Colección Educación Física

EDUCACIÓN FÍSICA EN PREESCOLAR

Catalina González Rodríguez



INDE

Copyrighted material

Copyrighted material

Catalina González Rodríguez

Doctora en Ciencias pedagógicas.

Especialista en Educación Física y Natación en edad temprana y preescolar del Departamento de Educación Física en el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación.

Profesora Colaboradora del Centro Latinoamericano de Educación Preescolar (CELEP) y del Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo" (Cuba).

Autora de diversos libros y artículos sobre Caracterización Motriz, Desarrollo Motor, Juegos, Natación y Metodología de la actividad motriz, entre otros.

Investigadora en el campo de la Motricidad Infantil.

Copyrighted material

Copyrighted material

Copyrighted material

Educación Física en Preescolar

Catalina González Rodríguez

INDE
Publicaciones

This One
K9G2-4X0-LCBO
Copyrighted material

En este libro se utilizan expresiones como "niño", "educador", "profesor", etc. que, si no se indica lo contrario, se refieren al género masculino y al femenino.

Primera edición, 2001

© 2001, INDE Publicaciones
Pl. Sant Pere n.º 4 bis, baixos 2.ª
08003 Barcelona - España
Tel. 93 3199799 - Fax 93 3190954
E-mail: editorial@inde.com
http://www.inde.com

© 2001, Catalina González Rodríguez

Dibujos: Orlando Torrado Erwins

Fotos: Jaime Lauzardo

Redacción: Neyda Izquierdo Ramos

ISBN: 84-95114-55-0

Dep. Legal: Z-1083-2001

Impreso en España

Imprime: INO Reproducciones, S.A.
Políg. Miguel Servet, nave 13 - 50013 Zaragoza

Copyrighted material

Índice

PRÓLOGO 7

INTRODUCCIÓN 9

Capítulo I
CARACTERIZACIÓN MOTRIZ DEL NIÑO DE 1 A 6 AÑOS 13

1. Pruebas para la medición de la motricidad de los niños de 1 a 6 años ... 13
2. Las habilidades motrices básicas 28
3. Caracterización de las habilidades motrices básicas y logros en el desarrollo motor de los niños de 1 a 6 años 36

Capítulo II
ACTIVIDADES MOTRICES PARA PREESCOLAR 45

1. Actividades físicas matutinas 45
2. Actividades recreativas 46
3. Actividades acuáticas 49
4. Pruebas para valorar las habilidades acuáticas básicas 56
5. Festivales infantiles 57
6. Paseos y excursiones 58
7. Juegos motores 58
8. Sesiones de educación física 63

Capítulo III
LOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN LA ACTIVIDAD MOTRIZ DE LOS PREESCOLARES 65

1. El método sensorio-perceptivo 66
2. El método práctico 74
3. El método de juego 75
4. El método verbal 76

Copyrighted material

Capítulo IV
EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES Y LAS CAPACIDADES MOTRICES EN LAS PRIMERAS EDADES 83

1. Capacidades condicionales 84
2. Capacidades coordinativas 86
3. Capacidad de flexibilidad 89

Capítulo V
LA ACTIVACIÓN DEL PENSAMIENTO DEL NIÑO A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD MOTRIZ 91

1. Guía de observación para valorar la autonomía y creatividad 95

Capítulo VI
TRATAMIENTO METODOLÓGICO DE LA ACTIVIDAD MOTRIZ CON NIÑOS QUE PRESENTAN ALTERACIONES EMOCIONALES 99

1. Ejercicios de motricidad fina 102
2. Ejercicios para la relajación 103
3. Ejercicios posturales 104

Capítulo VII
CONTENIDO METODOLÓGICO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LOS NIÑOS DE PREESCOLAR 109

1. Grupo de 3 a 4 años 110
2. Grupo de 4 a 5 años 120
3. Grupo de 5 a 6 años 131

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 141

Copyrighted material

Prólogo

La presente obra, fruto de la dedicación de muchos años de su autora, llena un vacío en la literatura pedagógica en materia de educación física en preescolar.

Los conocimientos que contiene constituyen el compendio de un conjunto de resultados científicos que brindan novedosa información a los educadores y, en general, a los especialistas que trabajan en la atención al desarrollo y educación de los niños menores de 6 años.

En sus siete capítulos, el libro presenta una caracterización motriz del niño en la infancia temprana y preescolar, utilizando para ello, un sistema instrumental para la medición de la motricidad de los niños de 1 a 6 años, propuesto por la propia autora, todo ello, producto de su vasta experiencia adquirida en su labor sistemática y esforzada que incluye estudios e investigaciones así como trabajos metodológicos, elaboración de programas y de procedimientos didácticos, seguimiento de su aplicación y evaluación con niños.

Además de su rigor científico, muestra su responsabilidad y compromiso por la niñez a cuya educación, en el campo de la educación física, ha dedicado toda su vida profesional.

