

INTRODUCCION/ JUSTIFICACIÓN.

BASE TEÓRICA

Qué es la Psicomotricidad

Definición consensuada por las asociaciones españolas de Psicomotricidad o Psicomotricistas:

Basado en una visión global de la persona, el término “psicomotricidad” integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad.

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.

Berruezo (1995):

La psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

Muniáin (1997):

La psicomotricidad es una disciplina educativa/reeducativa/terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento, en el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir a su desarrollo integral.

En esta línea, (Montessori, párrafo 9), “El movimiento ayuda al desarrollo psíquico y este desarrollo se expresa a su vez con un movimiento y una acción”.

Como docente especialista en educación infantil, y fiel defensor de la importancia evolutiva de esta etapa, intento plantear un modelo pedagógico, en el que cada niño exprese su potencial de una manera diferente e inexistente, actualmente, en el contexto formal de esta primera etapa educativa.

De este modo, intento promover la psicomotricidad ligada al movimiento y al juego, de la mano de valores transversales como la salud y cuidado personal en el ámbito escolar.

El sistema educativo actual, centrado más en los resultados académicos que en el valor de apreciar la diversidad para llegar al pensamiento, deja al margen aspectos que van más allá de los recogidos en la normativa durante la jornada escolar. Los niños pasan demasiadas horas sentados en sus sillas, y las actividades que requieren movimiento quedan, en muchas ocasiones, anuladas.

El niño es acción y movimiento, y con la experiencia, se genera el conocimiento. Las metodologías que se emplean en la actualidad no implican mucho movimiento, y esto, a largo plazo, genera estrés, no saber gestionar las emociones, crea ansiedad, baja autoestima, falta de confianza, sedentarismo..., lo que conllevará, probablemente, a un posible fracaso escolar a mayor edad, si no se tratan de forma adecuada sus necesidades e intereses en el momento oportuno.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, expone que durante esta etapa deberán conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como las posibilidades de acción, aprendiendo a respetar las diferencias. Con la psicomotricidad y la expresión corporal, se brinda una oportunidad perfecta para estas finalidades educativas.

La escuela no debe ser únicamente un mero transmisor de conocimientos, debe dar importancia a la expresión en lugar de a la represión, para formar un niño "ecuánime" y de pensamiento libre, como señala Rousseau (en García, 2013). Rousseau es el primer filósofo que reconoce por primera vez al niño y su propia personalidad, dando importancia a la educación integral para la formación óptima del niño.

Krishnamurti (en García, 2013) expone que aparte de las materias cognitivas, debemos enseñar al alumnado a vivir, sentir, a pensar, a ver y escuchar, a hacer, a desarrollar el afecto.

Al tomar consciencia y control del propio cuerpo, desde muy pequeños, fomentamos el poder utilizar nuestros propios recursos internos para poder hacer frente a las situaciones de la vida cotidiana, educando a niños y niñas cada vez más autónomos y más libres.

Por lo tanto, y al objeto de lograr el desarrollo armónico del alumnado, la psicomotricidad aporta múltiples beneficios en el plano físico, intelectual y emocional.

BASE LEGAL

En este momento, conviven dos leyes: Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (L.O.E.) que ha sido modificada y completada por La Ley Orgánica, 8/2013, de 9 de Diciembre, para la mejora de la calidad Educativa, destacando que los objetivos relacionados con la Educación Infantil no han sufrido modificaciones. En el art. 13 se recogen los objetivos generales de la Educación Infantil, recogidos también en el artículo 3 del **RD 1630/2006**, en el que se establecen las enseñanzas mínimas del 2º ciclo de Educación infantil.

Estos objetivos pretenden desarrollar las capacidades del niño en todos sus ámbitos, entre ellos el desarrollo Psicomotor. De todos los objetivos recogidos en los RD mencionados, los más relacionado son los siguientes: **a) Descubrir y construir, a partir de la acción, el conocimiento de su propio cuerpo y el de los otros, actuar con seguridad y aprender a respetar las diferencias, íntimamente relacionada con la competencia de Autonomía e Iniciativa personal.**

c) Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales

f) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión

Aunque los contenidos de las diferentes áreas se presentan con una perspectiva globalizadora podríamos señalar que, de los tres ámbitos de experiencia, los más relacionados son: Área del Conocimiento de sí mismo y autonomía personal y el área de Los Lenguajes: comunicación y representación.

