



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

## “EL ESQUEMA CORPORAL”

AUTORÍA <b>ANA MARÍA CAÑAS GUTIÉRREZ</b>
TEMÁTICA <b>LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL</b>
ETAPA <b>Educación infantil</b>

### Resumen

En este artículo se va a tratar la importancia que tiene en los niños de educación infantil conocer el entorno que le rodea para ello primero tiene que conocer su cuerpo, sus diferentes segmentos corporales...para conseguirlo el niño va pasar de los reflejos arcaicos a la adquisición del esquema corporal. Se propone también unas series de actividades con los que trabajar todos los aspectos que influyen en la adquisición del esquema corporal.

### Palabras clave

- Psicomotricidad.
- Reflejos arcaicos.
- Esquema corporal.
- Lateralidad.

### 1. LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL

La psicomotricidad tiene que ver con las implicaciones psicológicas del movimiento y la actividad corporal en la relación entre el organismo y el medio en que éste se desenvuelve. El mundo de la psicomotricidad es el de las relaciones psiquismo-movimiento y viceversa.

La actividad motriz mediante la cual el niño va a explorar y conocer el mundo, será fundamental para su desarrollo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

A medida que el niño tiene experiencias con los objetos; adquiere el conocimiento sobre ellos. Su capacidad para desplazarse le permitirá el acceso a un mayor número de experiencias y descubrimiento de los otros a la vez que irá adquiriendo una autonomía personal. La implicación psicológica conlleva un buen desarrollo motor. La psicomotricidad va tomando su lugar y ha devuelto la importancia al cuerpo no como instrumento básica de los aprendizajes, sino como receptor y emisor de emociones, sensaciones, miedos y fantasías.

El cuerpo durante esta etapa constituye un instrumento privilegiado para transmitir sensaciones de seguridad, afecto e individualidad. El descubrimiento del propio cuerpo ha de ser abordado mediante actividades que fomenten la exploración y la observación activa del niño, el uso de todos sus sentidos, el contacto físico con otros niños y adultos, la comunicación. Como educadores, fomentar este conocimiento exige un contexto de respeto y valoración de la individualidad de cada uno, favoreciendo actitudes contrarias a la discriminación y los estereotipos de cualquier género.

Es mediante las actividades, las experiencias y los procedimientos que ofrece la educación infantil como los niños avanzan en el conocimiento de sí mismos y de los demás, al mismo tiempo que utilizan sus habilidades perceptivo-motrices, cognitivas, afectivas y relacionales.

### 1.1. Los reflejos

Los reflejos son reacciones automáticas que se producen como reacción a un estímulo sensorial y que favorecen al sujeto su adaptación al medio.

La presencia o ausencia de los reflejos nos proporcionan información sobre el cerebro y el sistema nervioso del bebé. Algunos reflejos duran toda la vida, pero los llamados reflejos primarios desaparecen durante el primer año indicando con ello que en el cerebro se desarrollan funciones más avanzadas.

Su estudio permite apreciar el nivel de maduración en el bebé.

Los tipos de reflejos:

- Reflejo succión: un objeto entra en contacto con los labios del bebé y se pone en funcionamiento un movimiento rítmico de succión.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

- Reflejo de grasping o prensión: si un objeto entra en contacto con su mano, el bebé flexiona fuertemente los dedos sobre ese objeto. Este reflejo desaparece al tercer mes.
- Reflejo del moro: al producir un sonido fuerte, el bebé se asusta. Éste reacciona separando bruscamente los brazos para después volver a la posición inicial.
- Reflejo de la marcha automática: si se sujeta al niño/a por debajo de las axilas sobre un plano recto, éste empieza a flexionar y a estirar las piernas alternativamente como si quisiera caminar.
- Reflejo de enderezamiento estático: al ejercer una prensión en la planta de los pies, los brazos se extienden. Desaparece alrededor del décimo mes.
- Reflejo de los puntos cardinales: acariciar el borde de sus labios provoca que la cabeza rote en dirección a la estimulación aplicada.

## 1.2 El esquema corporal.

El esquema corporal es uno de los elementos básicos de la psicomotricidad; el esquema es la imagen o representación que cada uno tiene de su cuerpo, tanto en posición estática como dinámica, gracias a la que se sitúa espacio/temporalmente en el entorno que le rodea.

En la formación del esquema corporal es necesario un nivel de maduración adecuado del sistema nervioso que facilite información táctil y cenestésica, una organización mínima espacio-temporal y una noción precisa del límite de su propio cuerpo con respecto al otro. Cuando hablamos de esquema corporal nos estamos refiriendo a la capacidad por parte del niño de localizar las diferentes partes del cuerpo en si mismo y en los otros, tomar conciencia del eje corporal, ordenar el espacio y el tiempo a través del ritmo del propio cuerpo y conocer sus posibilidades de movimiento.