El aporte de la Dra. González con la presente obra es esencialmente metodológico, al ofrecer un paquete de instrumentos que permite a los educadores de las primeras edades valorar el resultado de las influencias educativas ejercidas y, sobre su base, diseñar el proceso pedagógico futuro. En ello radica uno de sus valores fundamentales.

Desde el punto de vista didáctico resultan muy útiles las ilustraciones presentadas pues permiten visualizar, en cada periodo de edad, características motrices.

Personalmente, me resulta de mucho agrado presentar el libro, el cual, sin lugar a dudas, contribuye a los esfuerzos que se realizan por elevar la calidad de la educación en el periodo sensible más importante de todo el desarrollo humano: los niños de 0 a 6 años.

Dra. Ana María Siverio Gómez
Directora del Centro de Referencia Latinoamericano
para la Educación Preescolar

Copyrighted material



Copyrighted material

Introducción

En la actualidad es cada vez más creciente la atención y el interés en el mundo educativo por todas aquellas actividades que influyen de manera sustancial en el desarrollo del niño desde los primeros años de su vida. Prestigiosos especialistas e investigadores de diversas ramas de la ciencia han estudiado, profundizado y experimentado en este maravilloso campo de la edad preescolar.

La educación preescolar tiene en cuenta el desarrollo de las esferas cognitivas, motriz y afectiva, es precisamente en este período de la vida donde existen las posibilidades óptimas para desarrollar todas las potencialidades del individuo.

La educación física juega un rol importante en este desarrollo, contribuyendo al fortalecimiento del organismo, mejorando el estado de salud, propiciando el desarrollo de habilidades utilitarias para la vida, creando costumbres higiénico culturales e influyendo en la formación de cualidades morales y sociales de la personalidad.

De esta manera, la educación física forma parte de los programas educativos desde las más tempranas edades, pues las ciencias de la educación han demostrado que en la etapa preescolar, es necesario estimular a los niños mediante un proceso organizado, sistematizado y por ende pedagógico de actividad motriz, de este modo los pequeños adquirirán los conocimientos fundamentales para su adecuado desarrollo en esta etapa que los prepare correctamente para la escuela y la vida.

Esta concepción no contradice que, en este proceso organizado y sistemático, se efectúe la enseñanza de forma tal, que se respete la espontaneidad del pequeño. Es verdad que hoy en día prevalecen básicamente dos planteamientos diferentes:

- Una educación física tradicional dirigida especialmente a la acción del educador, determinando cómo conducir el proceso de enseñanza en el niño, caracterizando el mismo a través de esquemas y modelos, mostrando en cada caso cómo debe ser la ejecución de la actividad que el niño va a realizar y
- Una educación física liberadora, dirigida hacia la autonomía del niño sin que el educador participe directamente en el proceso de asimilación y desarrollo de habilidades de capacidades.

Consideramos que estos dos enfoques pueden confundir a errores en el proceso pedagógico si se adoptan de forma radical. Si bien la excesiva dirección del educador no desarrolla la independencia, creatividad e iniciativa en la ejecución de los

Copyrighted material

movimientos, la total espontaneidad en niños tan pequeños, que se encuentran en proceso de adquisición y desarrollo de habilidades, puede ser grave e irreversible en estas edades.

En este sentido nos pronunciamos por una *educación física en preescolar* donde el adulto desempeñe su verdadero papel como facilitador del proceso, propiciando las posibilidades de ejecución del niño, para que éste demuestre lo que aprende, siendo capaz de desarrollar sus iniciativas de actuación sin tener que seguir un modelo señalado por el adulto, sino sobre la base de sus propias vivencias.

Sustentados en lo anterior, pretendemos ofrecer, en el presente texto, una guía teórica y práctica para la acción pedagógica. En este sentido, se abordan métodos, medios y formas de trabajo para llevar a cabo el proceso de la *educación física en preescolar.* Los contenidos que se ofrecen, muestran una síntesis de la experiencia acumulada en los últimos años en el trabajo de la educación física en las primeras edades. Hemos tratado de ser lo más precisos posible en el tratamiento metodológico de los contenidos para el trabajo con los niños, sin dejar de fundamentar en el plano teórico esta experiencia.

Consideramos que un valor especial lo tienen las primeras páginas, al abordar la caracterización motriz del niño por grupo de edad, así como los logros motores que alcanzan estos al final de cada etapa. Esto ha sido el resultado de un trabajo de investigación, cuyas conclusiones aportaron una valiosa información sobre las peculiaridades de la motricidad en los niños de 1 a 6 años. En este primer capítulo se reflexiona sobre la necesidad de conocer como punto de partida las características de los niños con los cuales trabajamos. Con este fin se analizan baterías diagnósticas de diferentes autores y se propone un sistema instrumental para la medición de la motricidad validado y aplicado a niños de 1 a 6 años.

En el capítulo II, *Actividades motrices para preescolar*, el lector podrá encontrar el contenido de diferentes situaciones que pueden ofertarse a los niños pequeños en determinados momentos del día o épocas del año.

