

**PROPUESTA METODOLOGICA DE EJERCICIOS SENSORIALES Y
MOTORES PARA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL JARDIN
INFANTIL “MIS CHIQUILLOS CONTENTOS” DEL ICBF DE LA COMUNA 11
DE CALI.**

BRENDA VIVIANA SÁNCHEZ MORA

**UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
AREA DE EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
SANTIAGO DE CALI
2012**

**PROPUESTA METODOLOGICA DE EJERCICIOS SENSORIALES Y
MOTORES PARA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL JARDIN
INFANTIL “MIS CHIQUILLOS CONTENTOS” DEL ICBF DE LA COMUNA 11
DE CALI.**

BRENDA VIVIANA SÁNCHEZ MORA

**Trabajo de Grado Presentado como
Requisito para optar al título de
LICENCIADO EN EDUCACION FISICA Y DEPORTE**

**Director:
WALTER LARA
Magister en Educación**

**UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
AREA DE EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
SANTIAGO DE CALI
2012**

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Santiago De Cali (ABRIL DE 2012).

Este trabajo va dedicado, primeramente a Dios, quien me ha guiado y dado su amor, acompañamiento y sabiduría para emprender y culminar este esfuerzo.

A mi padre quien de alguna manera aportó para mi educación superior.

A mi madre de quien recibí un apoyo constante.

Y a mis hijos, Samuel y Mariana, quienes han compartido su tiempo para poder alcanzar éste gran logro.

AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar un especial agradecimiento a mi director de trabajo Mg. Walter Lara por su dedicación, apoyo, y amistad, al grupo de profesores del área de educación física y deporte de la Universidad del Valle que de una u otra manera colaboraron en mi formación profesional, a mis compañeros y amigos del programa académico de Licenciatura en Educación Física y Deporte que aportaron experiencias y sentimientos; gracias por sus palabras de apoyo; a mi empresa Comfandi, y por supuesto a mis Jefes Gloria Stella Henao y Clara Inés Vásquez, quienes me apoyaron mucho para la culminación de mi carrera.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCION.....	12
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	14
1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA.....	15
2. JUSTIFICACION.....	18
3. OBJETIVOS.....	20
3.1 OBJETIVO GENERAL.....	20
3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	20
4. MARCO REFERENCIAL.....	21
4.1 MARCO LEGAL.....	21
4.2 ALGUNOS ELEMENTOS DEL CONTEXTO INSTITUCIONAL, COMUNITARIO Y FAMILIAR.....	25
4.3 MARCO TEORICO.....	28
4.5 DEFINICION DE TÉRMINOS.....	50
5. MARCO METODOLOGICO.....	57
5.1 TIPO DE ESTUDIO.....	57
5.2 METODO.....	57
5.3 POBLACION.....	58
5.4 FUENTES DE INFORMACION.....	58
5.5 FASES OPERATIVAS DEL DISEÑO METODOLOGICO.....	59
6. GUIA DE ACTIVIDADES PEDAGOGICAS.....	62

6.1. GUIA DE ACTIVIDADES SENSORIALES PARA NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS.....	63
6.2. GUIA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS.....	85
7. SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA.....	101
8. CONCLUSIONES.....	103
9. RECOMENDACIONES.....	104
BIBLIOGRAFÍA.....	105
ANEXOS.....	106

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Conoces a Pedro.....	64
Tabla 2. Imaginando animales	65
Tabla 3. Mi cuerpo.....	66
Tabla 4. Localizando mi cuerpo	67
Tabla 5. Soplando bolas	68
Tabla 6. Resistiendo el aire	69
Tabla 7. Inflando mi abdomen	70
Tabla 8. Los olores	71
Tabla 9. Inflando globos	72
Tabla 10. Descargo mis hombros.....	73
Tabla 11. Pelotitas de papel.....	74
Tabla 12. Imaginándonos un cordón.....	75
Tabla 13. Mis manos.....	76
Tabla 14. Las tribus.....	77
Tabla 15. Los brazos congelados.....	78
Tabla 16. Manos congeladas.....	79
Tabla 17. Dibujando con mi cuerpo.....	80
Tabla 18. Dibujando con mi dedo.....	81
Tabla 19. Dibujando en el aire.....	82
Tabla 20. Percibiendo el cuerpo.....	83
Tabla 21. Girando mis brazos.....	84

Tabla 22. Marionetas.....	85
Tabla 23. La estatua.....	86
Tabla 24. Siguiendo el camino	87
Tabla 25. Bailarines de ballet.....	88
Tabla 26. De punticas.....	89
Tabla 27. Las momias.....	90
Tabla 28. Gusanitos bomberos.....	91
Tabla 29. Girando sobre mí	92
Tabla 30. La serpiente.....	93
Tabla 31. Los bebes.....	94
Tabla 32. Círculos imaginarios.....	95
Tabla 33. Cuidando el huevo.....	96
Tabla 34. Ubicando la moneda.....	97
Tabla 35. Girando las muñecas.....	98
Tabla 36 La pelota que estalla.....	99
Tabla 37. Los jinetes.....	100

LISTA DE TERMINOS

	Pág.
Capacidad Cognitiva.....	50
Capacidad De Movimiento.....	50
Conciencia Corporal.....	50
Control y Ajuste Postural.....	51
Cuerpo.....	51
Desarrollo Sensorial.....	51
El Equilibrio.....	52
Espacialidad.....	52
Esquema Corporal.....	52
Lateralidad.....	53
La Coordinación.....	53
Percepción.....	53
Respiración – Relajación.....	54
Sensación.....	54
Sensaciones Exteroceptivas.....	54
Sensaciones Interoceptivas.....	55
Sensaciones Propioceptivas.....	55
Temporalidad.....	55

LISTA DE ANEXOS.

	Pág.
Anexo A. Encuestas.....	108
A.1 Identificación.....	108
A.2. Preguntas.....	108
Anexo B. Encuestas.....	110
B.1 Identificación.....	110
B.2. Preguntas.....	110
Anexo C. Encuestas.....	112
C.1 Identificación.....	112
C.2. Preguntas.....	112
Anexo D. Encuestas.....	113
D.1 Identificación.....	113
D.2. Preguntas.....	113

RESUMEN

Este documento contiene las bases teóricas que sustentan cómo el movimiento aporta de manera significativa en el crecimiento y desarrollo armónico de niños y niñas de 2 a 5 años, a la vez se presenta una guía práctica de ejercicios sensoriales y motrices para que los docentes puedan implementarlo como herramienta pedagógica en el que hacer de la educación física en la primera infancia.

PALABRAS CLAVES: Ejercicios sensoriales, Ejercicios motrices, Motricidad infantil, Educación física para la primera infancia

INTRODUCCIÓN

El trabajo es un estudio de descriptivo - propositivo que se origina a partir del análisis de la labor docente en la clase de educación física del Jardín Infantil “Mis Chiquillos Contentos” que hace parte del hogar del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF ubicado en la Comuna 11 de la ciudad de Cali, donde se presenta una necesidad de aprender o recibir una herramienta metodológica para que ellas (docentes) puedan planear y aplicar los ejercicios correctos y adecuados a los niños entre 2 y 5 años en su jornada semanal de educación física.

Para ello se estableció una propuesta metodológica de ejercicios sensorios motores con esquema secuencial tanto en edad (2—5 años) como en contenidos temáticos (10 temas), que ayuden a las docentes en su ejercicio práctico de la clase de educación física del jardín infantil.

Se dispuso un procedimiento pedagógico que permita inicialmente familiarizar a los docentes del jardín con la guía metodológica donde de manera teórica, demostrativa, vivencial y practica, les permita reconocer los pormenores de los procedimientos que tendrán que enfrentar en cuanto temáticas, objetivos, contenidos, procedimientos y diferenciación en las edades para así posteriormente realizar su aplicación.

Esta guía es novedosa en el medio preescolar de jardines infantiles propuesto para los hogares del ICBF, que a su vez permitirá a las docentes poseer una herramienta practica que mejore su labor y alcance de objetivos; y que en algún momento sirviese de referencia para otros estudios o aplicativos en la educación preescolar.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La problemática de La Educación Física desde los diferentes contextos escolares, presenta dificultades puesto que, a pesar de que existen leyes que direccionan los programas, contenidos, metodologías inherentes al desarrollo adecuado de la educación psicomotriz, no se logra un aprovechamiento total de cada una de las particularidades de cada escolar, (períodos sensibles, edades, crecimiento y desarrollo) , por ejemplo, en algunas universidades, el deporte no es obligatorio dejando libre y opcional la posibilidad de desarrollar actividad física, en donde al no tener una base de educación física escolar se recurre a la reeducación sensorio motor, entendida como dice Pierre que son manifestaciones evidentes en dificultades que un sujeto tiene consigo mismo (VAYER , 1977:26).

En la secundaria, la educación física se ciñe exclusivamente a actividades deportivas una vez a la semana y donde es evidente el daño psicomotor que se tiene por la falta de estímulos adecuados;

En la escuela primaria, hay un solo docente que les dicta todas las materias y esto incluye la educación física, la cual por su generalidad y falta de especialidad no incitan de manera adecuada los periodos sensibles de su educación sensorial y motora.

Y que no hablar de la educación física en el preescolar, donde se enfoca esta propuesta, el cual, presenta la mayor dificultad desde la mirada de los docentes. Al no poseer conocimientos especiales sobre el tema por parte de ellos mismos, acrecienta la problemática, el ignorar que a esta edad se construyen los elementos decisorios de la base del desarrollo psicomotor (VAYER 1977: 9) de los futuros jóvenes las cuales son necesarias para el desenvolvimiento adecuado de las expresiones de la actividad física.

El crecimiento es un proceso de estructuración (VAYER 1977:17), donde su desarrollo psicomotor, sensorial y perceptivo, originan cambios en las estructuras del comportamiento; los docentes carecen de conocimientos en la especificidad de estos conceptos en relación a la educación física; sumado a esto, el no tener estrategias educativas, pocas herramientas psicopedagógicas, ausencia de programación en orientaciones metodológicas, etc. que les permitan potencializar el tiempo y los recursos técnicos para ofrecer a los niños en clase de educación física, da como resultado una formación discontinua, escasa de procesos, falta de estructuras y sin especificidad, dando al traste con la consecución de logros deseables para su formación.

En el contexto de la educación preescolar, se ha mejorado en los últimos años, entre tanto en el medio de la educación de los centros que el gobierno ofrece para suplir una necesidad del pueblo, conocidos como los Jardines Infantiles

del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF, la realidad sigue siendo esta y en ocasiones un poco más crítica.

Para El Hogar Infantil “Mis chiquillos Contentos” que se encuentra ubicado en zona urbana, en la caseta comunal del barrio La Fortaleza carrera 30 A # 29 - de la ciudad de Cali, predominando el sector de estrato socioeconómico tres (3); donde al hogar asisten actualmente 60 niños, los cuales están divididos por edades de 2, 3, 4 y 5 años, conformando grupos de 15 niños promedio, donde se les dicta la clase de educación física un día a la semana y contando con un solo profesor por grupo, la realidad vista es la descrita anteriormente.

De lo cual se resalta como el mayor problema para la clase de educación física lo encontrado en la formación de contenidos temáticos y metodologías utilizadas por parte de las docentes; quienes encuentran dificultades a la hora de planear y realizar los ejercicios, juegos y actividades en la sesión de educación física, donde tendrían que desarrollar la educación sensorio motor.

A pesar que la misión está clara para los docentes como hogar, que busca “el pleno desarrollo de la primera infancia y el bienestar de las familias de dicha localidad y su visión constituye en formar ciudadanos tolerantes, responsables y solidarios para una Colombia próspera y democrática”, hace falta información y reconocimiento de la importancia de la educación física, la adecuada orientación en las actividad deportiva para el desarrollo de la personalidad del

niño (VAYER 1977:12), la cual debieran tener en cuenta dentro de sus sesiones diarias, como método y como medio de enseñanza.

Enfocados en esta información, y después de conocer la importancia de trabajar adecuadamente la parte sensorial y motriz de los niños, los docentes del jardín infantil “mis chiquillos contentos”, ven la necesidad de tener un catálogo de cuentos, ejercicios, actividades y juegos que les permita a realizar una actividad física idónea para estos niños.

Ante estos hechos se hace necesario generar una guía que permita consultar y ejecutar adecuadamente juegos, ejercicios, actividades y cuentos, para estimular la educación sensorial y motora a los niños de 2 a 5 años pertenecientes al jardín infantil “Mis chiquillos contentos” del Bienestar Familiar de la comuna 11 de Cali.

2. JUSTIFICACION DE LA PROPUESTA

En la actualidad toma relevancia la educación sensorial y motora como parte de la formación integral de base de todo niño y junto con esta, las orientaciones, guías y propuestas metodológicas que conlleven al logro de estos objetivos. Entendido como de gran utilidad por los maestros, guías en la enseñanza - aprendizaje, de los cuales los niños obtendrán la mayor

información del medio que será canalizada a través de sus sentidos, logrando la elaboración de esquemas estructurales de índole cognitivo. Como dice VAYER (1977:14) esta educación, hace parte fundamental para el desarrollo del ser y es en la primera infancia donde ésta debe ser alimentada y estructurada de buenos estímulos para que se vea reflejada en adultos vivaces, con capacidad de adaptación y de responder adecuadamente ante las eventualidades del medio.

Las docentes del Jardín infantil “mis chiquillos contentos”, preocupados por dar una continuidad al trabajo que inició con la práctica profesional en el año 2008, de los estudiantes de educación física de la Universidad del Valle, donde se tuvo la oportunidad de trabajar con los niños durante 4 meses; pudieron apreciar, valorar y reconocer la importancia de la labor realizada con ellos. Una vez terminó esta práctica, ellos crean la inquietud de dejar un “legado” que les permitiera a docentes poseer una herramienta de trabajo acorde, fundamentada y recreativa, para incidir en la educación sensorial y motora de la población que manejan; conociendo esto, se genera esta propuesta de juegos, ejercicios, y/o cuentos, buscando respuesta a la necesidad de esta población en especial y a la vez contribuir en el mejoramiento de la labor educativa de las docentes; permitiendo una relación simbiótica de ganancia, para la población implícita en el problema.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Generar una propuesta metodológica de educación sensorial y motriz para niños de 2 a 5 años del hogar infantil “Mis Chiquillos Contentos”, que promueva una estimulación adecuada, que sirva como herramienta de apoyo a los docentes, para realizar las sesiones de educación física.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- .Indagar y conocer las teorías concernientes a la educación sensorial y motriz en niños de 2 a 5 años
- Construir una guía de ejercicios sensoriales y motores de acuerdo a las características de cada etapa, muy explicativa, con términos sencillos para un mayor entendimiento para las docentes.
- Socializar la guía metodológica en el jardín infantil “Mis chiquillos contentos”.

4. MARCO REFERENCIAL

4.1 MARCO LEGAL

Partiendo del derecho constitucional de 1991, capítulo II de los Derechos Sociales, económicos y culturales, artículo 44, donde menciona que: “Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión”, de acuerdo a las políticas de nuestra nación es responsabilidad de nuestro estado garantizar que la educación y la recreación como derecho fundamental , sean brindados de manera gratuita, oportuna y con la calidad que merecen los ciudadanos que en un futuro será quienes lleven las riendas de nuestra sociedad .

Basándose en la ley general de la educación, es preciso citar que en el título II capítulo I, sección I, donde define que la “educación preescolar corresponde a la ofrecida al niño para su desarrollo integral en los aspectos biológico, cognoscitivo, sicomotriz, socio-afectivo y espiritual, a través de experiencias de socialización pedagógicas y recreativas” y donde además se mencionan los objetivos que “son objetivos específicos del nivel preescolar:

a) El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía;

- b) El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de tal manera que facilite la motricidad, el aprestamiento y la motivación para la lecto-escritura y para las soluciones de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas;
- c) El desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje;
- d) La ubicación espacio-temporal y el ejercicio de la memoria;
- e) El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia;
- f) La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos;
- g) El estímulo a la curiosidad para observar y explorar el medio natural, familiar y social;
- h) El reconocimiento de su dimensión espiritual para fundamentar criterios de comportamiento;
- i) La vinculación de la familia y la comunidad al proceso educativo para mejorar la calidad de vida de los niños en su medio, y
- j) La formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud.” , objetivos que ciertamente apoya esta propuesta y que están contenidos en ella y que no contiene un fin diferente al de contribuir en la primera infancia de nuestro país.