La formación de la imagen corporal que el niño tiene acerca de sí mismo va evolucionando a medida que se desarrolla, en este sentido la intervención educativa favorece y enriquece desde edades muy tempranas dicho conocimiento.



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010**

- Desde el nacimiento hasta los 2 años hablamos de “cuerpo vivido”, su realidad interior y exterior están confundidas, todavía no discrimina entre el yo y los objetos, por ello es interesante ofrecer al niño la posibilidad de compararse con los objetos.
- A partir de los 3 ó 4 años el niño identifica las partes de su cuerpo y discrimina su límite corporal con respecto al del otro.
- A los 5 años es cuando podemos hablar de “cuerpo percibido”, momento en el que hay una organización del esquema corporal en el espejo, es lo que llamamos “cuerpo reconocido”.
- A los 7 de representarlo, su cuerpo está interiorizado.

### **ACTIVIDADES DEL ESQUEMA CORPORAL**

- Establezcan comparaciones entre el propio cuerpo y el de los demás.
- Localicen la posición de las distintas partes del cuerpo, tanto de forma estática como en movimiento.
- Nombre de cada una de las partes del cuerpo.
- Dibujo de uno mismo.
- Marcar manos y huellas de pies en papel.
- Andar libremente con saquitos de arena en la cabeza.
- Seguir trayectorias marcadas.
- Andar como determinados animales.
- Andar sobre colchonetas blandas.
- Andar sobre superficies elevadas.
- Andar de forma coordinada con un compañero.
- Juegos con globos.
- Tocar el pie izquierdo con la mano derecha y viceversa.
- Dramatizaciones.
- Sesión de danza acompañada de globos, pañuelos, cintas.
- Sesión de títeres.
- Juegos para desarrollar la coordinación de los ejes corporales (arrastrarse, gatear, rodear).
- Lanzar pelotas, golpear, globos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

- Señalar las partes del cuerpo.
- Moverse libremente.
- Según distintos ritmos.
- Actividades equilibrio (sentarse correctamente, andar a la pata coja, subirse a un banco con zapatos).
- Imitar, representar escenas de un cuento.
- Expresar sensaciones a través del cuerpo.
- Inspirar/espigar (juego de las estatuas, aros, balones, colchonetas, cuerdas, etc.).
- Juegos para una buena organización espacial (seguir instrucciones de arriba-abajo, cerca-lejos, derecha-izquierda).
- Juegos para desarrollar una buena organización temporal (rápido-lento, tarde-temprano, día-noche, antes-después, ayer-hoy-mañana).

Además de las actividades debemos tener en cuenta los diferentes elementos que componen el esquema corporal y las actividades que podemos utilizar para conseguir un buen dominio de dichos elementos.

La adquisición del esquema corporal se lleva a cabo a partir de las experiencias motrices y se elabora gracias a las sensaciones, el control postural, el control tónico, la estructuración espacio-temporal y la lateralidad.

- a. Sensaciones: son las informaciones que le llegan al niño/a de sí mismo y del exterior son a través de las sensaciones.
- b. Control tónico: La primera forma de comunicación que establece el niño/a es a través de las tensiones o distensiones corporales, manifestando su placer o satisfacción y su displacer.
- c. Control postural: determinado por el equilibrio y la coordinación dinámica general y segmentaria. Todo movimiento implica un desequilibrio y la consiguiente búsqueda de equilibrio. El control de la postura se lleva a cabo a través de la actividad dinámica y estática.
- d. La estructuración espacio-temporal: El niño/a elaborará la noción de espacio exterior sobre la referencia de su propio espacio corporal. Las primeras experiencias del niño con relación a su



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

cuerpo y las rutinas van a propiciar la interiorización del ritmo. A partir de los 3 años, las propuestas de actividades de ritmo, contribuirán a la organización de los conceptos temporales. Se favorecerá la estructuración espacio-temporal con actividades que impliquen desplazamientos, itinerarios, manipulaciones...es básico para la lectura y la escritura.

- e. La lateralidad: la veremos más ampliamente por ser uno de los elementos más importantes del esquema corporal.

#### 1.2.1. La Lateralidad

Es la utilización que un individuo hace de cada una de las partes del cuerpo respecto al eje.

Aunque el cuerpo humano es morfológicamente simétrico desde el punto de vista funcional es claramente asimétrico, porque habitualmente hay una dominancia de un hemisferio cerebral frente a otro. El control de estos hemisferios sobre el cuerpo es cruzado (el hemisferio izquierdo rige al lado derecho de nuestro cuerpo y viceversa).