Un capítulo básico en este libro lo constituyen los métodos de enseñanza que se aplican en la actividad motriz con los preescolares. El estudio de los métodos de enseñanza es una necesidad que tiene todo educador para poder guiar el proceso educativo, con este objetivo se analizan los diferentes tipos de métodos y se citan ejemplos prácticos de cómo aplicarlos, de forma tal, que el docente facilite la actividad del niño aprovechando las vivencias de éste y estimulando su iniciativa.

El capítulo que continúa está dirigido a explicar las habilidades y capacidades motrices básicas que se desarrollan en las primeras edades, enfatizando como el profesor debe ser un buen observador de la actividad del niño de manera que durante la misma se desarrollen las capacidades motrices coordinativas y la flexibilidad, no así las capacidades condicionales que pudieran afectar el organismo en pleno proceso de crecimiento y desarrollo. En tal sentido se ofrecen ejemplos que permi-

Copyrighted material

ten al educador identificar cómo se manifiestan en la actividad que el niño realiza cada una de estas capacidades.

Sobre la base del estudio de este capítulo se desarrolla el siguiente, el cual está dedicado a resaltar cual debe ser el papel del maestro durante la actividad de forma tal que no se afecte el desarrollo de la independencia y creatividad de los pequeños. Se proponen formas de intervención pedagógica que permitan facilitar una participación activa del pensamiento del niño en las acciones motrices que ejecuta.

Se nos hizo imprescindible abordar un capítulo sobre el tratamiento metodológico de la actividad motriz con los niños que presentan alteraciones emocionales del sistema nervioso, debido a la necesidad de considerar a los niños que dentro de un grupo presentan características que requieren de una atención diferenciada. Se exponen ejemplos sobre las alteraciones más frecuentes que se presentan en el sistema nervioso del niño en estas edades y cómo debe ser el enfoque metodológico para estos casos.

El objetivo del último capítulo es la de ofrecer un contenido metodológico para desarrollar con niños de 3 a 6 años, brindándose treinta sesiones prácticas de educación física que se pueden realizar durante el curso escolar.

La educación física en preescolar está dedicada a educadores, profesores, maestros, estudiantes de institutos de formación docente y a todo el personal profesional que labore en la esfera de la educación física en este nivel.

La intención de este libro es la de ofrecer una guía para la acción pedagógica con un enfoque actualizado. Nuestro mayor deseo es haber podido cumplir esta intención.

Catalina González Rodríguez

Copyrighted material



Copyrighted material

Caracterización motriz del niño de 1 a 6 años

1. PRUEBAS PARA LA MEDICIÓN DE LA MOTRICIDAD DE LOS NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS.
2. LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.
3. CARACTERIZACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y LOGROS EN EL DESARROLO MOTOR DE LOS NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS.

1. PRUEBAS PARA LA MEDICIÓN DE LA MOTRICIDAD DE LOS NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS

La edad preescolar constituye una etapa con características propias vinculadas al desarrollo ulterior del sujeto. En esta etapa se sientan las bases para el desarrollo físico y psíquico de la persona. Durante los primeros años de vida se asimilan conocimientos, habilidades y hábitos, se forman capacidades, cualidades volitivo-morales, que en el pasado se consideraban alcanzables sólo en niños de edades mayores.

La educación física, como componente de la educación integral, asume una importancia vital en el desarrollo general del sujeto. Estudios de diferentes autores (Piaget, Vigotsky, etc.) permitieron comprender la contribución de los movimientos en el desarrollo infantil y cómo ambos procesos, educación y desarrollo, se interrelacionan. Un programa de educación física bien estructurado desde las primeras edades puede contribuir notablemente al desarrollo motor sin pretender acelerar este desarrollo. Pero, para ejercer esta influencia sin el peligro de cometer errores en el proceso de enseñanza, todo educador debe nutrirse de la información necesaria sobre la evolución del desarrollo, sus avances y retrocesos.

Copyrighted material

Como punto de partida para lograrlo se requiere conocer **qué** hace el niño en cada edad, en las condiciones reales de su entorno y cuál es la **causa** de por qué en un grupo de edad se comporta de una forma u otra. Tener una referencia del comportamiento del niño y su evolución en cada edad, significa poseer una información para que tanto educadores como padres, puedan intervenir a tiempo en el desarrollo del pequeño. Muchos científicos en el mundo se han preocupado por estudiar la conducta del sujeto en los diferentes estadios de su desarrollo.

El estudio de la motricidad infantil (como una importante esfera del desarrollo general) ha sido abordado desde diferentes perspectivas y puntos de vista. A continuación se describen los pasos por los cuales fue necesario transitar en un estudio (González, 1997) que proporcionó una caracterización en el ámbito motriz con niños en las edades de 1 a 6 años.