Una de las referencias importantes de nuestra legislación y que soporta también el desarrollo integral de los niños es el código de la infancia y la adolescencia, en el capítulo II, artículo 29, define que la primera infancia es “la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo

cognitivo, emocional y social del ser humano. Comprende la franja poblacional que va de los cero (0) a los seis (6) años de edad. Desde la primera infancia, los niños y las niñas son sujetos titulares de los derechos reconocidos en los tratados internacionales, en la Constitución Política y en este Código”; En ese sentido, El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ha desarrollado diferentes modelos de atención a la Primera Infancia vinculando a la familia y a la comunidad , es así que en 1972 se crean los primeros centros comunitarios donde se ofrecen servicios educativos, preventivos, y promocionales con participación de la comunidad; también se crean los Centros de Atención Integral al Preescolar (CAIP); llamados también Hogares Infantiles. De ahí empezó a surgir todas aquellas estrategias que permitieran ampliar la cobertura en pro de fortalecer la participación de las familias y la comunidad, mejorando las condiciones de vida para el crecimiento y desarrollo armónico de los niños y niñas de los sectores más vulnerables de la sociedad.

Años después, en 1986 el Consejo Nacional de Política Económica y Social aprobó el “Plan de desarrollo de lucha contra la pobreza absoluta” para la generación de empleo y definió como uno de los programas específicos el de “Bienestar y Seguridad Social del Hogar”, mediante el proyecto Hogares Comunitarios de Bienestar (HCB); otorgando mayor importancia a la participación comunitaria para que ella misma identifique sus necesidades, monte y ejecute las acciones pertinentes , administrando y controlando los recursos destinados a ellas. Con esta modalidad de atención se aporta al desarrollo integral de los niños y las niñas en tanto que allí se les ofrece:

Alimentación, como componente primordial de su desarrollo; Protección y atención, que garantiza su integridad; Acompañamiento, mediante un Proyecto Pedagógico Educativo Comunitario, que tiene como fin “Enriquecer las formas espontáneas de crianza y educación de los niños, rescatar la capacidad de ser educador natural que tiene la familia y la comunidad, y construir un ambiente en el que las relaciones entre las personas sean de amor, solidaridad y de respeto mutuo, es decir, un espacio social donde la gente viva plenamente su humanidad”.

4.2 ALGUNOS ELEMENTOS DEL CONTEXTO INSTITUCIONAL, COMUNITARIO Y FAMILIAR

EL Hogar Infantil pertenece al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), entidad adscrita al Departamento Administrativo para la Prosperidad Social. Fue creado en 1968 dando respuesta a problemáticas, tales como la deficiencia nutricional, la desintegración e inestabilidad de la familia, la pérdida de valores y la niñez abandonada. El bienestar familiar cuenta con diversos programas de atención a la familia como: Primera infancia, Niñez y adolescencia, Familia y sociedad, Adulto Mayor, Etnias y poblaciones vulnerables. Dentro de estos se encuentra el Programa de Atención Integral a la Primera Infancia “PAIPI”; el cual se encarga de promover el desarrollo integral de los niños y niñas desde la gestación hasta los 6 años de edad; en este programa se ubica el Hogar Infantil mis chiquillos contentos.

En este contexto, en el año 2005 la Política Pública de Primera Infancia, en el marco del convenio celebrado entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, la UNICEF, y el Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano CINDE, aportan recomendaciones que tienen que ver con seguir brindando programas de atención a la primera Infancia entre otros. Dentro de estas recomendaciones esta el fortalecimiento a la labor educativa en los hogares; complementando los servicios de cuidado y nutrición el componente educativo. Lo que corresponde muy bien para lograr una atención integral a los niños y niñas menores de 5 años, ubicadas en zona rural o urbana marginales atendidas actualmente en hogares comunitarios.

Prosiguiendo con el tema, el ICBF distingue la modalidad de atención a la infancia dentro del entorno comunitario que se encarga de satisfacer las necesidades de nutrición y cuidado con un componente educativo El jardín infantil mis “chiquillos contentos” es uno de los 40 hogares comunitarios, de la comuna 11 de Cali donde se puede contar con los servicios que ofrece el ICBF; el estrato socioeconómico que predomina en esta comuna es el estrato 3 y cuenta con servicios, de alcantarillado, agua, energía , gas natural domiciliario, redes telefónicas y cables de red; este jardín atiende a niños entre los 2 y 5 años,

De manera general, se puede decir que los programas de atención educativa pretenden mejorar las condiciones físicas, la motricidad, las capacidades

afectivas y sociales, el desarrollo del lenguaje y las posibilidades de solucionar problemas de forma creativa, contribuyendo a que se logre una mejor preparación para la educación básica y produciendo un aumento de las probabilidades de ingreso oportuno al primer grado de primaria, fortaleciendo los aprendizajes, reduciendo la repetición de cursos, factores que llevan a la deserción temprana del sistema educativo; y acrecienta la proporción de jóvenes que culminan exitosamente sus estudio; para contribuir en esta atención, el programa de atención del jardín infantil “Mis chiquillos Contentos”, requiere de un documento que precise los temas a trabajar y qué tipo de tareas, ejercicios, juegos, y/o cuentos, son los más adecuados para su edad, documento que se referenciará en este trabajo.

En cuanto a la familia durante la infancia, es la que influye mayormente en el desarrollo del niño, donde él mismo depende de múltiples variables, como la edad de los padres, las manifestaciones de afecto entre ellos, cuantas personas residen con él, número de hermanos, nivel de escolaridad de los padres, nivel socioeconómico, etc...

La sociología ha tratado de determinar la influencia de todas estas variables sociodemográficas en el desarrollo del niño y en algunos estudios se concreta que es determinante en el desarrollo del niño, el nivel socioeconómico que poseen los padres, por esta y otras razones el estado debe propender por generar políticas , leyes, y acciones que permitan favorecer esta población vulnerable; los niños del jardín Infantil “Mis Chiquillos Contentos” se encuentra ubicado en un estrato tres (3), según la información suministrada por las docentes los niños que pertenecen a este jardín, en su mayoría son hijos de

padres jóvenes y separados , en varios casos hay niños que son criados por sus abuelos, quienes han asumido su rol de padres , por la misma juventud de sus hijos; a los padres del jardín se les reúne una (1) vez al mes en una franja llamada “Escuela De Padres” , actividad que es obligatoria y de no cumplir el niño en la clase próxima no podrá ir al jardín; con esto se pretende dar orientación acerca de los temas que se están trabajando con los niños, pero además se brindan pautas del que hacer en el hogar para el afianzamiento de los objetivos que se buscan con los niños; aparte de esto en este espacio se realizan intervenciones desde la parte lúdica, para el afianzamiento de las relaciones entre padres, abuelos e hijos.

4.3 MARCO TEORICO

Las asociaciones españolas de Psicomotricidad o Psicomotricistas han consensuado una definición acerca de este término: “Basado en una visión global de la persona, el término "psicomotricidad" integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial”. De acuerdo con los planteamientos por VAYER Pierre (1977: 10), la actividad sensoriomotriz, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad del ser humano.

Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico. Estas prácticas psicomotrices han de conducir a la formación, a la titulación y a los perfeccionamientos profesionales y constituir cada vez más el objeto de investigaciones científicas.

Del mismo modo, autores como G. Núñez y Fernández Vidal (1994: 87): Berruezo (1995:34): Muniáin (1997:44): De Lièvre y Staes (1992: 56); coinciden en que la psicomotricidad es un conjunto de técnicas o medios que influyen en el desarrollo de posibilidades motrices, expresivas y creativas del ser humano, que utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica en edades tempranas, tiende a que se obtengan seres humanos independientes, capaces de asumir roles dentro de una sociedad de manera más fácil que otras personas que no han tenido posibilidades de desarrollarse plenamente en su niñez.

Cada vez el profesorado de preescolar y el de educación especial es consciente del gran valor de la educación psicomotriz en la evolución personal y académica del niño; actualmente no existe duda de que un buen desarrollo psicomotriz durante la infancia es la base para un aprendizaje adecuado y que el grado de desarrollo en los primeros años de vida va a continuar en buena medida a lo largo de toda su existencia. (ARRIBAS 2001:9)

La motricidad influye de forma notable el psiquismo del individuo, hasta el punto de que el proceso intelectual depende de la madurez del sistema nervioso. Es decir, entre lo físico-fisiológico y lo intelectual existe una estrecha influencia. Desde los primeros momentos de su vida, el niño responde a estímulos del medio ambiente a través del movimiento. (CUENCA, F; RODAO, F. 1986: 23); es por esto que el juego dentro de la psicomotricidad ejerce un papel primario ya que los niños por naturaleza tienden a relacionarse más con el juego.

Se hace preciso recordar de manera general los beneficios que aporta el juego al desarrollo eficiente del niño: el juego en sí permite encontrar placer, la expresión de la personalidad, la libertad de expresar sus sentimientos, alegría, tristezas, y hasta enojos; por otro lado generalmente los juegos permiten situarse al niño dentro de un espacio y una esfera temporal diferente a la que normalmente ellos se desenvuelven, se establecen con mayor facilidad relaciones con otras personas; además de la integración del esquema corporal al ejecutar diferentes juegos el niño descubre sus posibilidades motrices y la de los demás.

Características biológicas del niño de 2 a 5 años

Para L. GONZALEZ (1225: 12), la educación psicomotriz en los niños debe sustentarse fundamentalmente sobre un conocimiento claro y concreto de sus características biológicas y psicomotrices, del cual dependerá el acierto o fracaso en la proposición de objetivos, en la elección de tareas de movimiento para cumplir con los mismos y en el planeamiento de las clases; por la especificidad del área remitiremos aspectos biológicos y psicomotrices, aunque en todo momento el niño debe ser observado como una totalidad en la que interjuegan los aspectos emocionales y cognitivos entre otros.

Entre los 2 y 5 años culmina la aparición de las llamadas formas básicas de movimiento: el niño adquiere un dominio elemental del lenguaje y la comunicación se enriquece con una mayor apertura al medio externo. (ARRIBAS 2001: 10). El niño puede entonces comenzar a resolver problemas de movimiento planteados con atención e intención, según se desprende de la observación y estudio de esta edad. Los años posteriores ofrecen un cambio pronunciado y riquísimo en posibilidades de desarrollar el potencial psicomotor.

Entre los cuatro y seis años el niño desarrolla la mayor parte de las técnicas básicas de movimiento que le permitirán constituir un amplio acervo motor y alcanzaron gran dominio de sí mismo, de su cuerpo en movimiento y de las relaciones espacio temporal es que le ayudarán en gran medida a enfrentar los

aprendizajes especiales de la escuela primaria (lectura, escritura, matemática,) en una tarea de mutuo apoyo entre las distintas áreas de la educación preescolar. (VAYER: 1977: 22).

Desde el nacimiento hasta aproximadamente los cuatro años, el crecimiento en longitud del tronco y extremidades predominan sobre el desarrollo transversal. A partir de los cuatro años, se producen crecimiento gradual en altura, tonificándose la musculatura y compensándose las desproporciones entre cabeza, tronco y extremidades, características de los primeros años. (ARRIBAS 2001:7). Hasta ese momento la diferencia entre mujeres y varones no son apreciables, pero deben ser considerados los factores hereditarios-sexuales y el biotipo familiar e inclusive el porcentaje de grasa, estos factores permiten encontrar diferencias físicas apreciables en niñas de una misma edad cronológica. Como es conocido el movimiento representa un factor estimulante el crecimiento y desarrollo armónico del cuerpo, pues favorece la liberación adecuada y suficiente de la hormona de crecimiento. Por otro lado, el peso en lo varones es generalmente más pesado que la mujer, lo cual condiciona en algunos aspectos la motricidad; sin embargo, alrededor de los cinco años ambos sexos se igualan en peso y altura, lo que se convierte en la representación homogénea en los grupos de esta edad.

Referido a este contexto, el desarrollo motor del niño de dos a cinco años sigue siendo rápido y variado, claro es siempre y cuando el crecimiento se dé en un

ambiente que le ofrezca la medida adecuada de estímulos de movimiento y posibilidades de reacción, así como educadores comprensivos que sepan orientar como es conveniente el sano afán de movimiento y actividad del niño.(GONZALEZ Lady ,GOMEZ Jorge, 1225: 17) Cabe destacar que la influencia del medio ambiente es precisamente en esta edad de mucha importancia para el desarrollo de las destrezas de movimiento del niño y para su capacidad de reacción motriz.

En condiciones propicias el niño alcanza hasta el final de la edad preescolar un estadio de desarrollo motor muy parecido al del adulto. Dispone de las formas básicas de la dinámica deportiva puede caminar, trepar, correr, saltar, lanzar, alcanzar y domina por lo general estos movimientos con buena coordinación, si bien en una forma que necesita ser perfeccionada.

Desde el punto de vista físico, el niño toma cada vez más las proporciones de un adulto; niños y niñas pierden el aspecto “regordete” de la etapa anterior y comienzan a tener una apariencia más atlética y estilizada de la niñez. A medida que se desarrollan los músculos abdominales se va perdiendo la forma redonda de esta zona, el tronco, los brazos y los pies crecen para hacerse más largos; la cabeza sigue siendo proporcionalmente grande pero conservando el principio cefalocaudal. Debe considerarse la gran influencia en el crecimiento y diferenciación que poseen las distintas glándulas endocrinas y sus correspondientes secreciones hormonales. En este periodo su incidencia es

capital y condiciona inclusive la formación del temperamento y la personalidad infantil. El movimiento debe utilizarse como agente de importancia para el estímulo secretorial de hormonas como la somatotropina, responsable directo del crecimiento.

Por otra parte, el equilibrio en medio interno infantil es sumamente delicado sobre todo en las etapas de crecimiento acelerado en que la energía orgánica se manifiesta en estos procesos, debilitándose en muchos casos las defensas ante las enfermedades de origen virósico.

En esa misma línea, se hace referencia a las características claves que permiten completar el perfil físico y motriz de las edades objeto de estudio. En consecuencia, las posibilidades de movimiento y las tareas que pueden y deben plantearse al niño. Cuando se habla sobre los distintos sistemas orgánicos y mencionamos el término diferenciación, o sea, la paulatina especificidad de cada tejido para cumplir funciones; cada sistema está perfectamente constituido como lo que aún no se ha definido en algunos casos es la funcionalidad total de cada tejido y la armonización de todos los sistemas para lograr respuestas óptimas. Este proceso es lento, progresivo y lleva años su culminación.

El sistema clave en este aspecto es el nervioso. Según (VAYER 1977: 9): “en los dos primeros años de la vida el aprendizaje motor está limitado por el grado de mielinización de las fibras nerviosas que en este periodo es

incompleta, en consecuencia a los tres años no se puede hablar de falta de mielinización de los nervios; este aspecto biológico está ya cumplido”. Los fenómenos cerebrales, el surgimiento progresivo de las funciones superiores (habla, representación mental, subjetividad) están implicados totalmente con todo el fenómeno sensoriomotor, en tal grado que se condicionan y enriquecen mutuamente.

Es interesante en este sentido estudiar y categorizar las posibilidades motrices que el niño posee como regla general en las diferentes edades, de esta manera podrán determinarse con precisión los objetivos que persigue la educación física en esta categoría y las actividades que deben realizarse como estímulo motriz. El educador debe tener el conocimiento más completo y más preciso posible de las etapas de desarrollo del niño, debe ser también capaz de situarse en la complejidad de los estadios o periodos. (GONZALEZ Lady, GOMEZ Jorge 1225:15)

Desarrollo del niño

“la personalidad del niño es el resultado de un crecimiento lento y gradual; su sistema nervioso llega a la madurez por etapas y secuencias naturales” dice VAYER, es “la síntesis de las diferentes funciones estrechamente relacionadas con un objetivo final de adaptación y avance”, añade ARRIBAS 2001:10. La finalidad de la educación será, por lo tanto, la de guiar y favorecer este

crecimiento y adaptación en el niño considerado normal y reconstituir las etapas que desarrollo saltadas o perdidas en el niño inadaptado.

Azemar (1974:18) a lo largo de un gran número de publicaciones ha ido exponiendo cómo es el desarrollo motor infantil y aplicando las consideraciones pedagógicas oportunas para cada etapa. Para éste investigador, el desarrollo motor atraviesa dos grandes etapas: Holocinesias que es una etapa que abarca desde el nacimiento hasta los cinco años. En esta, el ensayo-error es un medio de aprender que provocará consecuencia estimulando al niño a moverse más. Lo importante aquí no es cómo realiza las acciones, si no las consecuencias que éstas provocan. En esta etapa es importante trabajar las habilidades motrices básicas tales como locomoción, equilibrio, manipulación de objetos, entre otras capacidades. A lo largo de este tiempo seguirán definiendo las acciones motrices y se realizarán de forma más consciente y controlada.