En relación con el primer área, y así están recogidos en el RD 1630/2006 del 29 de Diciembre, destaco por bloques, los siguientes:

• **Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen.**

El cuerpo humano.
Exploración del propio cuerpo.
Identificación y aceptación progresiva de las características propias.
El esquema corporal.
Las necesidades básicas del cuerpo.
Identificación, manifestación, regulación y control de las mismas.
Confianza en las capacidades propias para su satisfacción.

• **Bloque 2. Juego y movimiento.**

Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico.

Gusto por el juego.

Control postural: El cuerpo y el movimiento.

Progresivo control del tono, equilibrio y respiración.

Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas.

Nociones básicas de orientación y coordinación de movimientos.

Comprensión y aceptación de reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.

• **Bloque 4. El cuidado personal y la salud**

Acciones y situaciones que favorecen la salud y generan bienestar propio y de los demás.

Práctica de hábitos saludables: Higiene corporal, alimentación y descanso.
Utilización adecuada de espacios, elementos y objetos.

En relación con el área de Los Lenguajes: Comunicación y Representación, destaco:

Bloque 4. Lenguaje corporal.

Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación.

Utilización, con intención comunicativa y expresiva, de las posibilidades motrices del propio cuerpo con relación al espacio y al tiempo.

Participación en actividades de dramatización, danzas, juego simbólico y otros juegos de expresión corporal.

CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS Y DEL CONTEXTO

Entre los dos y los seis años los movimientos de las piernas van a ganar en finura y precisión, el niño va a ser capaz de correr cada vez mejor, de ir controlando actividades como frenar, acelerar la carrera, subir y bajar escaleras sin apoyo, etc.

Los brazos también van ganando en soltura y precisión de movimientos. Así aprenden a lanzar, golpear, etc. y también a manejar con destreza la mano, desarrollando la motricidad fina, de forma que a lo largo de los años preescolares van a iniciar la actividad grafomotriz. Todos estos avances motores van a influir de forma decisiva en importantes logros para el desenvolvimiento del niño en el mundo que le rodea como son: la estructuración del espacio y del tiempo, el establecimiento del esquema corporal y la lateralidad.

La estructuración del espacio: el niño se tiene que ir representando su cuerpo en el contexto del escenario espacial que le rodea, primero situándose en los planos espaciales más elementales (arriba-abajo, delante-detrás) y posteriormente en otros más difíciles. Así poco a poco irá siendo capaz de organizar su acción en función de parámetros como cerca-lejos, dentro-fuera, grande-pequeño, etc.

La estructuración del tiempo: las nociones temporales son más difíciles de dominar que las espaciales, ya que al niño le resulta más difícil establecer conexiones entre ellas al no ser directamente perceptibles. En un principio la percepción del tiempo está ligada a la vivenciación de las rutinas diarias que le ayudan a establecer cortes en el tiempo, a experimentar la noción de intervalo, etc.

El establecimiento del esquema corporal y la lateralidad: la lateralidad es el predominio motor de un lado del cuerpo sobre el otro. Este predominio depende, como el resto de las habilidades motoras, de la maduración y de la ejercitación motriz. Se manifiesta fundamentalmente en el uso de las manos, los ojos y los pies. Generalmente, los niños comienzan a utilizar preferentemente una de las manos entre los 3 y 4 años, posteriormente se lateraliza el ojo y por último el pie (entre los 5-6 años).

El esquema corporal se construye a partir de los estímulos que provienen del propio cuerpo y de la relación con el entorno. En un principio accede al conocimiento de sus manos a través de la coordinación óculo-motora, posteriormente los avances motores le permiten el descubrimiento de sus pies.

En el momento en que alcanza la sedestación puede ya observar gran parte de su cuerpo, y al poseer en estos momentos unas mayores posibilidades en cuanto al control y la coordinación de movimientos, puede obtener una gran cantidad de estímulos tónicos, cinéticos y equilibratorios, que le van a proporcionar un mayor conocimiento de su cuerpo.

Simultáneamente, la relación con el otro enriquece su conocimiento corporal, que va consiguiendo progresivamente una mayor integración a partir del primer año. Durante el segundo y el tercer año, la creciente autonomía motriz, en relación a la evolución de la prensión y la marcha, le aportan mayores posibilidades de utilización corporal y de iniciativa en las relaciones.

Como es sabido ya a partir del segundo año el niño puede decirse que ha entrado en “el mundo de lo simbólico”. ES la final del segundo año cuando el niño consigue el primer esquema corporal global, que implica una delimitación clara del propio cuerpo en relación con el entorno.