Una primera parte de esta investigación fue dedicada a recopilar y analizar baterías diagnósticas de diferentes autores que estudiaron el desarrollo humano, así mismo se clasificaron los criterios de cómo es la conducta del niño expresados por cada autor. Se pudo apreciar que no siempre los autores realizaron la descripción del comportamiento apoyándose en pruebas diagnósticas, sino que en algunos casos sus criterios han estado fundados en interpretaciones de la práctica, constituyendo una aproximación basada en la experiencia profesional. Algunos autores, tales como Willians (1983), se han basado en filmaciones de películas analizadas con posterioridad.

Autores de elevado prestigio han realizado caracterizaciones motrices de niños de diferentes grupos de edades. Cratty (1979), basándose en la aplicación de una lista de control, describe las características del comportamiento perceptivomotor de los niños, la correlación entre las teorías evolutivas y los logros motores, Piaget y Wallon (citado por Aquino y Zapata, 1979), así como el estudio sobre el desarrollo motor y los movimientos rectores de la pedagoga alemana Kahte Lewin (1972), brindan una vasta información al respecto.

Sería demasiado extenso plasmar las peculiaridades de la motricidad, que mediante la descripción del comportamiento motor, han abordado diferentes científicos, a continuación resumimos en la tabla 1 el criterio de los cuatro autores mencionados.

En la tabla 2 se reflejan de una forma más resumida los diferentes criterios de estos autores sobre las edades en que se manifiesta determinada habilidad motriz. Se seleccionan 5 habilidades como ejemplo.

No fue la intención ni el objeto del estudio realizado establecer comparaciones de las características motrices del niño dadas por los diferentes autores, mucho menos si tenemos en cuenta que los autores citados proceden de épocas diferentes, no obstante, se evidencia en la tabla 2 que no existe homogeneidad en estas caracterizaciones. Debido a esto, sería un error copiar la caracterización descrita por un

Copyrighted material

Tabla 1. Caracterizaciones de cuatro habilidades motrices básicas

	B.J. CRATTY	J. PIAGET y H. WALLON	K. LEWIN
CORRER	Aparece de forma accidental cuando el niño hace sus primeros intentos de caminar (18-20 meses). Hacia los 5 años es cuando se estructura como tal.	Aparece al inicio de los 2 años como una carrera torpe. A los 4 años comienzan a discriminar distintas velocidades en el ritmo de la carrera.	Al final de los 2 años aparece la carrera después de caminar y lanzar. Al inicio de los 3 años trotan hasta 30 metros y a partir de los 5 años realizan la carrera con tiempo.
SALTAR	Este autor no describe esta habilidad.	A los 2 años realizan el salto desde arriba de pequeños obstáculos. Saltan con los pies unidos por encima de una cuerda en el suelo. A los 4 años saltan separando y uniendo las piernas. A los 5 años saltan sobre un pie.	Aparecen los saltitos al final de los 2 años, conjuntamente con la carrera. A partir de los 3 años saltan desde encima de obstáculos. A los 4 años saltan sobre un pie. A los 5 años saltan sobre un objetivo y a los 6 años ejecutan el salto largo sin carrera de impulso.
LANZAR Y ATRAPAR	Hacia los 6 meses lanzan objetos de forma burda. En los primeros 2 a 3 años lanzan con las dos manos. Entre los 5 y 6 años lanzan con una mano dando un paso adelante con la pierna de ese brazo. A los 6 años considera el lanzamiento maduro. Atrapan desde 2 a 3 años de forma primitiva (atrape con apoyo de todo el cuerpo). A los 5 años atrapan la pelota que le lanzan.	A los 2 años realizan lanzamientos dirigidos y atrapan con torpeza. A los 3 años lanzan hacia abajo con dirección. A los 4 años atrapan la pelota con más seguridad. A los 6 años lanzan y atrapan la pelota después que rebota contra la pared.	A partir de 1 año lanzan con giro. A los 2 años lanzan sin objetivo. A los 3 años lanza con ambas manos y brazos extendidos. A los 4 años lanzan con objetivo y a los 5 años lanzan a distancia (5-8 m.) y hacia objetos a altura. Se plantea la combinación de lanzar y atrapar a los 6 años. Las combinaciones de lanzar con otras acciones no aparecen hasta los 7 años.
TREPAR	A los 2 1/2 años alcanzan la habilidad de subir y bajar escaleras, desde con apoyo hasta hacerlo solos, pero la acción de bajar no se logra hasta los 3 años.	Entre los 12 y 14 meses ascienden escalones uniendo los pies en cada escalón y descienden escalones con poca seguridad. A los 3 años suben escaleras alternadamente y bajan igual.	Al final de 1 año (12 meses) suben y bajan de un objeto con ayuda. A los 3 años suben una escalera diagonal. A los 4 años la trepa es más madura.