Seguida a esta etapa, a los seis años se inicia la de Idiocinesias, en esta al niño le importa tanto los efectos de las acciones como las acciones mismas. Les gusta refinar más sus movimientos y realizarlos con mayor precisión. La mejora de los comportamientos motores se debe al desarrollo del córtex que le permitirá realizar movimientos voluntarios mucho más coordinados, así como aprendizajes motores más complejos. La función lúdica será importante en esta etapa para seguir perfeccionando las conductas motrices.

Por otro lado, para Ajuriaguerra (1978:20) existen tres grandes fases por las que atraviesa el desarrollo motor infantil y esta progresión es fruto del desarrollo del sistema nervioso central. Las etapas consisten primeramente en la organización del esqueleto motor que es la fase donde se va estructurando la motricidad del niño es un período importante para el tono muscular y la propioceptividad. La desaparición de los reflejos para dar paso a la motricidad voluntaria o a la segunda fase que es la organización del plano motor donde se observa una mayor coordinación referente a los movimientos coordinados. Por último, se diferencia la fase de movimientos automáticos percibiendo una mayor coordinación entre el tono y la motricidad; es decir, se ajusta el tono muscular al movimiento. Esto permitirá al niño que realice tareas motrices más adecuadas al medio.

Dentro de esta línea de descripción y con el afán de comprender las circunstancias que rodean al niño es interesante traer a colación los diversos modos en el que el crecimiento y desarrollo ha sido abordado. Por tanto, sería inevitable mencionar las teorías de S. FREUD desde su enfoque psicoanalítico este autor expone que el niño tiende a expulsar de su yo todo lo que puede ser desagradable y a formar un yo puramente hedónico (búsqueda de la satisfacción) al que se opone el mundo exterior. Esta búsqueda de la satisfacción está relacionada con la sexualidad inconsciente. Los límites de ese yo primitivo son rectificadas por la experiencia y progresivamente el yo se desprende del mundo exterior.

Para la escuela Freudiana la evolución de la sexualidad infantil pasa por diferentes estadios. Estadio oral manifestado por la succión precoz que tiende a ejercerse en sí misma en ausencia de su estimulante específico sobre otros objetos o regiones del cuerpo convirtiéndose en zonas erógenas; es decir, generatrices del placer. Estadio anal, al parecer la actividad de la zona anal al igual que la de la boca la hace proclive a situar la sensibilidad sobre otra función fisiológica; en ocasiones la zona anal puede ser teatro de agresiones corporales. En el estadio fálico se observa la exploración del mundo y la identificación progresiva de la imagen de sí mismo, aparecen la diferenciación de los sexos, el terror de la castración, el desarrollo del complejo de Edipo (preferencia por el progenitor del sexo opuesto).

Acerca de la sexualidad infantil pueden existir muchas contradicciones o teorías, no obstante se debe reconocer un gran mérito al psicoanálisis y es el de haber insistido en la importancia de los choques, en especial los afectivos, en el curso de la primer infancia. Estos factores afectivos del desarrollo han sido puestos de relieve por R. A. SPITZ que se ha esforzado en verificar, por medio de la observación del comportamiento, los hechos a veces contradictorios con la hipótesis de los psicoanalistas.

Desde el enfoque global y psicobiológico de H. Wallon 178:23 ha individualizado a partir de la patología los tipos psicomotores, llegando así a

precisar los estadios esenciales de la evolución del niño. Estadio de impulsibilidad motriz, contemporánea al nacimiento los actos son simples descargas de reflejos o de automatismos. Estadio emotivo, las primeras emociones se manifiestan por el tono muscular y función postural. Las situaciones se reconocen por la agitación que producen. Estadio sensorio motor, que es la coordinación mutua de las diversas percepciones (andar, formación del lenguaje.). Estadio proyectivo, que es la aparición de la movilidad intencional dirigida hacia un objeto. Por último, el estadio del personalismo, ubicando la conciencia y posterior afirmación y utilización del yo. Asimismo, J. PIAGET Y ACEVEDO 1970:23 ha observado ampliamente desde un enfoque analítico y psicogenético el desarrollo de los niños pequeños, anotando cuidadosamente las manifestaciones sucesivas de dicho desarrollo.

Para este autor, el desarrollo corresponde a expensas del medio por asimilación de los elementos que en él se encuentra. Al igual los esquemas motores o unidades funcionales están en permanente conflicto con las circunstancias externas que expresan su crecimiento y transformaciones, ya que no existe asimilación sin adaptación simultánea.

También se halla una coincidencia entre la actividad física y la actividad biológica; en otros términos, hay una continuidad funcional entre la actividad sensoriomotriz y la representación, orientando dicha continuidad a la constitución de las sucesivas estructuras. Ciertos autores han creído ver una

divergencia entre los conceptos de WALLON y los de PIAGET, por ende, consecuencias en la aplicación de la educación de niños pequeños.

En realidad todos los métodos o enfoques son complementarios. Por un lado, WALLON 1968:24 insiste especialmente en la incorporación gradual de los niños a la vida social organizada por el adulto. Mientras, PIAGET remarca los aspectos espontáneos y relativamente autónomos del desarrollo de las estructuras intelectuales. Por su lado, Respondiendo a esas observaciones Piaget sostiene que "la psicología de Wallon ha terminado por ser más complementarias que antagonistas, puesto que su análisis del pensamiento pone en relieve especialmente los aspectos figurativos".

Dentro de este marco ha de considerarse también el método descriptivo de A. Gesell: 1975, "El crecimiento es un proceso de estructuración en las células nerviosas, originando los correspondientes cambios en las estructuras del comportamiento". Es decir, el niño no nace con su sistema de percepciones listo, sino que se deben desarrollar y lo hace con la experiencia y la creciente madurez de las células sensoriales, motrices y coordinativas, etc., las emociones crecen y maduran al unísono con las percepciones, los juicios, y los conceptos. Este autor insiste en el hecho de que el niño se desarrolla como un todo. "su personalidad no es más que una red organizada y reorganizada de estructuras del comportamiento, en especial del comportamiento personal y social"

La organización de dicho comportamiento viene estrechamente ligada a la maduración nerviosa y empiezan mucho antes del nacimiento. Las diversas esferas de comportamiento se desarrollan conjuntamente y en íntima colaboración. De la misma forma, GESELL 1975:24 distingue cuatro esferas tales como: Comportamiento motor que se refiere a la postura, locomoción, prensión y conjuntos posturales. Comportamiento de adaptación que es la capacidad de percepción de los elementos significativos en una situación y utilizar la experiencia presente y pasada para adaptarse a nuevas situaciones. El comportamiento verbal que son todas las formas de comunicación y comprensión de los gestos, sonidos y palabras.

Finalmente, el comportamiento social que se representa mediante las reacciones personales ante las demás personas y la cultura social. Concluyendo que, el niño se convierte en un ser social de una manera gradual haciéndose poco a poco sensible e insensible a los diversos hitos de la vida de grupo. Sin embargo, Se le ha reprochado a este autor particularmente por parte de los psicoanalistas, su enfoque descriptivo y sus tendencias excesivamente behavioristas, la infraestimación de los factores afectivos (relaciones madre-niño). Conviene tener presente que sus indicaciones sobre el desarrollo son unos cuadros de referencia y de ningún modo datos inmutables.

Características Psicomotrices del Niño De 2 a 5 Años

En este apartado, se pretenderá describir todas aquellas características psicomotrices que se presenta en cada edad desde los dos a los cinco años. De ese modo, ofrecer un acercamiento que permita caracterizar y entender la población objeto de estudio (GONZALEZ Lady, GOMEZ Jorge 1225: 20)

La etapa de los dos años: El presenta un adecuado control de la postura vertical, equilibrio y seguridad en sus desplazamientos, aunque perduran cierta rigidez en las piernas, sobre todo el correr, y tiene dificultades para cambiar de dirección o detenerse bruscamente. Puede subir escalones con algunos condicionamientos (debe juntar los pies en cada escalón). Es capaz de saltar en profundidad (primera conducta de salto observable). Arroja objetos en dirección con una y dos manos. Levanta y empuja elementos y pequeños aparatos.

Según RIGAL 2006:32: “cierta distribución de su ambiente físico sirven como estímulo infalible para su actividad. Las escaleras o barrotes le incitan a subirlos, las rampas lo invitan a seguir las sobre los pies o sobre las manos y rodillas, las aberturas lo traen invariablemente a sus profundidades y la vista de un túnel asegura una pronta travesía desde la entrada a la salida y viceversa, y así sucesivamente. Los objetos en movimiento le atraen más que los fijos, sus movimientos son lentos, muchas veces inseguros, aún los elementales cuando

la situación difiere un tanto de lo habitual. Sin embargo, aquellos que han repetido y realizan cotidianamente (andar en triciclo por ejemplo) puede asombrar por la velocidad y precisión con que lo ejecutan.

A los tres años: Concretan una etapa de maduración nerviosa; es un estadio relativamente estable luego del importante proceso evolutivo que transcurre entre el primer y segundo año de vida. Se establecen coordinaciones globales importantes desde el punto de vista motor; podrán realizar la mayoría de las formas elementales de movimiento. Corren con relativa fluidez, se detienen, cambian de velocidad y de ritmo. Las escaleras ya no ofrecen dificultades, sube alternando sus pies y salta en profundidad flexionando las piernas para no caer.

Pueden utilizar una carrera de impulso para saltar hacia adelante, aunque por lo general interrumpen la secuencia del movimiento ante el obstáculo. Arrojan un objeto hacia adelante con dirección, aunque sin control del momento de lanzar. Pueden recibir una pelota que rueda por el suelo, patean una pelota con fuerza y dirección con la punta del día más hábil. Manejan un triciclo con gran habilidad. Ya se han definido en el niño normal el brazo, mano y pierna más hábiles, desde el punto de vista práctico. A pesar de esto, sus movimientos son aún lentos y aparentemente pesados conmemoran en el tiempo de reacción a los estímulos. Gesell, dice: " un niño de tres años es capaz de insistir en un modo motor no adaptativo a diferencia el niño de cuatro años, que lo modifica para adaptarlo a las necesidades del problema que se le plantea" (importante característica para tener en cuenta en la conducción de actividades). Emplean

más energía de la necesaria en sus movimientos y su actividad es más independiente; es capaz de superar su turno adaptándose a las tareas grupales aunque no puede persistir mucho tiempo en éstas.

Mientras que a los cuatro años: Se muestran más seguros en su actividad motora. El perfil de postura es bastante satisfactorio. El desarrollo de los sistemas equilibradores y el ajuste óseo-muscular articular es más avanzado. El dominio de la periferia mejora progresivamente, sobre todo en los movimientos alejados del cuerpo, presentando en consecuencia una mayor soltura en toda la esfera motriz.

Son capaces de jugar en pareja, pero tienen grandes dificultades en la integración de grupos para la realización de actividades conjuntas de larga duración o con reglas complejas. Corren con buen ritmo aunque sin dominar los brazos en su acción compensadora, esquivan y cambian de dirección en espacios amplios. Normalmente pueden correr alrededor de 50 a 80 metros sin pausa y con mediana intensidad. Saltan en profundidad de alturas hasta de un metro con cierta dificultad para equilibrar la caída. Son capaces de correr y saltar como una unidad motriz, sobre todo hacia adelante y con un paso alargado. Pueden sortear pequeños obstáculos sucesivos de 10 a 20 centímetros de altura, pero bien distanciados entre sí. Arrojan con dirección y puntería dominando varias formas básicas para hacerlo: con una mano sobre el hombro; con una mano de abajo y con dos manos de arriba y de abajo. Intentan aprender a picar la pelota y lograr hacerlo sin seguridad y continuidad. Pueden atajar una pelota grande y liviana, que se le arroje desde cerca. Trepan

tempranamente a cuánto aparato o construcción encuentran; se cuelgan y balancean por breves lapsos. Realizan el rollo adelante y pueden apoyarse sobre sus manos e intentar un remedo de vertical.

Posteriormente, a los cinco años: Es una etapa de consolidación motriz; se produce una meseta, una reorganización y clarificación motoras con un caudal de nuevas experiencias y posibilidades de movimiento muy superior a las edades anteriores. El niño de cinco años es exacto y preciso, busca la buena forma del movimiento, le interesa dominar racionalmente cuerpo y sus movimientos a pesar de la globalidad y sencillez de estos. Su sistema nervioso presenta un equilibrio y maduración notables que en total relación con su desarrollo intelectual le permiten relacionarse adecuadamente con su medio y dominarlo en forma concreta y realista. El movimiento es económico y eficaz y combina distintas formas básicas y destrezas, siempre que hayan sido incorporadas con anterioridad. Corre a buena velocidad y con técnica apropiada; esquiva y cambia dirección bruscamente; es capaz de esperar y reaccionar con prontitud cuando se debe eludir a un perseguidor; se orienta con rapidez en el espacio. Coordina bien su salto con carrera previa, tanto el largo como en alto, aunque no domina técnicamente sus brazos y los movimientos compensatorios. Lanza con puntería y regular potencia.

Puede recibir una pelota grande en sus manos con relativa seguridad. Es capaz de acoplar una recepción con un envío inmediato, inclusive puede

combinar la carrera con el lanzamiento a pesar de la poca eficacia de la culminación del gesto: generalmente se detiene antes de lanzar o lo hace indiscriminadamente mientras corre sin posibilidad de transmitir el impulso correctamente. Está preparado para integrarse en juegos grupales de carácter masivo e inclusive, si el proceso de enseñanza aprendizaje ha sido progresivo en las edades anteriores, puede participar en juegos de reglas simples, con dos o más consignas. Reacciona eficientemente ante las distintas fases y situaciones del juego. Desde el punto de vista psicomotriz, es muy importante entender, analizar y enumerar las conductas motrices observables sino también estudiar las características de la percepción infantil y de la estructuración a nivel nervioso superior, del espacio, el tiempo, los objetos y su propio cuerpo, lo cual condiciona en gran medida la psicomotricidad del niño.

La motricidad en el desarrollo y el comportamiento del niño

Autores como Pierre Vayer (1977:27), Rigal (2006:32), Arribas (2001:11), coinciden en reconocer que el ejercicio físico reviste importancia extraordinaria en el desarrollo corporal, mental y emocional del niño.

Dentro del aspecto del desarrollo corporal el ejercicio físico estimula la respiración y la circulación de tal manera que las células se nutren mejor y eliminan más eficazmente su detritus. Contribuyendo a fortalecer los huesos, músculos y sistemas cardiopulmonares. En el plano mental el ejercicio físico

facilita un buen control motor permitiendo al niño explorar el mundo exterior aportándole experiencias concretas sobre las que se construyen las nociones básicas para su desarrollo intelectual. Gracias a la exploración desarrolla en el niño la conciencia de sí mismo y el mundo exterior. En el control emocional el niño está dotado de todas sus posibilidades para moverse y descubrir el mundo es normalmente un niño feliz y bien adaptado. Las habilidades motrices le ayudan asimismo en la conquista de su independencia, en sus juegos y en su adaptación social.

En actividad corporal hay efectivamente dos aspectos complementarios el aspecto funcional, único utilizado por la educación física y el desarrollo del yo y la organización progresiva del conocimiento del mundo a través de la acción de ese yo corporal. Estos dos aspectos son absolutamente inseparables en la primera infancia del niño aún más en las etapas posteriores del desarrollo siendo necesario pensar en términos de unidad y globalidad de la persona.

Para Vayer P 1977:22 “el niño percibe ese mundo exterior a través de su cuerpo a la vez que, también con su cuerpo, entre en relación con el mundo todas las formas de relación, y el conocimiento es un aspecto de la relación, están ligados a la acción corporal”. Según Le Boulch J. “el objetivo central de la educación por el movimiento es aportar una ayuda al desarrollo psicomotor del niño, del cual dependen en cierta parte la evolución de su personalidad y su éxito escolar, teniendo en cuenta sus aptitudes particulares”. Afirma Rubiano

D, “se considera que la motricidad es importante desde diferentes puntos de vista. A través de los estudios de caso se podrá observar que la motricidad es la base del aprendizaje, de la afectividad y del desarrollo intelectual”.

4.4 DEFINICION DE TÉRMINOS

CAPACIDAD COGNITIVA: Oña (1994: 44) lo define como desarrollo de la lógica motriz potenciado en el niño mediante la opción de que tome las decisiones pertinentes en cuanto a su accionar motriz. El modelo del procesamiento de la información y su estructura básica de funcionamiento comienza con la llegada de los estímulos los cuales dan la información a los sentidos, es en este momento cuando comienza el proceso que terminará con la respuesta motora.

CAPACIDAD DE MOVIMIENTO: Según Conde y Viciano (1977:62) la capacidad de movimiento es evolutiva y va de menor a mayor grado de complejidad. De este modo muestran en su orden ascendente dentro de esta evolución los reflejos, las cualidades físicas básicas, fuerza velocidad, resistencia flexibilidad, capacidad física energética, agilidad, respuesta motriz óptima.