Esta primera imagen corporal unificada es básica para la noción de la propia identidad, que se hace evidente un poco más adelante (dos años y medio o tres) con el uso del pronombre yo.

A partir de este momento el niño sigue la siguiente secuencia:

Descubre sus partes: primero los segmentos más grandes y luego los más pequeños. Igualmente primero las partes más utilizadas y que pueden verse más fácilmente.

Descubre e interioriza características y posibilidades.

Descubre e interioriza la orientación corporal en el espacio.

Descubre y organiza progresivamente las distintas relaciones espacio-temporales entre el propio cuerpo y el entorno.

Fuente sociológica: todo lo referente al contexto y a las características del centro, ya viene recogido al inicio de esta programación.

DESARROLLO DIDÁCTICO

■ Temporalización:

Para este año 2019/2020, las sesiones de psicomotricidad están repartidas para que cada grupo tenga 2 horas semanales, de una duración aproximada de 1 hora cada una. No hay que olvidar que la temporalización de las sesiones es flexible, respondiendo a las características de los niños y a las circunstancias del momento.

■ Objetivos:

Con el fin de concretar mi trabajo en los diferentes niveles, presento la secuencia de objetivos y contenidos de manera diferenciada, para 3, 4 y 5 años.

● **OBJETIVOS DIDÁCTICOS PRIMER NIVEL**

- Desarrollar una imagen corporal ajustada y positiva.
- Mantener el equilibrio.
- Adquirir una coordinación dinámica general.
- Conocer el espacio.
- Discriminar pequeñas orientaciones espaciales.
- Desarrollo de habilidades psicomotrices.
- Adquisición de nociones básicas de orientación en el espacio.

CONTENIDOS:

A modo de ejemplo cito algunos de los contenidos que se encuentran recogidos en mi programación de aula, destinados a ser trabajados a largo de las diferentes sesiones, y adaptados al nivel.

- Confianza en las propias posibilidades de acción.
- Nociones básicas como lejos- cerca. Rápido- despacio
- imagen global del propio cuerpo.
- Órdenes sencillas como STOP.
- Control postural
- Posturas del cuerpo y movimientos en el espacio.
- El cuerpo humano.

● **OBJETIVOS DIDÁCTICOS SEGUNDO NIVEL:**

- ➔ Iniciar y afianzar la definición de la propia lateralidad.
- ➔ Desarrollar una imagen ajustada y positiva de si mismo.
- ➔ Afianzar el equilibrio y el control postural.
- ➔ Disfrutar con las sesiones de psicomotricidad.
- ➔ Aprender pequeñas coreografías grupales.
- ➔ Respetar las normas marcadas en las clases.
- ➔ Controlar las distintas formas de desplazamiento: marcha, carrera, salto, coordinando los diferentes movimientos implicados.

CONTENIDOS:

- Percepción sensorial.
- Equilibrio.
- Nociones básicas de orientación en el espacio y en el tiempo: grande/pequeño, alto-bajo.
 - Imagen global del cuerpo humano.
 - Utilización de las posibilidades expresivas del propio cuerpo en situaciones diversas.
 - Exploración de las posibilidades y limitaciones motrices del propio cuerpo en situaciones lúdicas.
 - Coordinación y control corporal en las actividades que implican tanto el movimiento global como segmentario y la adquisición progresiva de habilidades motrices nuevas, en las acciones lúdicas.
 - Adquisición de la noción grande/pequeño, alto-bajo.
 - Aceptación y valoración ajustada y positiva de la propia identidad y de sus posibilidades y limitaciones.
 - Confianza en las posibilidades propias y en la propia capacidad para realizar aquellas tareas y conductas que estén al alcance del niño Confianza en las propias posibilidades de acción

● OBJETIVOS DIDÁCTICOS TERCER NIVEL

- ✓ Controlar el propio cuerpo y vivenciar diferentes movimientos.
- ✓ Conocer y respetar las diversas actividades de juego.
- ✓ Experimentar diversas nociones espaciales.
- ✓ Reconocer señales por forma y color.
- ✓ Cuidar el material del gimnasio.
- ✓ Discriminar diferentes colores.
- ✓ Aprender a relajarse después de la actividad física.

CONTENIDOS

A modo de ejemplo cito algunos de los contenidos que se encuentran recogidos en mi programación de aula, destinados a ser trabajados a largo de las diferentes sesiones, y adaptados al nivel correspondiente.