Copyrighted material

Tabla 2. Criterios sobre la edad en que se manifiestan 5 habilidades motrices

	B.J. CRATTY	J. PIAGET y H. WALLON	K. LEWIN
CAMINAR	18-20 meses	12-14 meses	Final de los 12 meses
CORRER	5 años	4 años	2 años
SALTAR	–	2 años	3 años
LANZAR	6 meses	2 años	1 año
TREPAR	3 años	3 años	4 años

autor específico, en lugar de estudiar mediante la aplicación de una prueba diagnóstica las peculiaridades de la motricidad.

Debe considerarse que los sujetos, aunque corresponden a niños de las mismas edades, son de diferentes orígenes geográficos y sociales. Esto demuestra la necesidad de caracterizar al niño en las condiciones concretas de cada país, pues, por una parte, la maduración es un factor biológico que determina en cada grupo de edad un comportamiento diferente, y, por la otra, la influencia de factores ambientales, sociales y educativos, tales como los programas, la relación con el adulto y otros niños, el régimen de vida, las costumbres y el clima, así como hasta la característica de la batería diagnóstica que se aplique, hacen variar las peculiaridades de la motricidad.

Aunque conocemos que existen diferentes vías para llegar a un criterio de caracterización, se ha podido constatar que las observaciones del comportamiento del niño, sin la guía de una prueba de evaluación, lleva mucho más tiempo y comúnmente se realiza con grupos de niños mas reducidos.

La forma para poder caracterizar al niño motrizmente requiere de la valoración de aquellas variables e indicadores que puedan dar resultados confiables y objetivos, de ahí la necesidad de crear una prueba capaz de cumplir esta pretensión. La metrología como ciencia de las mediciones tiene como tarea principal validar la unidad y la exactitud en las mediciones (Zatsiorski, 1989).

Los criterios que se utilizan para la selección de pruebas de evaluación están condicionados a los objetivos o pretensiones de la investigación en cuestión. Al diseñar los instrumentos para una investigación y obtener un resultado que facilite el conocimiento de las características del niño en cada grupo de edad, se da solución a dos cuestiones básicas de la metrología: **qué** y **con qué medir.** Es función del profesional de la educación el elegir un útil de evaluación con criterios serios y científicos.

Existen hoy día gran diversidad y cantidad de baterías de medición, por lo que después de un amplio análisis bibliográfico se requirió agrupar en cuatro grupos

Copyrighted material

quince de las baterías que más relación tenían con las edades de interés. Esta recopilación facilitó el análisis para llegar al criterio en cuanto a la selección o confección de la batería a aplicar en nuestro estudio (tabla 3).

En un primer grupo se encuentran los tests donde el interés de los autores está dirigido a conocer el dominio del niño de su izquierda y derecha (noción de lateralidad). De este grupo se analizaron el test de orientación izquierda-derecha de Piaget-Head en el *Manual del examen psicológico* de Zazzo (1971), el test de imitación de gestos de Berges-Lezine (1975), el test de dominancia lateral de Schilling (Zuchrigl 1983) y el test del pato y el conejo de Perret, tomado de Kramer, Linkshandigkeit (1961). El principal interés de este grupo de autores fue el de determinar el lado dominante del cuerpo. Es muy común en estas baterías la observación de figuras donde según la percepción visual del niño se define su dominio ocular.

Como se puede apreciar, para estos autores, la lateralidad es un aspecto básico en la evaluación del desarrollo motor. Aunque no fue la intención de nuestro estudio evaluar la lateralidad de forma independiente, se consideró fundamental considerarla en la prueba a seleccionar o confeccionar, y que la misma debía ser un componente básico de algunas alternativas de las habilidades motrices a observar.

En un segundo grupo se reúnen los tests encaminados a valorar el desarrollo general del niño, donde las pruebas motoras se encuentran dispersas entre otras pruebas. Se analizaron la escala Gessell de desarrollo infantil (Gessell-Amatruda

Tabla 3. Agrupación de los autores de acuerdo con sus puntos de vista

LATERALIDAD	DESARROLLO GENERAL	PSICOMOTRICIDAD	DESARROLLO MOTOR
– Test de orientación izquierda-derecha de Piaget-Head. – Test de imitación de gestos de Berges-Lezine. – Test de dominancia lateral de Schilling. – Test del pato y el conejo de Perret.	– Escala de Gessell de desarrollo infantil. – Escala de Brunet-Lezine de desarrollo motor. – Listas de control de conductas perceti-vos-motrices de Cratty.	– Examen psicomotor de ayer. – Examen psicomotor de Mazó. – Observación psicomotora de Da Fonseca.	– Batería Ozerestky de motricidad infantil. – Observación y evaluación de patrones motores McClenaghn y Gallahue. – Test de coordinación corporal infantil de Kiphard y Schilling. – Test de diagnóstico de la capacidad motriz de Arheim y Sinclair. – Batería de aptitud física de Fleishman.