CONCIENCIA CORPORAL: Wallón, Schilder, Ajuria Guerra, Pic y Vayer (1979:23) definen como conciencia corporal a la relación del individuo con el medio que ayuda a que tome conciencia de la totalidad de su cuerpo y su alcance motor, Le Bouch describe como el medio fundamental para cambiar y

modificar las respuestas emocionales y motoras. Dentro de la conciencia corporal.

CONTROL Y AJUSTE POSTURAL. La Pierre (1978:41) explica este elemento como cuando en la realización del gesto motriz, se está imprimiendo movimiento a una determinada postura. La eficacia del acto motor resultante dependerá sin duda de lo equilibrada y económica que sea la postura de base a lo que añade que una buena educación llevará de algún modo a Conocer las partes del cuerpo, poder mantener una postura equilibrada y esto dará como resultado un movimiento más eficaz, también a tomar conciencia de las diferentes posiciones corporales, evitar con ello, una dispersión de las fuerzas motrices a mejorar el equilibrio corporal con posturas económicas.

CUERPO: Le Bouch (1981:6) toma y los describe como base para el desarrollo de la capacidad perceptiva motora del niño en desarrollo y esta la relaciona con la conciencia corporal, espacialidad y temporalidad dándole gran importancia para tener un desarrollo óptimo del movimiento y sus implicaciones. A continuación describimos cada una.

DESARROLLO SENSORIAL: Son los procesos por los cuales el niño va a desarrollarse en todos sus aspectos, creando la base para posteriores desarrollos. El desarrollo sensorial va a constituir los canales por donde el niño recibe la información de su entorno (los colores, las formas, olores, sabores, sonidos, etc.), y de su propio cuerpo (sensaciones de hambre, frío, posiciones del cuerpo en el espacio)

EL EQUILIBRIO: Según nos dice VAYER, (1977:16) el equilibrio es un aspecto de la educación del esquema corporal porque condiciona las actividades de la persona frente al mundo exterior. LE BOUCH lo define diciendo que es la función que asegura el mantenimiento y restablecimiento de la postura en movimiento y en reposo, mediante la distribución del tono muscular.

ESPACIALIDAD. Se define, según Castañer y Camerino (1981:36) como el dominio del espacio en donde se observa y de los estímulos que se reciben de él. La espacialidad debe responder primeramente a una orientación y estructura espacial que permite la organización del espacio antecedido del movimiento, predisponiendo la ubicación del cuerpo con relación a los objetos que a su alrededor se encuentran; también responde a una estructuración del espacio que da a entender la relación de proximidad, lejanía y de formas, tamaños y conformaciones de los objetos y espacios por último la organización del espacio que permite el uso adecuado y uniforme del espacio al cual se tiene acceso

ESQUEMA CORPORAL. Le BouchLo define como la intuición global o conocimiento inmediato del propio cuerpo, sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que nos rodean, este conocimiento se elabora a partir de sensaciones que pueden ser propioceptivas, las define como aquellas que vienen de los músculos, tendones y articulaciones, informando sobre la contracción o relajación del cuerpo, interoceptivas las

cuales aportan datos sobre el estado de las vísceras y por último describe las sensaciones exteroceptivas como aquellas las cuales actúan sobre la superficie corporal –táctiles, cenestésicas– y nos informan sobre los objetos exteriores.

LATERALIDAD: La lateralidad es el proceso que lleva a la preferencia en la utilización de una de las partes simétricas del cuerpo, pueden definirse como el conjunto de predominancias particulares de una u otra de las diferentes partes simétricas del cuerpo a nivel de las manos, pies, ojos y oídos. BOLAÑOS, D (2010:35)

LA COORDINACIÓN: La coordinación es el dominio de la mecánica total del cuerpo para la realización de los movimientos y acciones concretas, que permite al cuerpo dar una respuesta eficaz a todo tipo de tareas que se presenten.

LA PERCEPCIÓN: Incluye la interpretación de esas sensaciones, dándoles significado y organización (Matlin y Foley 1996:48). La organización, interpretación, análisis e integración de los estímulos, implica la actividad no sólo de nuestros órganos sensoriales, sino también de nuestro cerebro (Feldman, 1999). Para esto sirve la percepción, para poner el organismo en relación con el entorno más cercano y seleccionar aquellos estímulos que sean más importantes.

RESPIRACIÓN – RELAJACIÓN. Comellas y Perpinya (1987:19) definen la respiración como el elemento que permite la función automática mediante la

cual los centros respiratorios asimilan el oxígeno del aire para la nutrición de los tejidos y la relajación como la capacidad de producir el relajamiento de la tensión de los músculos para la obtención de reposo con la ayuda de ejercicios adecuados.

SENSACIÓN: La sensación se refiere a experiencias inmediatas básicas, generadas por estímulos aislados simples (Matlin y Foley 1996:38). La sensación también se define en términos de la respuesta de los órganos de los sentidos frente a un estímulo (Feldman, 1999:25). Por la sensación conocemos las cualidades y características del objeto. Tanto los animales como los hombres se interesan y prestan atención a los rasgos del entorno que pueden tener consecuencias para ellos.

SENSACIONES EXTEROCEPTIVAS: Son las que nos aportan información sobre el mundo exterior. Pueden ser por contacto (se requiere la aplicación directa del órgano receptor sobre la superficie del estímulo, es el caso del tacto y del gusto), o a distancia (los estímulos actúan sobre los órganos de los sentidos a través de un espacio. Es el caso del olfato, del oído y de la vista.) Importante es considerar la interacción que se da entre las sensaciones, es decir, los órganos de los sentidos no funcionan aisladamente. Así ante la audición de un sonido fuerte, hay una búsqueda visual. Las experiencias con los objetos implican varios sentidos (se observa, se toca, se huele.).

SENSACIONES INTEROCEPTIVAS: Son las señales que llegan del medio interno del organismo. Tienen gran importancia ya que son fundamentales en la

regulación de los procesos metabólicos. Las sensaciones interoceptivas suscitan un comportamiento orientado a satisfacer o eliminar estados de tensión. (Ej.: Sensación de hambre, respiración.)

SENSACIONES PROPIOCEPTIVAS: Son las que aportan información sobre la situación del cuerpo en el espacio. Los datos provienen de las terminaciones nerviosas: músculos, articulaciones y tendones. Están relacionadas con el movimiento y la postura. (Ej.: sensación de contracción muscular al hacer ejercicio.)

TEMPORALIDAD. Se define como la conciencia de la realidad que existe entre los hechos que suceden dentro de la temporalidad se evidencia una estructuración que se da por la secuencialidad como por el orden y la duración de tales hechos, también es necesario adquirir una orientación temporal que ayuda a adquirir los conceptos básicos en el conocimiento de las formas de medir el tiempo a lo que se le añade la organización temporal que hace que podamos dar una distribución secuencial de dichos hechos en el tiempo que deben de ir enmarcados.

5. MARCO METODOLOGICO

5.1 TIPO DE ESTUDIO

El estudio es descriptivo, que se observa la situación que se presenta en la población tanto de docentes como los niños del Jardín Infantil Mis Chiquillos Contentos.

5.2 MÉTODO

El método utilizado para esta propuesta es de tipo teórico, donde se argumenta la importancia de la psicomotricidad del niño de 2 a 5 años, es de observación, porque se analiza las particularidades de la población para el logro o solución de un problema con un método deductivo.

5.3 POBLACIÓN

Se trabaja con la totalidad de las docentes, es decir, las cuatro maestras del Jardín Infantil “Mis Chiquillos Contentos”, que intervienen en el proceso de enseñanza- aprendizaje de los niños de 2 a 5 años; cada una de ellas trabaja con grupo de 15 niños por edades, es decir, cada una de ellas tiene 15 niños a cargo.

5.4 FUENTES DE INFORMACIÓN

Información primaria: La primera parte de la información estará orientada en la observación directa y vivencias recogidas por la práctica realizada en la institución educativa. Adicional a esto se tendrá en cuenta la opinión y reflexiones en las conversaciones de tipo informal donde se recoge las expectativas e inquietudes de las docentes frente a la realidad vivida con su labor de educación en los aspectos motores y sensoriales de su sesión de clase que dictan los días viernes en la jornada mencionada.

Información secundaria: Se realiza la consulta bibliográfica y autores referentes de los temas de psicomotricidad, educación sensorial, educación motora, propuesta metodológica, desarrollo del niño, labor docente, las cuales todas hacen parte del planteamiento, marco teórico, metodología y propuesta del documento.

5.5 FASES OPERATIVAS DEL DISEÑO METODOLÓGICO

A continuación definiremos las fases del estudio de manera secuencial

FASE1: Revisión: Se documenta bibliográficamente todos los referentes y autores de las temáticas estudiadas para el caso.

FASE 2: Observación: Aprovechando la práctica profesional donde se estuvo 4 meses dictando y compartiendo las clases con las docentes del Jardín Infantil, se diagnosticó directa e indirectamente la realidad que sirvió para definir los términos de la propuesta.

FASE 3: Generación de la propuesta: Ubicando los componentes de la misma, donde se orientaría inicialmente a las docentes del Jardín infantil se propone una etapa de familiarización donde incluirá elementos conceptuales, vivenciales y prácticos para la definición y ajuste final de la propuesta. Teniendo como elementos complementarios la propuesta definida en términos de objetivos a buscar en relación a contenidos y edad a intervenir.

FASE 4: Familiarización de la propuesta: con las docentes del jardín Infantil “Mis Chiquillos Contentos”, se realizan dos jornadas de capacitación, donde se trabajan dos viernes y en cada jornada se trabaja 2 horas en un tiempo extracurricular.

En la primera fecha se realiza un taller de lectura, donde cada una de las docentes, realiza la lectura y a partir de ella, se esclarecen las dudas y se familiarizan con términos y sus significados, todo esto se realiza para la unificación de criterios; una vez terminado esto en la misma sesión se realiza un taller demostrativo y explicativo, donde se les dirige diferentes actividades donde se ve involucrado la ejercitación, el juego, y/o cuentos motrices y sensoriales, para que ellas tengan la oportunidad de ver y aprender, como se

puede aplicar la herramienta en el campo de trabajo con los niños, también se aclaran dudas frente a algunas actividades.

En la segunda fecha se inicia con un taller vivencial donde cada una de ellas debe escoger dos elementos de la guía para realizarla con el resto de docentes, se realiza una autoevaluación y aclaración de dudas; finalizando la jornada se realiza un taller practico donde una vez mas cada docente escoge 1 juego y deben ejecutarlo con 15 niños que fueron citados para tal fin. Se realiza evaluación y se culmina con la capacitación.

FASE 5: Aplicación de la propuesta: Durante un periodo de 4 meses se establecieron parámetros de feedback donde se determinan la planeación y ejecución de las actividades para cada grupo, obteniendo resultados favorables en la dinámica, aceptación, motivación y reconocimientos de los avances metodológicos, instructivos y pedagógicos de la enseñanza.

FASE 6 : Conclusiones y recomendaciones: Se presentan las metas alcanzadas en relación a los objetivos propuestos como familiarización y propuesta, las cuales sugieren en la práctica elementos pedagógicos consecuentes a la proyección de la entidad educativa.

FASE 7: Elaboración del informe final: Como resultado final se elaborara el respectivo informe como propuesta metodológica que sirva para los docentes del Jardín Infantil en la enseñanza de su clase de Educación Física.

6. GUIA DE ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

Realizando un análisis a trabajos y propuestas donde se hace referencia a la importancia de la educación psicomotriz del niño, se coincide en los argumentos de tipo científico, donde evidentemente se comprueba, toda la relevancia de estimular de manera adecuada en éstas edades (2- 5 años) , para lograr un óptimo desarrollo del ser humano, cabe anotar que si bien, en algunos trabajos se concentran más en ésta parte , solo unos pocos brindan ejercicios y actividades para realizar con los niños, si bien es cierto , los libros observados de autores tan importantes en este tema como VAYER, LE BOUCH, AJURIAGUERRA, nos brindan toda la base , del porqué y para que educar la psicomotricidad en el niño, también nos ofrecen ejercicios y juegos con términos definidos, técnicos que son muy entendibles dentro del campo de la educación física , también se encuentran términos muy particulares de acuerdo al origen de cada autor; detectando esto, en nuestra guía se ha propendido por elaborar series de juegos, ejercicios, o canciones, muy particulares de nuestra cultura, adaptando los términos de manera sencilla, de tal forma que pueda ser entendida fácilmente por las docentes vinculadas a ésta propuesta.

6.1. GUÍA DE ACTIVIDADES SENSORIALES PARA NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS

Esta guía hace referencia a las actividades motoras y sensoriales a realizar con los niños de acuerdo a sus edades, en ellas se verán abordadas diferentes temáticas (Conciencia, Respiración, Relajación o Dialogo Tónico, Equilibrio, Coordinación Dinámica General, Manual, Viso manual y Espacio Temporal) que desde el punto de vista motriz y sensorial deben trabajarse desde la primera infancia. El contenido de juegos, ejercicios y/o cuentos se encuentra organizado por edad, donde se busca favorecer a los docentes en la búsqueda de actividades específicas. Dentro de cada una de ellas se encontrarán una gama de juegos, ejercicios y/o cuentos de tipo motriz y sensorial.

Tabla 1. Conoces a Pedro

Tema: Conciencia Corporal (Juego)
Edad: 2-3 Años
Objetivo: Experimentar e identificar las diversas partes del cuerpo
<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">- Alumnos/as y profesor/a forman un círculo. El profesor/a se dirige al primer compañero de la derecha y le pregunta: “¿Conoces a Pedro?”- A lo que el otro compañero debe responder: “¿Qué Pedro?”- “El que tiene el brazo así” (extiende el brazo hacia delante).- A continuación el compañero inicia el mismo diálogo con el vecino hasta que la pregunta da la vuelta al círculo y llega nuevamente al profesor/a.- El profesor/a ahora introduce otra nueva parte del cuerpo. Por ejemplo, “...el que tiene una pierna así” (y levanta la pierna), y la pregunta da otra vez la vuelta.- El profesor/a invitará a que sea un alumno/a el que tome la iniciativa y vaya diciendo más características (ejemplo: ojos cerrados, labios apretados, brazo extendido, etc.) <p>VARIANTE</p> <p>Podremos enriquecer el juego si, además de mencionar tal o cual parte del cuerpo, esto lo hacemos jugando también con la voz, empleando diferentes tonos, imitando determinados dialectos, dándole ciertas entonaciones. Todo ello puede hacerlo mucho más divertido y atrayente</p>

Tabla 2. Imaginando animales

Tema: Conciencia Corporal (juego)
Edad: 2-3 años
Objetivo: Localizar y trabajar brazos, muslos, piernas, pies y manos.
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a contará la siguiente historia a los alumnos/as: “Los bosques de España están llenos de animales en libertad que corren por los campos. Juegan entre ellos y son muy alegres. Tendremos la oportunidad de ser animalitos y jugar con ellos, pero debemos actuar igual que ellos para que no se den cuenta de que somos niños”.</p> <p>El profesor/a dice: “Somos perros andando por el campo”. El profesor/a podrá interaccionar con los alumnos/as preguntándoles sobre cómo andan los perros, e incluso pedirá a alguno que imite al animal, y así el resto del grupo seguirle.</p> <p>En ese momento, todos los alumnos/as se moverán de un lado a otro a cuatro patas por toda el aula o gimnasio. Se calculará un tiempo de 20 segundos más o menos.</p> <p>Luego el profesor/a dirá: “somos gaviotas volando por el cielo.” Y volverá a interaccionar. Los alumnos/as acabarán agitando sus brazos emulando ser gaviotas, y se desplazarán por todo el gimnasio.</p> <p>Finalmente, el profesor/a anunciará: “ahora somos canguros que saltan por el bosque.” E igualmente interacciona y pide que alguien imite a un canguro. Y acabaran con los muslos, piernas y pies muy juntos, saltando de un lado hacia otro del gimnasio.</p> <p>La sesión se acabará cantando la siguiente canción, y a la vez que cantan irán moviéndose como ya hicieran (se ha de cantar con cualquier música que se acomode y a un ritmo más bien lento para que así les dé suficiente tiempo a cambiar de posición y a imitar al animal en cuestión).</p> <p>“a cuatro patas anda un animal Que se llama perro, tra la ra la ra. (bis) Agitando sus alas vuela un animal Que se llama gaviota, tra la ra la ra. (bis) Saltando por el bosque camina una animal Que se llama canguro, tra la ra la ra” (bis y fin).</p> <p>NOTAS</p> <p>Los alumnos/as pueden dar ideas y ser diferentes animales, incluso modificar la canción final.</p>

Tabla 3. Mi cuerpo.