- ✓ Segmentos y elementos del cuerpo.
- ✓ Gusto por los diferentes movimientos.
- ✓ Respeto por las normas de juego..
- ✓ Discriminar los diez primeros números de manera ascendente y descendente.
- ✓ Nociones espaciales: izquierda/derecha; dentro/fuera.
- ✓ Señales circulares, rectangulares y triangulares.
- ✓ Tarjetas identificativas: abrazogramas.
- ✓ Órdenes como, rápido, Stop, lento.
- ✓ Actitud de cuidado con el material de gimnasio.
- ✓ Participación en actividades musicales.
- ✓ Los colores: primarios y secundarios.
- ✓ Técnicas de relajación.
- ✓ Audición de música clásica.

Por último, la educación abarca otras cuestiones que responden a demandas sociales, como son la **Educación en valores**. Destacando que a través de la psicomotricidad se trabajará la Educación para la Salud.

EVALUACIÓN

Se va a llevar a cabo en diferentes momentos y abarca tanto el proceso de aprendizaje como el de enseñanza. En cuanto al proceso de aprendizaje: **¿qué evaluar?** Los indicadores de evaluación que se proponen vienen derivados de los diferentes objetivos didácticos, y quedan recogidos en los boletines de evaluación de cada trimestre.

A modo de ejemplo:

Se desplaza a través de diferentes movimientos.

Respetar las reglas del juego.

Vivencia diferentes nociones espaciales. (izquierda/derecha, dentro/fuera)

Cuida el material.

Es capaz de relajarse después de la actividad.

Disfruta con las canciones.

Hace uso correcto del material.

Participa con interés en todas las actividades.

Aprecia y respeta las normas de convivencia elementales.

Acepta a todos los compañeros/as.

Utiliza ropa y calzado adecuados a la actividad.

Muestra confianza en sus posibilidades de acción.

Se orienta en el espacio.

Se desplaza por el espacio con distintos movimientos: andar, correr, saltar, subir, bajar, parar, girar, cuadrupedia...

Adopta diferentes posturas corporales: levantado, sentado, tumbado, agachado

Utiliza con confianza sus posibilidades motrices al desplazarse: de prisa/despacio, caminando, saltando, corriendo.

Controla su cuerpo en actividades de reposo o relajación. Desarrolla de forma global las habilidades motrices básicas.

Manipula diversos objetos: aros, pelotas, cuerdas...

¿Cómo evaluar?

A través de la observación de la sesión, recogiendo datos en un anecdótico, por medio de la autoevaluación de los niños. **¿Cuándo evaluar?** Al inicio, durante la sesión y al finalizarla.

En cuanto al proceso de enseñanza: **¿qué evaluar?** El clima de la sesión, el uso de los materiales, la motivación en las actividades sobre la primavera, la organización del espacio y el tiempo, la colaboración con las familias.... **¿Cómo evaluar?** A través del diario de clase, observación del maestro de apoyo... **¿cuándo evaluar?** Al principio, durante y al final.

ACTIVIDADES

Otro principio básico es la actividad, esencial en estas sesiones y que tendrá como aliado el juego. Para llevar a cabo la sesión crearemos un ambiente cálido y acogedor y que les proporcione seguridad. Los materiales van ser elegidos de acuerdo a la edad de los niños, evitando peligrosidad y siendo motivadores para ellos.

El espacio. Es básico preparar el espacio donde se va a realizar la sesión, en función de los objetivos a conseguir, los espacios de los que disponemos son: las pistas de volleyball de primaria, el polideportivo, e incluso la sala del tatami ubicada en educación infantil. Cabe destacar que cuando trabajamos educación vial, lo hacemos en el patio destinado a educación infantil.

En lo que respecta al tiempo, las sesiones suelen durar entre 45 y 50 minutos, y suelen tener 5 momentos significativos.

1. Momento de entrada: se llega al gimnasio y nos colocamos en un corro, para explicar lo que se va a trabajar y empezar con el calentamiento.
2. Desarrollo: donde se suceden la mayoría de las actividades.
3. Relajación. (vuelta a la calma)
4. Recogida de material y hábitos de limpieza.
5. Representación de lo vivido en el aula. Se resalta también la coordinación docente.

CONCLUSIÓN

La psicomotricidad tiene un gran valor en el desarrollo integral del niño. Importancia que alcanza su cenit en Educación Infantil, ya que es en estos años de la vida del niño cuando el movimiento adquiere su máxima dimensión como vía del conocimiento de sí mismo y del mundo que le rodea. Cualquier déficit en estos momentos puede repercutir en problemas de aprendizaje, socialización o personalidad.