Copyrighted material

1981), escala Brunet-Lezine de desarrollo motor (1980), y las listas de control de conductas perceptivomotrices de Cratty (1979). En este segundo grupo (de desarrollo general), se manejan escalas que comprenden un conjunto de pruebas de diversas dificultades dirigidas a cuatro esferas del desarrollo: cognitiva, afectiva, motriz y social (Gessell adiciona también lo adaptativo). En sentido general las pruebas de la esfera motriz que fueron las de mayor interés para nuestro estudio, son las que aparecen en la lista de control de conductas perceptivo motriz de Cratty.

La escala de Gessell reporta también algunas pruebas de interés relacionadas con las habilidades motrices básicas, aunque su misión fuera básicamente determinar el cociente de desarrollo del niño, ya que este autor tiene como objetivo relacionar la edad cronológica con la biológica.

En la escala Brunet-Lezine de desarrollo motor, la mayoría de las pruebas están dirigidas al desarrollo psicológico, apoyándose para ello de diversas situaciones motrices. No en todos los casos estas situaciones motrices tienen relación directa con las habilidades motrices básicas ya que algunas corresponden más a acciones que a movimientos.

La mayoría de las pruebas de este grupo han sido empleadas para prevenir problemas del desarrollo en relación con el aprendizaje escolar.

En un tercer grupo se encuentran una relación de pruebas donde los autores se interesan por la psicomotricidad del niño. Se estudia en este grupo el examen psicomotor de Vayer (1977), el examen psicomotor de Mazzo (1974), y la observación psicomotora de Da Fonseca (1982).

En este tercer grupo denominado por los autores como pruebas de psicomotricidad se encuentran ítems dedicados fundamentalmente a la relación espacio-temporal, al conocimiento y dominio del cuerpo y nuevamente aparece el de lateralidad. Estas pruebas aparecen repetidas en las baterías de los autores ubicados en este grupo. Otros ítems están dedicados a aspectos de tipo fisiológico, como conocer el control que el niño tiene de su relajación y respiración. Estas tareas están en las baterías de Vayer, Mazó y Da Fonseca. Aparecen también en las baterías de estos tres autores otros ítems dedicados a capacidades coordinativas en general como la coordinación, la agilidad y el equilibrio.

Con relación a este grupo, fueron de interés para nuestro estudio los aspectos coincidentes, pues la relación espacio-temporal, control del cuerpo y lateralidad pueden verse manifestadas en diferentes alternativas de movimientos al ejecutar las carreras, los saltos y otras habilidades.

En un cuarto grupo se encuentran aquellos autores que sus pruebas se dirigen al aspecto motor. Se analiza la batería Ozerestki de motricidad infantil (1956), la observación y evaluación de patrones motores fundamentales de McClenaghn y Gallahue (1985), el test de coordinación corporal infantil Hann-Marburg de Kiphard y Schilling (1976), test diagnóstico de la capacidad motriz de Arhein y Sinclair (1976) y la batería de aptitud física de Fleishman (1964).

Copyrighted material

En este cuarto grupo los autores definen baterías nombradas de desarrollo motor, aunque algunos ítems incluyen tanto la coordinación gruesa como fina (Ozereztki, Kiphard-Schilling). En este grupo los autores manejan ítems dedicados a alternativas de movimientos fundamentales: habilidades y combinaciones de estas (McClenaghan, Gallahue y Kiphard-Schilling). Resultó de gran interés en el estudio citado la batería de McClenaghan y Gallahue.

El test de coordinación corporal de Kiphard y Schilling, aunque está destinado a niños de 5 a 14 años, describe una serie de ítems que se consideraron también como alternativas de movimientos a considerar en nuestro instrumento de evaluación.

La batería Ozereztki de motricidad infantil aporta algunos datos de interés referidos a la coordinación general que puede inferirse como tema básico a considerar. Este aspecto ha sido constatado también en otras baterías referidas con antelación, lo que demuestra que muchos autores la han tenido en cuenta.

1.1. Resumen del análisis de las diferentes baterías diagnósticas

1. Aunque algunos autores aplican baterías diagnósticas para un área de desarrollo (desarrollo motor) se considera que las informaciones que aportan sus estudios son útiles para llegar al final a una caracterización integral del niño. Éste es un principio básico también en nuestro estudio.

2. Aunque la mayoría de las baterías consultadas están dirigidas a la etapa preescolar, se aprecia que unos autores seleccionan edades específicas dentro del período. Por ejemplo, la lista de control de Cratty estudia niños de 2 a 3 años y el examen psicomotor de Vayer a niños de 2 a 5 años. Otros autores proponen baterías que parten de edades enmarcadas en la etapa preescolar y abarcan hasta la adolescencia. Por ejemplo, la batería Ozereztki para 2 a 14 años o la observación psicomotora de Da Fonseca para 4 a 14 años o el test de coordinación corporal de Kiphard y Schilling para 5 a 14 años. En nuestro estudio se seleccionaron para la observación las edades de 1 a 6 años.

3. Se ha podido constatar, reconocido por los propios autores, que la mayoría de los test están reconstruidos sobre la base de otros, pues muchos ítems se repiten de una batería a otra. También se realizan adaptaciones de acuerdo con los intereses de los autores que los aplican, determinando cada uno los factores esenciales (variables) a considerar.