Tema: Conciencia Corporal (cuento – juego)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: Identificar diversas partes del cuerpo
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a lee o explica el cuento de Caperucita Roja destacando muy especialmente con el tono y los gestos los conceptos y palabras que hacen referencia a las partes del cuerpo; Ej.:</p> <p>CAPERUCITA: Abuelita, abuelita, qué orejas más grandes tienes.</p> <p>LOBO: Son para oírte mejor.</p> <p>CAPERUCITA: Abuelita, abuelita, qué ojos más grandes tienes.</p> <p>LOBO: Son para verte mejor.</p> <p>CAPERUCITA: Abuelita, abuelita, qué nariz más larga tienes.</p> <p>LOBO: Es para olerte mejor.</p> <p>CAPERUCITA: Abuelita, abuelita, qué manos más grandes tienes.</p> <p>LOBO: Son para cogerte mejor.</p> <p>CAPERUCITA: Abuelita, abuelita, qué boca más grande tienes.</p> <p>LOBO: Para comerte mejor...</p> <ul style="list-style-type: none">- Se a los alumnos/ as que se busquen un compañero y representen el cuento. El que hace de Caperucita deberá tocar a la “abuelita” las partes mencionadas a medida que las exprese oralmente.- Se cambian los papeles y se repite la historia <p>VARIANTE: mismo cuento puede modificarse y utilizarse para el conocimiento de otras partes del cuerpo: Qué labios más grandes tienes para besarte mejor”.</p>

Tabla 4. Localizando mi cuerpo

Tema: Conciencia Corporal (juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Localizar en sí mismo y en los demás cabeza, hombros rodillas y pies.
<p>Desarrollo</p> <p>Alumnos/as y profesor/a forman un círculo. El profesor/a les enseña la siguiente canción, que tras una serie de ensayos cantarán juntos:</p> <p>“ cabeza, hombros, rodillas y pies</p> <p>Y todos aplaudimos a la vez”</p> <ul style="list-style-type: none">- Cada vez será un alumno/a el que empiece a cantar la canción. Éste tocará su cabeza, sus hombros, sus rodillas y los pies a la par con la canción.- El resto de compañeros imitarán su movimiento cada vez que se cante la canción <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Este mismo juego puede modificarse y utilizarse para el conocimiento de otras partes del cuerpo.

Tabla 5. Soplando Bolas

Tema: Control de la respiración (ejercicio – juego)
Edad: 2-3 Años
Objetivo: Desplazar las bolas de papel, desplazándolas a un metro de distancia en una mesa.
<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">- Dividimos la clase en grupos de 5/6 alumnos/as.- Cada grupo ha de hacer muchas bolas de papel pequeñas (arrugando mitades de folios o cuartos de hojas de periódico).- Una vez hechas las bolas, cada grupo colocara seguidas 2 o 3 mesas del aula, y al final de la última mesa, colocara en el suelo una papeleras.- El juego consistirá en ir colocando bolitas de papel en el borde de la primera mesa, y soplarlas tanto como para que atraviesen el resto de las mesas colocadas, con objeto de que caigan dentro de la papeleras.- Será bueno que todos ensayen al principio, y así comprueben las dificultades que pueden tener. - Se puede anotar 1 punto por las bolitas que caigan dentro de las papeleras, y 1/2 puntos por las que caigan fuera, anulando así las que ni tan siquiera recorrieron las mesas. De esta manera, el grupo que obtenga más puntos será nombrado: Grupo “Soplo-bolero” del curso. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Se puede adaptar la distancia de las mesas a las personas que más dificultades tengan para que también puedan obtener puntos.

Tabla 6. Resistiendo el aire

Tema: Control de la respiración (juego)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: Soplar un pito, de forma interrumpida durante 8 segundos, al menos 3 veces de cinco intentos.
Desarrollo El profesor/a divide la clase en varios grupos (8 grupos en total). A cada grupo le asignan en secreto un número y le da un pito. El profesor/a pita un número de veces, y el grupo que tenga ese número ha de contestarle también pitando ese número de veces, por lo que han de estar muy atentos para no equivocarse. Tras varias veces realizado lo anterior, será ahora cada grupo el que pite un número de veces esperando la respuesta del grupo que tenga ese número. El juego consiste en averiguar al final qué número es el que tiene cada grupo. Ahora el profesor/a les invita a descubrir cuántos segundos dura un pitido. Para ello escribirá en un papel el número de segundos y lo esconderá. Seguidamente empezará a pitar. Los alumnos/as estarán contando en silencio y cada uno escribirá el número de segundos que haya creído escuchar. Luego lo dirán en alto, y el profesor/a enseñará el papel para comprobar qué alumnos/as acertaron. Esto se repetirá varias veces. A continuación el profesor/a invitará a que sea un alumno/a voluntario quien haga lo mismo, motivándoles a su vez para que aguanten más tiempo la duración del pitido (hasta llegar a 8 segundos o los superen). NOTAS Se puede jugar adaptando el ritmo, contando más deprisa para que aquellos que tengan más dificultad puedan lograr los objetivos.

Tabla 7. Inflando mi abdomen

Tema: Control de la respiración (ejercicio)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Ser capaz de levantar y bajar un saco de arena colocándolo en el abdomen y tumbado boca arriba, tomando y expulsando aire al menos 3 veces en 5 intentos.
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a comenta que con nuestra respiración también podemos mover objetos como con otras partes de nuestro cuerpo. Explicará que con nuestro estómago podemos levantar objetos, y hará pequeñas demostraciones. Colocará objetos (alguna cajita, estuche,...) sobre el abdomen y al respirar los elevará.</p> <ul style="list-style-type: none">- Después pedirá que los alumnos/as jueguen por parejas. Uno permanecerá tumbado, y el otro le colocará sus manos sobre el abdomen. Al respirar el primero, notará cómo eleva y desciende las manos del compañero. Tras esto, le colocará algún objeto y tendrá que elevarlo de la misma forma. Se irán turnando.- Para finalizar el juego, los alumnos intentarán elevar pequeños sacos de arena. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Es conveniente hacer el ejercicio con una música relajante, que ayude a la concentración y la calma.

Tabla 8. Los Olores

Tema: Control de la respiración (cuento-juego)
Edad: 3-4-5 Años
Objetivo: Ser capaz de realizar una aspiración profunda por la nariz hasta conseguir mantener durante 3 segundos una hoja de papel pegado a la nariz, al menos 3 veces en 5 intentos.
Desarrollo El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Erase una vez un pueblo situado en lo alto de unas montañas del norte de España, en Asturias, donde sus gentes tenían una especial cualidad, y era la de comunicarse a través de los olores. Si una persona quería comunicarse con otra persona, cogía un trocito de papel y, en vez de escribir un mensaje, echaba uno de los muchos líquidos que tenían en pequeñas botellas. Y cuando el otro olía el papelito, sabía lo que le había querido decir. Por ejemplo, si uno estaba enamorado, echaba en el papel esencia de rosas. Si otro, por ejemplo, quería decir que estaba alegre, echaba esencia de romero en el papelito. Y si, por ejemplo, otro estaba enfadado, pues echaba un poco de vinagre. Y esta era la forma que tenían de comunicarse”.
<ul style="list-style-type: none">- El profesor/a ha preparado trocitos de papel con diferentes olores (diferentes colonias, diferentes plantas, o frutas... así por ejemplo: lavanda, orégano, romero, espliego, salvia, menta- piperita, limón...).- Él mismo invita a que cada alumno/a vaya cogiendo un papelito.- Cuando él indique, se colocarán el papelito en la nariz y aspirarán un poquito, oliendo el papel y manteniéndolo en la nariz. Después volverán a repetirlo, pero esta vez intentando aguantar un poco más. Y una tercera vez lo intentarán para ver si son capaces de mantener el papelito en la nariz más tiempo.- Tendrán que sentir el olor del papelito, y seguidamente escribirán qué palabra, sensación o cosa le sugiere.- Después cada cual contará esa idea o palabra que el olor de su papel le ha sugerido.

Tabla 9. Inflando globos

Tema: Control de la respiración (ejercicio)
Edad: 4-5 años
Objetivo: Inflar un globo, tomando aire por la nariz y expulsándolo por la bocas, al menos 2 veces de 5 intentos.
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a explica que vamos a crear una máquina para inflar globos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Se colocan por parejas, y a cada pareja se le asignan 6 globos que deberá inflar.- El juego consiste en lo siguiente: uno de los componentes de la pareja será encargado de inflar el globo. Para ello tomará aire por la nariz e, inmediatamente, su compañero se la tapaná para que todo el aire lo suelte por la boca (donde tendrá el globo sujetándolo con las manos para inflarlo). Y así sucesivamente, tomará aire por la nariz, el otro volverá a tapársela, y echará todo el aire por la boca directa al globo.- Y tras inflar un globo le tocará al compañero.- La pareja que mejor lo haga y menos tarde será tenida en cuenta para la fiesta de fin de curso. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Se tenderá a que den más importancia a realizar el ejercicio bien, y no a la competición de acabar cuanto antes.- Se podrá cambiar la pareja

Tabla 10. Descargo mis hombros

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (cuento - juego)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: Relajar los hombros
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a contará la siguiente historia para motivar a los alumnos/as: “Había una vez una selva maravillosa y grande, y muy verde, muy verde, donde vivían unos curiosos monos a los que llamaban “los mono-hombros”. ¿Y sabéis de dónde les venía el nombre? Pues les llamaban así porque tenían los brazos pegados al cuerpo y no los podían mover. Solamente movían los hombros. Era interesante como unos a otros se tenían que ayudar por ejemplo para lavarse, para darse de comer, etc. Y lo hacían con la boca. Uno con su boca daba de comer al otro y luego al revés. Pero lo más curioso es que a los mono-hombros les gustaba jugar al juego del espejo. Este juego se basaba en que uno se ponía frente al otro, y ambos movían los hombros en una especie de danza rara, muy lenta, y a la vez muy bonita. Por cierto, esto les gustaba y les relajaba mucho”.</p> <ul style="list-style-type: none">-Ahora el profesor/a invitará a que se pongan por parejas.-Se colocarán uno frente al otro, con los brazos pegados al cuerpo. Solo podrán mover los hombros. De este modo podrán jugar a moverse en espejo (uno imita el movimiento del otro).-Primero dirigirá uno, y el otro le seguirá, tratando de moverse ambos de forma coordinada y sincronizada.-Luego cambiarán y será el otro el que dirija.-De fondo habrá una música lenta y dulce, que invite a ir lentamente y a relajarse.-Terminará la sesión dándose masajes en los hombros uno al otro. <p>NOTA</p> <ul style="list-style-type: none">-Si hay mucho nivel de inhibición, se puede empezar haciendo que todos imiten al profesor/a de forma lenta y suave.

Tabla 11. Pelotitas de papel

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (juego- ejercicio)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: Relajación de las manos
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a contará la siguiente historia:</p> <p>“Como saben, hay algunas partes de nuestro cuerpo que a veces trabajan demasiado, por ejemplo nuestras manos. Durante el día son muchas las cosas que hacemos con ellas (les piden que piensen en cosas que hacen con las manos y que las digan: vestirse, lavarse la cara, coger el tazón del desayuno, llevar la cartera, escribir, etc.). Es por esto que hay veces que nuestras manos están cansadas. Por este motivo, tenemos que aprender a darles un respiro, así que vamos a jugar a relajar un poquito nuestras manos para que descansen.</p> <p>Para ello, vamos a coger hojas de periódico y las vamos arrugar, intentando hacer bolas de papel, muy, muy apretadas (invitan a que cojan varias hojas de periódico y las vayan arrugando para hacer las bolas un poco más grandes; dichas bolas las cogerán con las dos manos).</p> <p>Y ahora, cuando yo os avise, apretaréis la bola de papel con las dos manos, pero lo más fuerte que podáis; luego la soltáis y dejáis las manos flojas (lo repetirán varias veces, centrando la atención en el descanso de las manos).”</p> <ul style="list-style-type: none">- Después invitará a que se coloquen por parejas.- Primero uno extenderá sus manos hacia arriba sobre sus piernas.- El otro, suavemente, pasará las yemas de sus dedos por las palmas del compañero.- Después cambiarán. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- En esta última parte del ejercicio sería aconsejable poner música suave de fondo.

Tabla 12. Imaginándonos un cordón

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (ejercicio –juego)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo. Relajar los labios
Desarrollo <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a hablará a los alumnos/as acerca de lo importante que es tener una buena movilidad de todos los órganos de la boca para poder hablar correctamente.- Para ello, realizará ejercicios donde los alumnos/as le imiten y tengan para mover las mandíbulas (abriendo y cerrando la boca, o llevando las mandíbulas de un lado a otro), los labios, inflando la boca de aire, o jugando a sacar la lengua y moverla, etc.- Ahora el profesor/a les pedirá que se pongan en pareja.- Uno dirigirá primero al compañero, y después se cambiarán.- El que dirige pensará que el compañero tiene un “cordón imaginario” que está atado a sus labios. Cogerá el hilo y lo moverá lentamente. Al moverlo, el compañero (que también se imagina tener el hilo atado a sus labios) irá moviendo sus labios según hacia donde vaya el hilo.- Tras un rato, los labios podrán estar cansados. Será entonces cuando el profesor/a dé una señal para que en ese momento relajen los labios (abran y cierran la boca, soplen, etc.).- Será importante que el profesor/a les haga ser conscientes de que están relajando sus labios (tras la tensión del juego).- Después se cambiarán los papeles.

Tabla 13. Mis Manos

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (ejercicios - cuento)
Edad: 3-4-5 Años
Objetivo: Relajación de las manos
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a contará la siguiente historia:</p> <p>“Como saben, hay algunas partes de nuestro cuerpo que a veces trabajan demasiado, por ejemplo nuestras manos. Durante el día son muchas las cosas que hacemos con ellas (les piden que piensen en cosas que hacen con las manos y que las digan: vestirse, lavarse la cara, coger el tazón del desayuno, llevar la cartera, escribir, etc.). Es por esto que hay veces que nuestras manos están cansadas. Por este motivo, tenemos que aprender a darles un respiro, así que vamos a jugar a relajar un poquito nuestras manos para que descansen.</p> <p>Para ello, vamos a coger hojas de periódico y las vamos arrugar, intentando hacer bolas de papel, muy, muy apretadas (invitan a que cojan varias hojas de periódico y las vayan arrugando para hacer las bolas un poco más grandes; dichas bolas las cogerán con las dos manos).</p> <p>Y ahora, cuando yo os avise, apretaréis la bola de papel con las dos manos, pero lo más fuerte que podáis; luego la soltáis y dejáis las manos flojas (lo repetirán varias veces, centrando la atención en el descanso de las manos).”</p> <ul style="list-style-type: none">- Después invitará a que se coloquen por parejas.- Primero uno extenderá sus manos hacia arriba sobre sus piernas.- El otro, suavemente, pasará las yemas de sus dedos por las palmas del compañero.- Después cambiarán. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- En esta última parte del ejercicio sería aconsejable poner música suave de fondo.

Tabla 14. Las tribus

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (cuento – juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Relajar mandíbula
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a contará la siguiente historia:</p> <p>“Erase una vez, hace muchísimos años, un pueblo de hombres y mujeres que vivían en lo alto de las montañas del Perú, cerca del monte Machu Pichu. Pues bien, estos hombres y mujeres eran llamados “la tribu lieje”, y tenían una característica muy especial: no tenían brazos. Debido a esto, desarrollaban el arte de manejar bien sus pies y sobre todo su boca, la cual les servía para cazar y defenderse, además de dar besos y caricias. Y era por esto que los niños y niñas de la tribu lieje, desde pequeños les entrenaban en el ejercicio que llamaban “la gran boca”; esto consistía en una especie de entrenamiento para que tuvieran una gran boca y aprendieran a usarla perfectamente. Ahora vamos a ver cómo era esto”.</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor pedirá que los alumnos se pongan en parejas.- Se colocarán uno en frente del otro.- Pegarán los brazos al cuerpo.- Y seguidamente se imitarán. El juego consiste en mover sólo la boca (labios, mandíbulas, lengua...).- Primero dirigirá uno y luego el otro.- Cuando estén imitándose y moviendo la boca, el profesor/a hará una señal, y en ese momento tendrán que ir abriendo lentamente la boca hasta donde no puedan más; mantenerla muy abierta durante unos segundos. <p>El profesor/a hará otra señal, cerrarán la boca muy lentamente y la relajarán (moverán las mandíbulas de un lado al otro, o abrirán y cerrarán la boca...).</p> <ul style="list-style-type: none">- Después seguirán con el juego de imitación hasta que el profesor/a vuelva a dar la señal, momento en que volverán a abrir de nuevo la boca lentamente.- Y así tres o cuatro veces.- La última vez el profesor pedirá que uno de la pareja frote suavemente con las manos los mofletes del otro, haciendo suaves giros hacia un lado y hacia el otro para relajar la mandíbula. Luego cambiarán.

