zurdos integrales o diestros integrales:

Diestro integral: individuo derecho de mano y pie.

Zurdo integral: individuo izquierdo de mano y pie.

También hay individuos con lateralidad cruzada, que son los que son diestros de mano y zurdos de pie o al revés, zurdos de mano y diestros de pie. Los educadores tenemos que fomentar todo tipo de actividades para descubrir cuanto antes la lateralidad del niño.

Lateralidad: es la preferencia en la utilización de una de las partes del cuerpo. Es la expresión de un predominio motor relacionado con la parte del cuerpo que integra las mitades derecha e izquierda. Cuando predomina el hemisferio derecho sobre el izquierdo la persona es zurda. Cuando predomina el hemisferio izquierdo sobre el derecho la persona es diestra. Es el dominio funcional de la derecha o de la izquierda. En lo que todos coinciden es en que la lateralidad está en función del grado de diferencia, es decir, con el grado en que utilizamos ambos lados, porque existe siempre una diferencia cualitativa y cuantitativa de un lado sobre otro. Expongo a continuación las características del lado dominante:

- Tiene mayor fuerza.
- Tiene mayor destreza o mayor precisión.
- Mayor coordinación.
- Mayor sensibilidad
- Mayor equilibrio.
- Mayor desarrollo (una diferenciación en cuanto a la forma externa).

Son muchos los factores que influyen en la lateralidad. Por un lado los factores genéticos, que son la trasmisión hereditaria del predominio lateral. La lateralidad de los padres y madres puede condicionar la de los hijos. Influyen por otro lado factores sociales, entre otros se destacan la significación religiosa, el lenguaje y las causas ambientales: el ámbito familiar, el mobiliario y los utensilios de uso cotidiano.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

## 5. ACTIVIDADES QUE PODEMOS REALIZAR CON LOS NIÑOS Y NIÑAS

Son muchas las actividades que podemos llevar a cabo con nuestros alumnos y alumnas. Entre ellas hay que destacar las actividades individuales, en parejas, pequeños grupos y gran grupo. Algunas de ellas se realizan en la sala de psicomotricidad o aula habilitada para ello o al aire libre, en el patio, siempre y cuando lo permita la situación meteorológica. Hay que destacar que hay actividades de motivación, de desarrollo y de consolidación, atendiendo también por otro lado a la diversidad organizaremos actividades de ampliación y refuerzo. Para algunas de estas actividades necesitaremos material específico y para otras no será necesario. Todas las actividades se plantean a modo de juego, para despertar el interés y motivación por parte de nuestro alumnado. Entre otras, propongo a continuación algunas de ellas:

- Ejercicios corporales recorriendo nuestro cuerpo por cada una de las partes. Comenzamos con los pies y terminamos en la cabeza.
- Desplazamientos por el espacio con movimientos y ritmos diferentes.
- Lanzamientos de balón por parejas y en grupo.
- Ejercicios para mantener el equilibrio por diferentes caminos señalados.
- Juegos con aros. Lanzamientos de los mismos o recorridos por el suelo con los aros colocados en distintos puntos.
- Juegos con zancos. Organizamos carreras y también por parejas para que se ayuden unos a otros.
- Carrera de bicicletas. Señalamos un recorrido con salida y meta destacadas.
- Juegos con bancos suecos.
- Juegos sobre las colchonetas.
- Juegos con los bolos.
- Circuito, en el que se colocan varios objetos para ir superando obstáculos. Participan todos los niños y niñas de la clase.
- Juegos en el suelo tradicionales: el pañuelo, las chapas...
- El cuento motor. Elegimos los personajes y ellos representan la historia cada uno caracterizado con el personaje que representa.
- Baile libre con distintos estilos musicales: flamenco, jazz, blues, música clásica, ska, pop, rock, salsa, rumba, canciones infantiles...
- Danzas populares y tradicionales.
- Juegos con dianas y dardos.
- Juegos con dominós gigantes elaborados con cartón y con gomaespuma.
- Juegos con periódicos y revistas. Los desplazamos por nuestro cuerpo.
- Ejercicios para controlar la respiración. Colocamos en nuestro abdomen algún objeto. Lo hacemos por parejas.
- Ejercicios de relajación. Con música clásica, o con cuentos musicales. Aprendemos a valorar el silencio y la relajación como algo fundamental en nuestras actividades motrices.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 - SEPTIEMBRE DE 2010

## 6. BIBLIOGRAFÍA.

- Lora Risco, J. (1991). La Educación Corporal. Barcelona: Paidotribo.
- Hahn, E. (1988). Entretenimiento con niños. Barcelona: Martínez Roca.
- Le Boulch (1981). La Educación por el movimiento en la Edad Escolar. Barcelona: Paidós.
- Rigal, R (1887). Motricidad Humana. Madrid: Pila Teleña.
- Varios (1993). Enciclopedia de la Educación Infantil. Madrid: Santillana.
- Cuenca, F (1986). Cómo desarrollar la psicomotricidad en el niño. Madrid: Nacea.

## Autoría

---

- Nombre y Apellidos: María José Muñoz Díaz
- Centro, localidad, provincia: CEIP Ntra. Sra. De los Remedios. Ambroz. Granada
- E-mail: mariachus77@hotmail.com