4. Los test que no son específicamente pruebas motoras, contienen estas pruebas dispersas entre las pruebas psicológicas. En estos casos, el mayor interés de

Copyrighted material

los autores es valorar la conducta cognitiva del sujeto. En relación con lo anterior se encuentran las baterías agrupadas en el primero, segundo y tercer grupo. La escala Brunet-Lezine, aunque se denomina de desarrollo motor se encuentra en este caso, por eso aparece ubicada en el grupo de desarrollo general. Estos autores al igual que Gesell, elaboraron sus escalas para estudiar fundamentalmente el desarrollo psicológico del niño donde las situaciones motrices sirven de apoyo.

Ocurre una situación semejante con el grupo de pruebas de psicomotricidad, pues la mayoría de las tareas valoran sobre todo la conducta cognitiva del sujeto. Nuestro estudio prevé la selección o confección de una batería diagnóstica con un amplio contenido de tareas motrices.

5. Todos los autores expresan que los resultados que se obtienen al aplicar una batería diagnóstica *no pueden considerarse como un modelo acabado,* pues el desarrollo del niño requiere ser valorado cada cierto tiempo. Éste es un principio básico a considerar en nuestro estudio.

6. Se ha podido apreciar que la mayoría de los autores consultados se han interesado fundamentalmente en conocer y valorar el desarrollo del niño para detectar alteraciones en el mismo, manejándose al respecto una pedagogía de tipo clínica. Aunque nuestro estudio no persigue el mismo fin, al obtener un resultado de caracterización, se pueden apreciar y valorar las irregularidades del desarrollo.

A continuación de cada grupo se expone la metodología de algunas baterías diagnósticas que más influyeron en el estudio realizado. Se ofrecen con el propósito de facilitar la comprensión del análisis realizado y su posible aplicación en la práctica pedagógica.

Baterías diagnósticas

PRIMER GRUPO			
TÍTULO: *TEST DEL PATO Y EL CONEJO DE PERRET* (1961)			
EDAD	**OBJETIVO**	**TAREA**	**VALORACIÓN**
4 a 6 años.	Conocer la dominancia ocular del sujeto.	Observar una figura a 60 cm del sujeto.	Si el sujeto nombra un conejo denota zurdería ocular, y si menciona un pato es ocularmente diestro.

Copyrighted material

SEGUNDO GRUPO			
TÍTULO: *LISTA DE CONTROL DE CONDUCTAS PERCEPTIVO-MOTRICES DE CRATTY* (1979)			
EDAD	**OBJETIVO**	**TAREA**	**VALORACIÓN**
2 a 3 años.	Conocer la conducta perceptivo-motriz del sujeto.	1. Demuestra diversos comportamientos de "garabateo". 2. Puede andar rítmicamente y con igual cadencia. 3. Puede bajar de un objeto, moviendo primero un pie y luego el otro. 4. Puede nombrar sus manos, pies, cabeza y algunas partes de la cara. 5. Opone el pulgar a los dedos cuando agarra objetos y los deja suavemente utilizando el movimiento de "pinza". 6. Puede andar unos 3 metros aproximadamente sobre una raya de 5 cm de ancho marcada en el suelo.	Es dicotómica (sí-no). El niño que no domine 4 de 6 tareas es motivo de un examen complementario y de ayuda suplementaria.

TERCER GRUPO			
TÍTULO: *EXAMEN PSICOMOTOR DE VAYER* (1970)			
EDAD	**OBJETIVO**	**TAREA**	**VALORACIÓN**
2 a 5 años.	Conocer el comportamiento psicomotriz para detectar sujetos con problemas.	1. Coordinación óculo-manual. 2. Coordinación dinámica. 3. Control del propio cuerpo. 4. Organización perceptiva. 5. Observación de la lateralidad. 6. Estructuración espacio-temporal. 7. Conducta respiratoria.	Los resultados se plasman en un perfil que manifiesta el estado del sujeto con relación a su edad, indicando los puntos fuertes y débiles.

Copyrighted material

TERCER GRUPO			
TÍTULO: *OBSERVACIÓN PSICOMOTORA DE DA FONSECA* (1982)			
EDAD	**OBJETIVO**	**TAREA**	**VALORACIÓN**
4 a 14 años.	Captar la personalidad psicomotriz, o sea el estilo psicomotor del niño.	1. Tonicidad. 2. Equilibración. 3. Lateralización. 4. Noción del cuerpo. 5. Estructuración espacio-temporal. 6. Praxia global. 7. Praxia fina.	Mediante una escala de 1 a 4.