Tabla 15. Los Brazos Congelados

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (cuento – juego)
Edad: 3-4-5 Años
Objetivo: Relajar los biceps
Desarrollo El profesor/a contará la siguiente historia: “Erase una vez una habitación muy grande, llena toda ella de juguetes. Era una habitación que había construido una señora muy rica para que todos los niños y niñas de su pueblo jugaran cuando hiciera frío en la calle. Los niños del pueblo iban las tardes de invierno y se lo pasaban en grande. En la habitación había camiones. Peluches, trenes, pelotas, rompecabezas y muñecos de muchas clases. Entre ellos había una muñeca muy grande, parecía una niña de verdad. Era rubia, tenía pecas y estaba vestida con un bonito peto azul vaquero. Una vez que hizo mucho, mucho frío, jugando y sin querer, uno de los niños lanzó una pelota de tenis y rompió un cristal. Y claro, estuvo toda la noche entrando frío por la ventana. Al día siguiente, cuando fueron a jugar, se sorprendieron al ver a la gran muñeca con sus bracitos de goma doblados y pegados a su cuerpo. Entonces exclamó un niño: ¡se ha muerto de frío la pobre! Y los niños empezaron a intentar separarle los brazos del cuerpo, pero por más que lo intentaban no podían. Hasta que una niña pensó y dijo que quizá, si le frotaban los brazos, la muñeca entraría en calor y sus pobres miembros agarrotados se soltarían por fin. La sorpresa fue que, evidentemente, al frotarle los bracitos a la muñeca, esta empezó a relajarlos y a soltarlos. Mas si alguien pretendía despegarlos por la fuerza, otra vez los apretaba.” <ul style="list-style-type: none">- Acababa la narración de la historia, el profesor/a les invita a jugar a “la muñeca helada”. Uno se la ligará y correrá a tocar a alguno de sus compañeros. Al tocarle gritará: “¡muñeca!”. Y éste se quedará parado automáticamente, con los brazos doblados y pegados al cuerpo. Los apretará muy fuertes para evitar que nadie se los pueda estirar ni despegar del cuerpo.- Otro compañero intentará despegarle los brazos, pero “la muñeca” los apretará con fuerza. Y cuando la muñeca diga “tengo frío”, el compañero, en vez de intentar despegarle los brazos, se los frotará suavemente. De esta manera la muñeca irá soltando lentamente sus brazos y despegándolos de su cuerpo.- Y cuando tenga los brazos sueltos echará a correr a coger a uno de sus compañeros. Al tocarle empezarán de nuevo (los demás ya habrán echado a correr cuando esté soltando los brazos, para que no les pille).

Tabla 16. Manos congeladas

Tema: Dialogo tónico y juego corporal (juego- cuento)
Edad: 4-5 años
Objetivo: Relajar bíceps
Desarrollo <p>El profesor/a contará la siguiente historia: “Erase una vez una habitación muy grande, llena toda ella de juguetes. Era una habitación que había construido una señora muy rica para que todos los niños y niñas de su pueblo jugaran cuando hiciera frío en la calle. Los niños del pueblo iban las tardes de invierno y se lo pasaban en grande.</p> <p>En la habitación había camiones. Peluches, trenes, pelotas, rompecabezas y muñecos de muchas clases. Entre ellos había una muñeca muy grande, parecía una niña de verdad. Era rubia, tenía pecas y estaba vestida con un bonito peto azul vaquero.</p> <p>Una vez que hizo mucho, mucho frío, jugando y sin querer, uno de los niños lanzó una pelota de tenis y rompió un cristal. Y claro, estuvo toda la noche entrando frío por la ventana. Al día siguiente, cuando fueron a jugar, se sorprendieron al ver a la gran muñeca con sus bracitos de goma doblados y pegados a su cuerpo. Entonces exclamó un niño: ¡se ha muerto de frío la pobre! Y los niños empezaron a intentar separarle los brazos del cuerpo, pero por más que lo intentaban no podían. Hasta que una niña pensó y dijo que quizá, si le frotaban los brazos, la muñeca entraría en calor y sus pobres miembros agarrotados se soltarían por fin. La sorpresa fue que, evidentemente, al frotarle los bracitos a la muñeca, esta empezó a relajarlos y a soltarlos. Mas si alguien pretendía despegarlos por la fuerza, otra vez los apretaba.”</p> <ul style="list-style-type: none">- Acababa la narración de la historia, el profesor/a les invita a jugar a “la muñeca helada”. Uno se la ligará y correrá a tocar a alguno de sus compañeros. Al tocarle gritará: “¡muñeca!”. Y éste se quedará parado automáticamente, con los brazos doblados y pegados al cuerpo. Los apretará muy fuertes para evitar que nadie se los pueda estirar ni despegar del cuerpo.- Otro compañero intentará despegarle los brazos, pero “la muñeca” los apretará con fuerza. Y cuando la muñeca diga “tengo frío”, el compañero, en vez de intentar despegarle los brazos, se los frotará suavemente. De esta manera la muñeca irá soltando lentamente sus brazos y despegándolos de su cuerpo.- Y cuando tenga los brazos sueltos echará a correr a coger a uno de sus compañeros. Al tocarle empezarán de nuevo (los demás ya habrán echado a correr cuando esté soltando los brazos, para que no les pille).

Tabla 17. Dibujando con mi cuerpo

Tema: Coordinación dinámica general (juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Desplazarse sobre el vientre.
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta la siguiente historia:</p> <p>“Erase una vez un pueblo de África donde las mujeres tenían un rito cuando quedaban embarazadas: consistía en dibujar en el suelo, en la tierra, aquello que más deseaban en ese momento para el bebé. Unas dibujaban grandes ojos porque eso era lo que querían para sus hijos; otros dibujaban corazones que podrían significar la bondad del hijo; otros dibujaban grandes manos, para que fueran trabajadores etc. Después, la mujer debería tumbarse boca-abajo sobre el dibujo, mientras el marido la agarraba de las manos y la arrastraba sobre él. De este modo conseguirían que el bebé naciera tal y como ellos anhelaban.</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a invita a que se hagan parejas.- Un miembro de la pareja hará de “mujer embarazada” y dibujará en el suelo algo supuestamente deseable. Después se tumbará boca-abajo y esperará que su compañero le coja las manos y le desplace por el dibujo,- Al terminar cambiarán de papel. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Se pueden ayudar unas parejas a otras a la hora de arrastrar a algunos de los “embarazados más pesados”- Cabe la posibilidad de valerse de una manta o de tela fuerte sobre la que se tumben y puedan ser deslizados con más facilidad.

Tabla 18. Dibujando con mi dedo

Tema: Coordinación manual (juego - ejercicio)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Tocar el pulgar con cada uno de os demás dedos.
<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">- Se hace un corro.- A cada alumno/a se le facilitan 2 dimos del mismo color por dedo. Quedando así:<ul style="list-style-type: none">- Dedos índice – 2 dimos de color azul (para cada mano)- Dedos corazón – 2 dimos de color rojo “- Dedos anular – 2 dimos de color amarillo “- Dedos meñique – 2 dimos de color verde “- Cada alumno/a se pegará los dimos en sus dedos, tal y como se ha indicado.- Todos aprenden esta canción: “verde, amarillo, rojo y azul Cuál de estos colores prefieres tú. Cuenta el número que has elegido Y quizá te salga tu color preferido”.- Con las manos semi-abiertas hacia arriba, tendrán que ir tocando el dedo pulgar con cada dedo correspondiente al color (comenzando desde el meñique hacia el índice). Esto se realizará al tiempo que van cantando la canción.- Después el profesor/a pedirá que piensen en un número, y elegirá a cualquier alumno/a de la clase para que diga en voz alta el número elegido.- Es en este momento cuando cantaran la canción, tocando con los dedos el pulgar. Al acabar la canción, seguirán el ejercicio contando hasta el número elegido, en el cual pararán en seco.- Todos a la vez gritarán en alto el color del dedo. Prueba de que el juego haya salido bien será que todo el grupo diga el mismo color; en otro caso se repite el juego. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- El mismo juego puede realizarse utilizando pinturas en lugar de los dimos. Con ellas los alumnos/as se colorearán cada dedo tal y como anteriormente se ha indicado.

Tabla 19. Dibujando en el aire

Tema: Coordinación viso manual (juego – cuento)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: Seguir con la vista los movimientos realizados en el aire
Desarrollo <p>El profesor/a les cuenta la siguiente historia: “cuenta las leyendas de los bosques encantados y mágicos que los animales que allí viven tienen un lenguaje común que todos entienden. Además de esto, cuando hay peligro o sucede algo hermoso, hay determinados animalitos que se encargan de avisar a los otros y darles el mensaje. Así es sabido que, al llegar la noche, en la oscuridad, las luciérnagas se ponen a danzar, formando símbolo con su vuelo a modo de letras que, a su vez, forman palabras. El resto de los animales las contemplan, descifrando en su vuelo el mensaje encantado, y es así, según cuentan, como entre ellos se comunican”.</p> <ul style="list-style-type: none">- Tras la historia, el profesor/a propondrá a los alumnos/as el juego de descifrar mensajes misteriosos y encantados con el método de las luciérnagas. Para ello, los alumnos/as deberán hacer un corro y observar atentamente sus movimientos.- Les invitará el profesor/a a que se coloquen en corro y le miren.- Éste envolverá una linterna en un trozo de tela verde. Jugará, seguidamente, a hacer letras en el aire, que los alumnos/as tendrán que descifrar.- Después se irá complicando el proceso, teniendo el profesor/a que formar palabras letra a letra.- Cada alumno/a irá anotando las letras en una hoja hasta formar la palabra.- Según el nivel alcanzado, se pueden llegar a descifrar frases. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- A continuación, se anima a un alumno/a para que haga de luciérnaga mientras los demás tratan de descubrir el mensaje. Aquel que lo consiga será la nueva luciérnaga.- En lugar de trazar letras en el aire, pueden realizarse también otros símbolos e imágenes que los alumnos/as deben descubrir. Por ejemplo: números, letras, figuras fáciles.

Tabla 20. Percibiendo el cuerpo

Tema: Coordinación viso manual (juego – cuento)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: coordinar la mirada con el índice y el cuerpo de un compañero
<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor les invitará aprender la siguiente canción: “De manolo vi una foto Que ha salido en un cartel, Pero hay partes de su cuerpo Que no puedo conocer...”- Profesor/a y alumnos/as la repetirán y aprenderán.- Después la cantaran todos. El profesor/a al final del estribillo, les nombrará una parte del cuerpo, por ejemplo” la nariz”. Se tocaran toda la nariz con el dedo índice cantando: “la nariz, la nariz, no conozco la nariz. La nariz, la nariz, no conozco la nariz”.- Y volverán a repetir el estribillo. Entonces, el profesor/a volverá a nombrar otra parte del cuerpo, que volverán a tocarse. Seguirán cantando.- Para acabar el juego los alumnos se colocarán en parejas, y deberán tocar con el dedo índice la parte nombrada, pero esta vez del compañero. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a puede indicar que sean algunos alumnos/as los que digan que parte del cuerpo han de tocarse.

Tabla 21. Girando mis brazos

Tema: Organización espacio temporal y dialogo tónico (ejercicio – juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: dibujar circunferencias en el aire con los dos brazos a la vez en distintas direcciones.
Desarrollo <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a explica que vamos a jugar a hacer un baile en el que, principalmente, tenemos que mover los brazos en círculos.- El profesor/a les enseña esta canción (para la cual habrá buscado un ritmo sencillo) : A bailar / a bailar / bailar y girar los brazos A bailar / a bailar / pon los brazos a girar Gira / gira / y sigue girando Que con esos giros somos felices bailando.- Cuando hayan aprendido la canción, se les propondrá ensayar moviendo los dos brazos a la vez en forma de círculos mientras van cantando. El grupo se dispersa a su aire por todo el espacio sin dejar de bailar.- A continuación, el profesor/a pedirá que cada uno piense en una forma de girar los brazos (ejemplo: los dos brazos giran hacia delante, círculos pequeñitos, gigantes; o también, los brazos giran a la vez que gira nuestro cuerpo, o giran simbolizando estar moviendo el cucharón en una cazuela de bruja).- Una vez que cada cual ha elegido una forma de girar los brazos, hacemos un gran corro, y el profesor/a nombrará a un alumno/a.- El elegido se irá al centro del corro.- El grupo empezará a cantar: (Nombre del elegido) <p>Ejemplo: MANUEL!!! A bailar / a bailar / bailar y girar los brazos A bailar / a bailar / pon los brazos a girar Gira / gira / y sigue girando Que con esos giros somos felices bailando.</p> <ul style="list-style-type: none">- Manuel, en este caso, se habrá puesto hacer sus giros y el resto del grupo estará imitando a la vez que cantan.- Ahora Manuel nombrará a otro compañero, que saldrá y, al igual que Manuel, hará sus giros, imitándole los demás. Así sucesivamente.

6.2. GUIA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS

Tabla 22. Marionetas

Tema: Conociendo el cuerpo (juego)
Edad: 2-3 años
Objetivo: Localizar cabeza, cuello, pecho, espalda y cintura.
<p>Desarrollo</p> <p>Alumnos/as y profesor/a forman un círculo. El profesor/a introduce el juego de este modo: “Somos las marionetas del CIRCO IBÉRICO. Las marionetas se mueven sin parar por el escenario del circo y les gusta, sobre todo, bailar. Cada alumno/a se imaginará que es una marioneta, y cuando empiece la música empezará a danzar. Ahora jugarán por parejas. Un alumno/a será la marioneta, y el otro moverá sus hilos. Para ello colocarán una silla detrás de “ la marioneta”,</p> <p>Se subirán y desde allí podrán manejar más fácilmente los imaginarios hilos. El profesor/a juega a que se imaginen que sólo tienen un hilo, y éste cada vez sujetará una parte del cuerpo de la marioneta. Será la única y parte que la marioneta pueda ver.</p> <p>Y así, por ejemplo, el hilo moverá la espalda (y sólo la espalda, pues no hay más hilos), o moverá la cabeza, el cuello, el pecho y la cintura.</p> <ul style="list-style-type: none">- Las parejas irán alternándose y así serán marioneta y titiritero.- Podemos cantar la siguiente letrilla a la vez que nos movemos (con una música o melodía pegadiza que inventemos o improvisemos): “La marioneta rota está y sólo su “espalda” moverá. El titiritero la vuelve arreglar Y la marioneta todo el cuerpo moverá. <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Donde dice “espalda”, iremos cambiando por cabeza, cuello, pecho y cintura.

Tabla 23. La estatua

Tema: Equilibrio (cuento)
Edad: 2-3-4 años
Objetivo: mantener el equilibrio de pie, sin mover los pies y con los brazos en distintas posiciones durante al menos 10 segundos
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta la siguiente historia:</p> <p>“Antiguamente, cuando no había juguetes como los de ahora, los niños y niñas se inventaban juegos y hasta sus propios juguetes. Entre ellos y ellas jugaban con sus cuerpos a ser carros, animales o muñecos. Uno de los juegos preferidos era “ el tentempié”, que consistía en no mover los pies del suelo aunque los otros niños y niñas te diesen pequeños empujones, es decir, el juego consistía en mantenerse de pie, pudiendo mover el resto del cuerpo (cabeza, tronco, brazos), excepto los pies del sitio”.</p> <ul style="list-style-type: none">- “Nos dividimos en parejas” – dirá el profesor/a.- Uno de los componentes de la pareja ha de permanecer de pie, sin mover los pies del suelo.- El compañero ha de darle pequeños toques, pequeños empujones, y el otro ha de intentar mantenerse de pie en un determinado sitio y sin mover los pies. Podrá mover los brazos y el tronco para intentar no caer y mantener el equilibrio. <p>NOTAS</p> <p>Se puede jugar con la imaginación y creer que el que permanece sin mover los pies es un árbol al que se le mueven las ramas de un lado para otro cuando hace mucho viento; o imaginar que son mástiles de barco que sujetan una gran vela que se mueve...</p> <p>También se puede jugar en grupos de 5/6 personas. Uno se coloca en el centro y los demás forman un corro a su alrededor. Este permanecerá sin mover los pies del suelo. Cuando los compañeros le den pequeños empujones él tenderá a irse hacia un lado, donde habrá otros que le sujeten y que le lancen o empujen hacia otro lado del corro, donde otros, a su vez, le sujetarán. Así sucesivamente, hasta que haya pasado todo el grupo.</p>

Tabla 24. Siguiendo el camino

Tema: Equilibrio (juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Caminar sobre líneas curvas y rectas marcadas en el suelo, de 5 metros de longitud.
Desarrollo <ul style="list-style-type: none">- Se divide la clase en grupos de 4 ó 5 participantes.- A cada grupo se le pide que dibuje con tizas de colores y un pequeño circuito en el suelo de aproximadamente 5 metros de largo y de 30 cm de ancho. En él podrán diseñar rectas, curvas, etc. Intentarán entrecruzarse lo menos posible con los otros circuitos del resto de los grupos.- Cada grupo practicará andando en su propio circuito. Se les indica que no deben salirse de las líneas del caminito, ni deben pisar dichas líneas.- El profesor/a pedirá que se ponga cada grupo en fila al inicio de su circuito. Todos han de hacer el recorrido, pero sin salirse y sin pisarlo. También el profesor/a les instará a jugar dando instrucciones como:<ul style="list-style-type: none">- Andar como ancianitos- Andar con prisa- Andar dando grandes zancadas.- Andar como si nos persiguieran- Etc.- Después cada grupo cambiará de circuito haciendo el que dibujaron los otros grupos.
NOTAS <ul style="list-style-type: none">- Entre todos, al final, valorarán qué circuito les pareció el más fácil y cuál el más difícil.- Al final del juego podrían borrarse los circuitos e intentar los alumnos/as memorizarlos y dibujarlos en una hoja.