Se es diestro o zurdo en función del hemisferio que predomina sobre el otro (esto se debe a la herencia). Hay casos de igual dominancia entre los hemisferios y son personas ambidiestras. También existen los casos de lateralidad cruzada o mixta donde por ejemplo pueden dominar la mano y el ojo derecho y el ojo derecho y el pie izquierdo.

La lateralidad se define a partir de los cinco años por lo que no conviene adelantar el proceso de lateralización ni contrariarlo.

Para exponer las fases por las que atraviesa el proceso de lateralización, haremos caso a las aportaciones de J.A. García Núñez:

- Fase de indiferenciación (0-2 años): la lateralidad no está definida y el niño/a va descubriendo poco a poco que tiene dos manos.
- Fase de alternancia (2/4 años): gracias a que le interesa explorar todo lo que le rodea, utiliza las dos manos indistintamente para realizar sus actividades cotidianas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

- Fase de automatización (4/6 años): poco a poco va automatizando sus gestos y observaremos como utiliza el lado dominante en las distintas actividades que realiza.

La lateralidad se enseña como posición, como situación en el espacio. Y se percibe, por tanto, como fijación estática. Pero derecha-izquierda no es posición, no es situación en el espacio o en el plano. Es el resultado de la representación mental de un movimiento en el espacio-tiempo sobre un punto referencial. No es fijación, es movimiento.

Una de las mayores dificultades en la orientación espacial de niños y adultos es el dominio de la lateralidad. Y esto, quizás tenga por causa, más que la complejidad de su contenido, el carácter de su enseñanza, cuando se accede a tal aprendizaje desde la fijación estática, imponiéndonos.

## ACTIVIDADES DE LATERALIDAD

- Sacaremos a dos niños junto a la pizarra. Les daremos un balón y les diremos que jueguen con el balón a pasárselo con las manos.
- Pinta el árbol que está a tu derecha de la casa (ficha).
- “derecha-izquierda”: sentados en el suelo el profesor dice “derecha” y los alumnos han de levantar su mano derecha”. Cuando dice “izquierda”, levantan la izquierda. Se llevarán a cabo cambios rápidos y con repeticiones. Como variante se puede hacer el mismo juego pero con los pies.
- “naranja-manzana”: les ponemos una pegatina con el dibujo de una naranja en la mano derecha (realizada por ellos con papel adhesivo) y otra en la mano izquierda con el dibujo de una manzana. Cuando el profesor dice “naranja” han de llevar la mano derecha a la boca, cuando dice “manzana”, se llevan la izquierda”.
- “cambio de sentido”: en corro y cogidos de la mano el profesor levanta la mano derecha el corro gira hacia la derecha. Cuando levanta la izquierda, gira hacia la izquierda.
- ¿Qué lado?»: por parejas, forman un corro. En cada pareja uno se pone delante y otro detrás, mirando hacia el centro del corro. Los de delante se sientan en el suelo y los que están detrás van corriendo hasta sentarse a la derecha de su pareja, y cuando dice “izquierda, se sientan a su izquierda.
- Uno, dos, izquierda, derecha”: por parejas, de cada pareja, uno es el número 1 y otro es el número 2. Corren libremente por el espacio. Cuando el profesor dice “1”, éste se sientan allí donde se encuentre, mientras que el 2 le busca y se sienta rápidamente a su lado. Si el profesor



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 36 – NOVIEMBRE DE 2010

dice “2”, al revés. Después lo complicamos diciendo al número 2, “derecha” o “izquierda”. En este caso además de buscar al compañero, tendrán que situarse en la posición señalada.

- La nariz del vecino: en corro y uno en el centro que es quien dirige el juego. Cuando el del centro dice “izquierda, todos tocan con la mano izquierda la punta de la nariz de su compañero de la izquierda. Cuando dice “derecha”, todos tocan con la mano derecha la punta de la nariz del compañero de la derecha. El que se equivoque pasa a dirigir el juego.

## 2. BIBLIOGRAFÍA

- Antón. (1984). La psicomotricidad en el parvulario. Barcelona: Laila.
- Alfieri, F. (1979). *A la escuela con el cuerpo*. Barcelona: Graó.
- Ramos, F. (1979). *Introducción a la práctica psicomotriz*. Barcelona: Toray-Masson.
- Ballesteros (1972). *El esquema corporal*. Madrid: TEA.
- Martínez López y Nuñez. (1978). *Psicomotricidad y educación*. Bilbao: Editorial Nuestra Cultura.

### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: Ana María Cañas Gutiérrez
- Centro, localidad, provincia: Rota (Cádiz)
- E-mail: anacg21@hotmail.com