Tabla 25. Bailarines de ballet

Tema: Equilibrio (cuento - juego)
Edad: 3-4 años
Objetivo: mantener el equilibrio de puntillas durante 6 segundos sin desplazarse.
Desarrollo El profesor/a les cuenta la siguiente historia: “Hace un tiempo hubo una niña llamada salomona que quería ser bailarina, pero no sabía muy bien si podría llegar a ser algún día eso que tanto deseaba. Es por esto que, mirando una vez un libro, leyó que las bailarinas y los bailarines tenían que aprender a estar de puntillas largos ratos y sin mover el cuerpo. Y ni corta ni perezosa, salomona se fue inventando pequeñas canciones para ensayar cada día y poder aguantar más y más rato de puntillas. Ella cantaba, y después de cantar se ponía de puntillas con una pelota en las manos, Aguantando el tiempo que marcaba la canción”. Las canciones eran las siguientes: <ol style="list-style-type: none">1) Salomona y su pelota tienen muy buena fortuna: (se ponía en puntillas y cantaba) : “ una”2) Salomona bailarina Se parece a salomón (de puntillas: una y dos3) Salomona juega y juega De puntillas con sus pies (de puntillas): una, dos y tres4) Salomona de puntillas Ha roto ya mil zapatos (de puntillas): una, dos, tres y cuatro5) Salomona de puntillas Ya no puede pegar brincos (de puntillas): una, dos, tres, cuatro, y cinco6) Salomona bailarina Algún día la veréis (de puntillas): uno, dos, tres, cuatro, cinco, y seis. El profesor/a ensaya con los alumnos/as las canciones de salomona hasta que la vayan aprendiendo. Todos cantaran y a la vez jugaran a ponerse de puntillas sin moverse, con la pelota en la mano. NOTAS <ul style="list-style-type: none">- Se puede introducir como variante lo siguiente: un juego mediante el cual uno de los niños se la liga y, con una pelota en la mano, tendrá que tirarla hasta dar a un compañero (diciendo a la vez un número del uno al seis). El compañero que ha recibido el toque de la pelota cogerá la pelota, separará y cantará la canción del número que le haya dicho, a la vez que se pondrá de puntillas con la pelota en la mano, y aguantará sin moverse ni caerse. Esto se repetirá sucesivamente.

Tabla 26. De punticas

Tema: Equilibrio (cuento-juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Caminar de puntillas sobre una línea trazada en el suelo de 5 metros de longitud
Desarrollo El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Somos un grupo de investigadores que queremos estudiar la vida de la serpiente “pitón”. Estamos en la selva y de repente hemos localizado su huella en el suelo. Vamos entonces a seguir esa huella, pero muy despacio y de puntillas, para no hacer ruido y que no note nuestra presencia. Así podremos verla”. <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a dibuja en el suelo un circuito con una tiza. En él dibuja rectas, curvas, espirales, etc.- Los alumnos/as se colocan en fila y de uno en uno van poniéndose de puntillas para comenzar a seguir la huella. Han de seguir el recorrido en silencio, sin dejar de prisa la línea y evitando tocarse unos a otros. NOTAS <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a puede introducir variantes y toques de humor como que, de pronto, nos encontramos pasando cerca de un elefante dormido; o de repente hay mucha maleza que tenemos que ir quitando con las manos; o, por ejemplo, hay que pararse de golpe porque se escucha un sonido extraño, etc.

Tabla 27. Las momias

Tema: Equilibrio (ejercicio - cuento)
Edad: 4-5 años
Objetivo: Mantener el equilibrio sentado en una silla o en el suelo, con la cabeza erguida, sin apoyar los pies y con los brazos en distintas posiciones, durante al menos diez segundos.
Desarrollo El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Hace muchos años hubo una tribu en América del Sur que, en honor a sus muertos, realizaban estatuas de las personas que morirían, y lo curioso es que todas las hacían sentadas, bien en el suelo, en taburetes o en grandes sillones. Y todas ellas permanecían sin apoyar manos y pies en el suelo. Debajo de las estatuas mencionadas siempre había unas inscripciones, quizá de la persona difunta, o quizá del dios al que adoraban”. - “Ahora se os invita a que juguéis a ser una de esas estatuas. Para ello podéis disfrazaros con telas de colores y sentaros en el suelo o en sillas. Se trata de ser lo más creativo posible”- comentará el profesor/a. - Una vez realizadas las estatuas, escucharemos una música muy suave. Cuando esté sonando la música podremos movernos de forma ligera. Y cuando la música cese volveremos a tomar la forma de la escultura elegida permaneciendo inmóviles.
NOTAS - Podemos introducir la variante “permanecer inmóviles hasta que el profesor/a nos toque suavemente, y volver a la inmovilidad cuando nos vuelva a tocar”. - También puede pedir el profesor/a que, en el momento que todas las estatuas están inmovilizadas, varios alumnos/as tomen vida, se coloquen al lado de otras estatuas, imiten su forma y pasen a ser inmóviles. Así pues, las estatuas imitadas toman vida y marchan a elegir otras estatuas, que imitarán. Esto se hace seguidamente.

Tabla 28. Gusanitos bomberos

Tema: Coordinación dinámica general (juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Trepas y deslizarse sobre un banco sueco inclinado a 35°
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Hace unos años descubrieron en un bosque del Perú unos especiales animalitos a los cuales llamaron los “los gusanos bomberos”. Estos animalitos se dedicaban a subir por las ramas de los árboles y, cuando llegaban a lo alto del árbol, allá justo donde más daba el sol, descargaban un liquido que llevaban en sus pequeñas patas. Este liquidito, además de refrescar al árbol evitaba que subiera cualquier otro animal hasta allí, ya que se escurriría. Cuando se cansaba de tomar el sol, se deslizaba tranquilamente por la rama y el liquido le facilitaba bajar.”</p> <p>Ahora el profesor/a propondrá jugar a los gusanos bomberos. Colocarán bancos suecos inclinados, apoyándolos a la espaldera del gimnasio. Cada alumno deberá subir trepado por el banco sueco, y al llegar arriba se dejará deslizar. Lo harán de forma individual. Para animarse, mientras uno sube, los otros le cantarón la siguiente canción(se puede cantar con cualquier música o melodía que queramos) :</p> <p>“ya sube el gusano, El gusano bombero, Sube por el árbol. Sube gusanito, No te has de parar, Y al llegar arriba Te- des-li-za-rás”</p> <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Ante la dificultad, se puede colocar los bancos suecos de forma horizontal (creando recorridos si se quiere).

Tabla 29. Girando sobre mí

Tema: Coordinación dinámica general
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Gira sobre sí mismo tendido supino y con los brazos estirados
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Halla por el país vasco es habitual la práctica de unos juegos llamados “juegos rurales” algunos consisten en cortar troncos de árboles grandísimos en muy poco tiempo, otros se basan en trasladar piedras grandes y pesadas de un lugar a otro. A su vez, hay otros juegos que se basan en transportar al hombro sacos muy grandes de un lado al otro. Otros de los juegos rurales, por ejemplo hay que trasladar grandes troncos, haciéndolos rodar de un sitio a otro, siendo la persona que más troncos lleve de un lado a otro la ganadora del juego. Ahora vamos a intentar jugar algo parecido”.</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a pide que se pongan en tríos.- Un alumno/a hará de tronco y se tumbará en el suelo con los brazos estirados. Sus compañeros se encargarán de ayudarlo a dar vueltas en el suelo para desplazarse de un lado a otro de la sala.- El juego se basa en llegar todas las veces posibles con “el tronco” de un lado al otro de la clase, y cada vez que llega se obtiene un punto.- Al pasar un tiempo determinado, se cuenta la cantidad de puntos que ha conseguido cada grupo y serán nombrados “ los gira tronqueros” <p>NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Los jugadores de los tríos pueden cambiarse, y así todos hacer de troncos.- También los troncos pueden adoptar otras posiciones que les permitan rodar más fácilmente.

Tabla 30. La serpiente

Tema: Coordinación dinámica general (cuento – juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Arrastrarse por el suelo en posición boca abajo
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta la siguiente historia:</p> <p>“Muchos siglos atrás existía una isla muy lejana, en el mar rojo, donde las personas no tenían piernas ni brazos. Y era por esto que no les quedaba otra forma de desplazarse que... ¿Quién puede imaginar cómo se desplazaban? (el profesor/a interacciona hasta que algún alumno/a comente que lo hacían arrastrándose como los gusanos de seda). En este momento el profesor/a invitará a todos los alumnos/as a realizar diferentes ejercicios, mediante los cuales tengan que desplazarse arrastrándose boca abajo bajo el suelo.</p> <p>EJEMPLOS:</p> <ul style="list-style-type: none">- Vamos hasta la pared de al frente imaginándonos que allí está nuestra comida.- Juguemos a que nos perseguimos unos a otros. Haremos parejas y cada uno tendrá que coger al otro. Luego a la inversa.- Podemos hacer relevos por equipos, pero el desplazamiento será arrastrándose.- Para finalizar, el profesor/a puede invitar a los niños a que realicen una imitación, lo más parecida posible, de los movimientos de los gusanos de seda

Tabla 31. Los bebes

Tema: Coordinación dinámica general (juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Gatear apoyando rodillas y manos
Desarrollo El profesor/a cuenta la siguiente historia: “Hace muchos años en un pueblo de África, había una raza de gatos que tenía muy mal carácter. Eran pequeños, pero no por eso se acobardaban; al contrario, siempre están persiguiendo a cualquier otro animal que se les acercaba y, sobre todo si se les molestaba cuando estaban echando la siesta. Además tenían una característica propia y era el hecho de ser ciegos. Los famosos gatos no veían, sin embargo tenían un olfato y un tacto muy desarrollado, de modo que eran muy capaces de notar la presencia de cualquier animal, aunque estos caminaran sigilosamente”. <ul style="list-style-type: none">- Para empezar, el profesor/a invita a un grupo de cuatro o cinco alumnos/as a ser gatos africanos. Acto seguido se les tapan los ojos.- Los gatos se repartirán por todo el espacio, y colocarán cerca de sí una pelota.<ul style="list-style-type: none">- Si los gatos nota algún ruido o movimiento extraño, intentarán que no les agarren.- Si les cogieran o tocaran con sus manos, pasarían a ser gato y sustituirían al compañero.- El gato que pierda su pelota pasará a jugar con el resto de compañeros, e intentarán ahora coger la pelota a otro gato.

Tabla 32. Círculos imaginarios

Tema: Coordinación manual (canción – juego)
Edad: 2-3-4-5 años
Objetivo: Dibujar circunferencias en el aire con los dos brazos a la vez en distintas direcciones.
Desarrollo <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a explica que vamos a jugar a hacer un baile en el que, principalmente, tenemos que mover los brazos en círculos.- El profesor/a les enseña esta canción (para la cual habrá buscado un ritmo sencillo) : A bailar / a bailar / bailar y girar los brazos A bailar / a bailar / pon los brazos a girar Gira / gira / y sigue girando Que con esos giros somos felices bailando.- Cuando hayan aprendido la canción, se les propondrá ensayar moviendo los dos brazos a la vez en forma de círculos mientras van cantando. El grupo se dispersa a su aire por todo el espacio sin dejar de bailar.- A continuación, el profesor/a pedirá que cada uno piense en una forma de girar los brazos (ejemplo: los dos brazos giran hacia delante, círculos pequeñitos, gigantes; o también, los brazos giran a la vez que gira nuestro cuerpo, o giran simbolizando estar moviendo el cucharón en una cazuela de bruja).- Una vez que cada cual ha elegido una forma de girar los brazos, hacemos un gran corro, y el profesor/a nombrará a un alumno/a.- El elegido se irá al centro del corro.- El grupo empezará a cantar: (Nombre del elegido) <p>Ejemplo: MANUEL!!! A bailar / a bailar / bailar y girar los brazos A bailar / a bailar / pon los brazos a girar Gira / gira / y sigue girando Que con esos giros somos felices bailando.</p> <ul style="list-style-type: none">- Manuel, en este caso, se habrá puesto hacer sus giros y el resto del grupo estará imitando a la vez que cantan.- Ahora Manuel nombrará a otro compañero, que saldrá y, al igual que Manuel, hará sus giros, imitándole los demás. Así sucesivamente.

Tabla 33. Cuidando el huevo

Tema: Coordinación manual (cuento – juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Golpear con las yemas de los dedos de una mano en la palma de la otra
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a cuenta una historia acerca de cómo cuando él/ella era pequeño iba de vacaciones a un pueblo en el que había gallinas. Y cuenta cómo le gustaba ir a buscar los huevos y cogerlos con las manitas con mucho cuidado de que no se rompiera. Y narra también que él cantaba una canción que decía:</p> <p>“Una dos y tres, una dos y tres Cuidado con el huevo no lo vayas a romper” (se le pone una melodía pegadiza)</p> <p>El profesor/a les invita a jugar a llevar con cuidado el huevo en diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Les enseña esta canción con movimientos:</p> <p>Una dos y tres (Golpea con las yemas de los dedos de una mano la palma de la otra).</p> <p>Una dos y tres (Cambia la mano haciendo lo anterior)</p> <p>Cuidado con el huevo no lo vayas a romper (Cambia de mano y sigue golpeando).</p> <ul style="list-style-type: none">- Y les enseña ahora la otra parte de la canción. Para ello el profesor/a dice: ¿Y dónde llevaba (cualquier parte del cuerpo) Eje. “en la cara” Y cantan: “y en la cara Rosa llevaba el huevo” (y todos golpeando con las yemas de los dedos de una mano en la cara)<p>Cuidado Rosa, agarrado bien Cuidado Rosa no se te vaya a caer Y siguen cantando el estribillo: “una dos y tres, una dos y tres Cuidado con el huevo no lo vayas a romper”</p><p>Y ahora será Rosa la que demande a otro alumno/a, y le pregunte. Y así sucesivamente.</p>

Tabla 34. Ubicando la moneda

Tema: Coordinación manual (canción – juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Abrir y cerrar las manos de forma alternativa, permaneciendo inmóvil la muñeca
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor/a explica el juego, que consiste en tener la suerte de conseguir la moneda del compañero. Pero antes les enseña la siguiente canción: “saca la moneda y enséñamela - Que si lo adivino me la he de quedar” (Melodía del “Patio de mi casa”)</p> <p>El profesor/a pide a todos los alumnos/as que se sienten a estilo indio y que coloquen sus manos cerradas hacia arriba sobre sus rodillas. A la vez que pueden empezar abriendo la mano que quieran.</p> <p>A cada alumno/a se le da una moneda.</p> <p>Hacemos un corro y se pide a dos alumnos/as que empiecen y se coloquen en el centro del corro, sentados como los indios uno frente al otro. Cada uno esconderá su moneda en una de las manos, y luego colocará las manos cerradas boca arriba sobre rodillas.</p> <p>El juego consiste en ver quién de los dos se queda con la moneda del otro. Para ello, uno empieza diciéndole al otro un número del 1 al 10, y le señalará la mano que empezará abriendo (por ejemplo: N° 8 – mano izquierda).</p> <p>Todos comienzan a cantar: “Saca la moneda y enséñamela Que si lo adivino me la he de quedar:</p> <p>Empiezan a contar: 1 2 3 4 5 6 7 8 hasta llegar al número elegido.</p> <p>Mientras se canta, el alumno/a que haya empezado ha tenido que ir abriendo las manos alternativamente siguiendo la canción (empezando a abrir la izquierda, como hemos dicho en el ejemplo). Y al contar hasta 8 ha tenido que seguir abriendo, también de forma alternativa, las manos.</p> <p>Si al llegar al número 8 la mano permanece abierta es la que tiene la moneda, la pierde y se le da al otro. Si no tiene la moneda en la, mano que ha quedado abierta, es el otro quien pierde su moneda.</p> <p>El nuevo jugador, en caso de que gane, recupera las dos monedas, y se le devolverá al que la perdió para que pueda volver a participar. Si pierde, entregará su moneda, saldrá al corro y elegirá al compañero que volverá a salir a jugar.</p> <p>El nuevo jugador, siempre que vence, recupera todas las monedas ganadas por el compañero y se las devuelve a quienes las habían perdido, con el fin de que puedan volver a jugar</p>

Tabla 35. Girando las muñecas

Tema: Coordinación manual (juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Rotar las muñecas en ambas direcciones
Desarrollo <p>El profesor/a les cuenta la siguiente historia a los alumnos/as:</p> <p>“Hace años y años, en una ciudad de la india llamada “ kanai”, había unos personajes encargados de hipnotizar a la gente, y eran llamados “ gira muñecas”. Se colocaban delante de la persona, le soplaban lentamente a la cara, después les colocaba sus manos a la altura de sus ojos y las tenían que mirar fijamente. Las manos empezaban a girar lentamente hacia un lado y, al cabo de un rato, giraban para el otro. De tal modo que los ojos del hipnotizado también giraban lentamente, lentamente, hasta que la persona quedaba totalmente hipnotizada.</p> <p>Pero una vez hubo uno de estos “ gira muñecas” que utilizaba su técnica exclusivamente para robar a sus clientes. Dicen que, al ser descubierto, marchó lejos y nunca pudieron encontrarle”.</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor/a les cuenta que ahora van a jugar a descubrir al “ gira muñecas”.- Harán un corro. Todos se sientan, menos un alumno/a, que saldrá fuera.- Entre todos elegirán quién es el gira muñecas.- El juego consiste en que el gira muñecas girará sus muñecas hacia un lado, luego hacia el otro, podrá subir los brazos, podrá bajarlos, etc. Y todos le imitarán haciendo lo que él haga. Pero con cuidado de no descubrir al gira muñecas.- El alumno/a que está fuera entrará, se meterá en el corro y tendrá que descubrir quién es el gira muñecas, es decir, quién es el encargado de cambiar los movimientos.- A la vez, el grupo irá cantando de forma lenta y voz muy bajita: “ Gira gira gira muñecas Gira gira gira-gíralas Y mira, mira, mira con cuidado Y al gira muñecas tú descubrirás”.- Cuando sea descubierto el gira muñecas, éste saldrá, y sus compañeros pensarán quién es el nuevo “gira muñecas.

Tabla 36. La pelota que estalla

Tema: Coordinación viso manual (juego)
Edad: 3-4-5 años
Objetivo: Desarrollar la habilidad para lanzar la pelota con bote
<p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">- El profesor/ invitará a los alumnos/as a jugar a diferentes juegos con la pelota:<ul style="list-style-type: none">. A lanzársela en coro diciendo el nombre de quien la recibe. Al lanzarla rodando por el suelo de unos a otros, sin poder agarrarla ni cogerla.. - ahora el profesor/a les animará a lanzar la pelota a un compañero, de manera que previamente, dé un bote en el suelo cerca de ese compañero.- Los alumnos/as corren por el gimnasio. Uno llevará la pelota y dirá: “cuidado no le toque la pelota a.... Pedro (por ejemplo)”- Pedro se detendrá, y quien lleve la pelota parará a unos tres pasos de él: le lanzará la pelota botándola contra el suelo cerca de él, pero evitando golpearle.- Pedro irá a coger la pelota y saldrá corriendo por el gimnasio tras alguno de sus compañeros. Los demás correrán evitando ser elegidos. Cuando Pedro alcance a otro compañero, le nombrará y dirá lo siguiente: “cuidado no le toque la pelota a.... Elisa.” (Por ejemplo)- Si la pelota toca al compañero elegido, y no ha votado, tendrá que repetir, es decir, volverá a apoderarse de la pelota, correrá, elegirá a otro

Tabla 37. Los jinetes

Tema: Coordinación viso manual (juego)
Edad: 4-5 años
Objetivo : Coordinación y precisión viso digital
<p>Desarrollo</p> <p>El profesor contará la siguiente historia: “En argentina, país muy grande y hermoso hay una ciudad llamada san Antonio de Dareco, donde viven los famosos “gauchos”. Los gauchos son jinetes que montan a caballo, y les gusta realizar ciertos ejercicios de puntería donde demuestran gran precisión uno de los juegos se basan en ir galopando con el caballo y, sin pararse, intentar introducir una especie de flechita o palito por una argolla de metal (un arito pequeño) colgado de una cuerda, consiguiendo dejar dicho palito colgado de la argolla. Si no acierta, el palito cae al suelo.”</p> <ul style="list-style-type: none">- Ahora el profesor les invitará a jugar imaginando hacer peripecias como los gauchos. Primero les pedirá que imaginen algunas durante algunos segundos.- Luego que se pongan en parejas. Se colocaran uno en frente del otro.- Uno hará una “o” con sus dedos índice y pulgar, y el otro, ante la señal del profesor, tendrá que introducir su dedo índice, en la “o” hecha por el compañero. Siempre irán corriendo al galope, como los gauchos, para introducir el dedo índice sin detener el caballo.- Podrán jugar a separarse más o menos, en función ir logrando el objetivo.- Imitando a los gauchos, culminarán el juego utilizando un lápiz o bolígrafo, y, a caballo sobre un compañero, intentarán introducir éste entre los dedos del otro alumno situado a cierta distancia.

7. SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA

Durante los cuatro meses que se implementó la propuesta en el jardín, en primeras tres semanas las actividades estuvieron ejecutadas por los estudiantes de educación física en práctica, puesto que las docentes aún no se sentían muy cómodas para sumir el rol asignado, por tanto, ellas estuvieron como colaboradoras en cada uno de sus grupos.

Se iniciaron las actividades por grupo de edad, en un principio era muy difícil acomodar a los niños, en círculo, fila, para ellos ese era un momento donde corrían libremente, y cada uno hacia lo que mejor le parecía, razón por la cual fue engorroso generar cambios frente a este hábito.

El segundo mes las docentes habían adquirido más experticia y lograron fácilmente dirigir las actividades con los niños, para ellos se volvió el día más esperado, tanto que los niños que no tenían su actividad ese día, preguntaban si podían estar con nosotros y en varias ocasiones se pudieron unir dos o más grupos, ya que la actividad así lo permitió.

Se notó que el espacio no era el más adecuado para las actividades, dado que interrumpía a las otras docentes y los niños de otros grupos se desconcentraban por mirar al grupo que estaba en su hora de educación física, y se toma la medida de pedir permiso a la Junta de Acción Comunal del Barrio la fortaleza, para que nos autorice el ingreso a la cancha múltiple, contigua al salón donde funciona el jardín y así realizar el trabajo al aire libre y sin interrupciones; este permiso fue concedido de inmediato y se procedió a continuar con el proceso. Los niños al estar en un lugar al aire libre

nuevamente se disipan un poco, además la cancha cuenta con un sencillo parque infantil, y a los niños les gusta mucho, por lo que se decide vincular parte de los juegos del parque, aprovechándolos para que los niños puedan involucrar su trabajo sensorial y motriz, incluso salieron nuevos juegos que fueron anexados a la propuesta, dado que así se presentaron en el camino y se determinó que podían servir para incluirla dentro de los ejercicios.

Tanto docentes como niños se encuentran muy a gusto con las actividades, han notado a los niños motivados, y hasta ellas mismas han cambiado su actitud frente a la ejecución de la clase, ya que anteriormente se sentían un poco “atormentadas” al momento de la clase de educación física, porque no sabían que podían realizar cosas muy diferentes, pero sobretodo provechosa para el sano crecimiento de los niños que ellos dirigen.

8. CONCLUSIONES

Esta guía tuvo gran acogida por las docentes de la clase de educación física, los contenidos fueron los apropiados de acuerdo a lo que se debe estimular en estas edades, se debe complementar con algunos materiales ya que se podrían realizar múltiples variables, las docentes notan gran ánimo y satisfacción en los niños, al proponerles participar en actividades nuevas; estimular la parte sensorial y motriz en los niños, genera en las docentes satisfacción ya que se sienten con herramientas de apoyo para dirigir actividades que coadyuven en la imagen, percepción, organización corporal, experimentación, representación mental, toma de conciencia del propio cuerpo, tanto globalmente como de sus diferentes segmentos; el conocimiento de elementos funcionales del propio cuerpo y de sus posibilidades de movimiento: tono, respiración, relajación, movilidad, límites, equilibrio, conciencia de la actitud corporal, de postura; y la organización del esquema corporal.

Esta propuesta de ejercicios, juegos y/o actividades, no constituye la vida normal y corriente, ya que aleja a los niños de lo rutinario, y ocupa parámetros espaciales y temporales diferentes a los impuestos por nuestro día a día; constituye a la vez un contenido pedagógico de la educación física y un alto recurso metodológico, para éstas edades donde no se conoce mucho sobre el medio que lo rodea, y donde se puede y gusta aprender a través del movimiento.

9. RECOMENDACIONES

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar , debe considerar establecer alianzas institucionales, donde puedan generar espacios de intervención entre estudiantes en práctica y niños que requieren ser estimulados en la parte sensoriomotriz, produciendo así una relación simbiótica donde el mayor beneficiario de ésta intervención serían los niños; dicha propuesta también queda abierta a Jardines infantiles particulares, escuelas de orden público, donde aún no se puede contar con un profesional específico en la parte sensorial y motriz

La Universidad Del Valle, a través del plan de Educación Física y Deportes debe propender por generar estudios que pongan en evidencia este tipo de situaciones que se presentan en diferentes instituciones educativas, que puedan aportar éstos estudios en la orientación y/o formulación de prácticas sobre el asunto de la educación física en los preescolares.

ANEXO A

Encuesta aplicada a las docentes del jardín infantil “mis chiquillos contentos”

ANEXO A1: IDENTIFICACIÓN

Nombre: Amanda Rodríguez

Edad: 45
Formación: Bachillerato completo
Tiempo en el hogar: 7 años
Grupo a cargo: niños de 2 años

ANEXO A2 PREGUNTAS

1. ¿se considera con la suficiente información en cuanto a juegos, y ejercicios al momento de realizar con los niños la clase de educación física?

La verdad es que antes de que vinieran ustedes al jardín, yo creía que sabía juegos que ayudaban a los niños en la parte física, pues yo conocía muchas rondas y juegos para que los niños se divirtieran y que realizaran a la vez su parte de educación física, pero verlos a ustedes con tanto juego, y sobretodo conocer el objetivo de cada uno de ellos, me hace reflexionar acerca de que necesito más información sobre el tema.

2. ¿Qué opinión tiene del trabajo que se aplicó como practica, en cuanto a la educación sensorial y motora?

El trabajo fue excelente, ya que uno conoce el sentido de los juegos, y que no se hace por desperdiciar el tiempo, se que realmente están aportando mucho para la educación integral de éstos niños.

3. ¿Nota alguna diferencia en los niños, en cuanto al aprendizaje, ya en el aula de clase?

Claro en mi grupo, he notado que los niños que eran más introvertidos, han despertado, son mas sociables, y atentos.

4. ¿Cree que se debe continuar con el trabajo iniciado por los estudiantes de educación física de la universidad del valle? ¿por qué?

Por supuesto que se debe continuar con ésta labor, no solo con los niños, sino que bueno sería que nos enseñaran a nosotras todos esos juegos para nosotros en algún momento replicarlo.

ANEXO B

ANEXO B1: IDENTIFICACIÓN

Nombre: Claudia Celis
Edad: 39
Formación: normalista
Tiempo en el hogar: 4 años
Grupo a cargo: niños de 3 años

ANEXO B2: PREGUNTAS

1. ¿Se considera con la suficiente información en cuanto a juegos, y ejercicios al momento de realizar con los niños la clase de educación física?

No, considero que falta mucho por aprender en juegos y ejercicios de educación física para los niños, la verdad nunca me había preocupado por esto, porque mis compañeras eran las que hacían esa parte, mientras yo me dedicaba a otras cosas del jardín.

2. ¿Qué opinión tiene del trabajo que se aplicó como practica, en cuanto a la educación sensorial y motora?

El trabajo es bueno porque los niños se divierten y se motivan ante la llegada de los muchachos de la universidad, ya uno sabe que no solamente juegan, sino que les están haciendo juegos que les ayuda en su motricidad.

3. ¿Nota alguna diferencia en los niños, en cuanto al aprendizaje, ya en el aula de clase?

Yo tenía serios problemas con la norma en mi grupo, peleaban mucho al momento de la fila y con los juguetes eran muy egoístas, ya ahora veo que respetan los turnos, y no tienen tanta pelea como antes.

4. ¿Cree que se debe continuar con el trabajo iniciado por los estudiantes de educación física de la universidad del valle? ¿por qué?

Obviamente que se debe continuar con el trabajo, ojalá pudieran venir si no se pueden los mismos, otras personas a continuar con éste trabajo; si los niños lograron cosas buenas en solo 4 meses, sería interesante ver qué pasaría con ellos si se les trabajará más tiempo.

ANEXO C

Encuesta aplicada a las docentes del jardín infantil “mis chiquillos contentos”

ANEXO C1 IDENTIFICACIÓN

Nombre: Marian Agudelo
Edad: 27
Formación: normalista
Tiempo en el hogar: 2 años
Grupo a cargo: niños de 4 años

ANEXO C2 PREGUNTAS

1. ¿Se considera con la suficiente información en cuanto a juegos, y ejercicios al momento de realizar con los niños la clase de educación física?

Conozco algunos juegos para la clase con los niños, pero son pocos y no tengo suficiente repertorio para trabajar con ellos

2. ¿Qué opinión tiene del trabajo que se aplicó como practica, en cuanto a la educación sensorial y motora?

El trabajo que los muchachos hicieron con los niños es muy bueno, los niños se motivan mucho en esa clase, han realizado juegos novedosos, que les ayudan a los niños a desenvolverse mejor.

3. ¿Nota alguna diferencia en los niños, en cuanto al aprendizaje, ya en el aula de clase?

En mi grupo tenía varios niños con falta de atención, ahora puedo verlos más atentos en clase, y con los demás el aprendizaje se ha dado de manera más rápida, es decir, ya no tengo que estar repitiendo y repitiendo temas, porque los niños ahora captan más fácil las enseñanzas.

4. ¿Cree que se debe continuar con el trabajo iniciado por los estudiantes de educación física de la Universidad del Valle? ¿por qué?

Creo que a pesar de que ha sido poco el tiempo, se debe trabajar más, para que se vea un aporte más significativo en los niños, eso sí sin desconocer que lo que se ha hecho ha sido magnifico.

ANEXO D

Encuesta aplicada a las docentes del jardín infantil “mis chiquillos contentos”

ANEXO D1 IDENTIFICACIÓN

Nombre: Diana Salazar
Edad: 56
Formación: bachiller completo, con estudios en pedagogía en el Sena
Tiempo en el hogar: 10
Grupo a cargo: niños de 5 años

ANEXO D2 PREGUNTAS

1. ¿se considera con la suficiente información en cuanto a juegos, y ejercicios al momento de realizar con los niños la clase de educación física?

Conozco varios juegos para la educación física y cada año que tengo niños diferentes pues replico los mismos, siento como un estancamiento en esa parte, porque me voy quedando con los mismos juegos y cuando les dicto la clase a los niños siendo una monotonía.

2. ¿Qué opinión tiene del trabajo que se aplicó como practica, en cuanto a la educación sensorial y motora?

Genial, a los niños les encanta estar con los muchachos, pero mi opinión es que el trabajo es innovador y con mucha proyección.

3. ¿Nota alguna diferencia en los niños, en cuanto al aprendizaje, ya en el aula de clase?

En el aula de clase siento igual a los niños, lo único es que están motivados y siempre quieren hacer juegos de los que les han enseñado

4. ¿Cree que se debe continuar con el trabajo iniciado por los estudiantes de educación física de la Universidad del Valle? ¿por qué?

Sería interesante nos capacitaran para aprender más juegos, o que nos dieran una guía para consultarla cuando vamos a hacer la clase de educación física.