CUARTO GRUPO			
TÍTULO: *TEST DE COORDINACIÓN CORPORAL INFANTIL HAMM-MARBUG, DE KIPHARD Y SCHILLING* (1976)			
EDAD	**OBJETIVO**	**TAREA**	**VALORACIÓN**
5 a 14 años.	Detectar problemas de coordinación general.	1. Marcha hacia atrás sobre barras de equilibrio de diferentes anchuras (3 a 6 cm). 2. Saltos sobre bloques de goma-espuma con una pierna sobre alturas crecientes. 3. Desplazamientos sobre soportes (20 s). 4. Saltos laterales sobre una línea en el suelo (15 s).	Se analizan los resultados mediante una gráfica evolutiva del rendimiento. Los parámetros que se evalúan son: tiempo, suma de errores, amplitud y precisión.
TÍTULO: *OBSERVACIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS PATRONES MOTORES FUNDAMENTALES DE McCLENAGHAN Y GALLAHUE* (1985)			
3 a 6 años.	Observación y análisis de los diversos movimientos fundamentales.	Ejemplo de una hoja de observación de un movimiento o patrón fundamental (tabla 4).	A partir de los indicadores (E.I., E.E. y E. M.) se analiza el resto de los movimientos, planteando en cada uno diferentes alternativas de ejecución de acuerdo con la acción motriz que se observa y ubicándola en cada estadio.

Copyrighted material

Tabla 4. Captura de la pelota

	ESTADIO INICIAL	ESTADIO ELEMENTAL	ESTADIO MADURO
MOVIMIENTO DE LA CABEZA	Se produce una reacción volviendo la cabeza o tapándose la cara.	El niño cierra los ojos cuando hace contacto con la pelota.	Desaparece totalmente la reacción de rechazo.
MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS	– Los brazos se encuentran extendidos frente al cuerpo. – Se produce escaso movimiento hasta el momento del contacto. – El movimiento es similar a la acción de arrastrar con todo el brazo. – Se intenta atrapar la pelota con todo el cuerpo.	– Los codos se mantienen hacia los lados flexionados a 90º. – Los brazos atrapan la pelota cuando falla el contacto inicial intentado con las manos.	– Los brazos permanecen relajados a ambos lados y los antebrazos extendidos frente al cuerpo. – Los brazos ceden ante el contacto para absorber la fuerza que trae la pelota. – Los brazos se adaptan a la trayectoria de la pelota.
MOVIMIENTO DE LAS MANOS	– Las palmas están vueltas hacia arriba. – Los dedos se encuentran extendidos y tensos. – Las manos no se utilizan para capturar.	– Las manos se enfrentan una a la otra con los pulgares hacia arriba. – Producido el contacto, las manos intentan tomar la pelota con un movimiento poco coordinado.	– Los pulgares se mantienen enfrentados. – Las manos toman la pelota con un movimiento simultáneo y bien coordinado. – Los dedos realizan una precisión más eficaz.

Hasta aquí hemos mostrado algunos ejemplos de baterías diagnósticas de diferentes autores. Con esta información y el criterio profesional de más de 20 años trabajando con niños preescolares se confeccionó y validó la batería diagnóstica de nuestro estudio que permitió valorar y describir el comportamiento motor de los sujetos observados.

Este Sistema Instrumental para la Medición de la Motricidad de los niños de 1 a 6 años (SIMEM-C.G.) lo mostramos a continuación.

Copyrighted material

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LA MOTRICIDAD DE LOS NIÑOS DE 1 a 6 AÑOS (SIMEM)

Edad del niño: _____ (años y meses)

Asisten a la institución: **Sí** _____ **No** _____

Cantidad de niños: _____

CAMINAR

1. Con apoyo, camina de lado.
2. Con apoyo, avanza una pierna y acerca la otra.
3. Con apoyo, camina frontal en la punta de los pies.
4. Con apoyo, camina frontal colocando una y otra pierna alternadamente.
5. Con apoyo, menos de cinco pasos.
6. Con apoyo, más de cinco pasos.
7. Sin apoyo, camina con los brazos extendidos a los lados del cuerpo.
8. Sin apoyo, camina con movimientos simultáneos de brazos.
9. Sin apoyo, camina en la punta de los pies, llevando los brazos al lado del cuerpo.
10. Sin apoyo, camina en la punta de los pies con movimientos simultáneos de brazos.
11. Sin apoyo, camina en la punta de los pies con movimientos coordinados de los brazos.
12. Sin apoyo, camina en la punta de los pies con los brazos al frente.
13. Sin apoyo, menos de cinco pasos.
14. Sin apoyo, camina con movimientos coordinados de brazos y piernas.
15. Camina pero no coordina los movimientos de brazos y piernas.
16. Camina por una viga o muro estrecho.
17. Camina por una tabla ancha colocada en el suelo.
18. Camina por una línea dibujada en el suelo.
19. Camina por una viga o muro estrecho con pasos laterales.
20. Camina por la viga llevando objetos en el cuerpo.
21. Camina por la viga, realiza giro y continua caminando.
22. Camina de espalda por una tabla en el suelo.

CORRER

1. Da pasos rápidos y cortos en la punta de los pies.
2. Da pasos rápidos con breve fase de vuelo y los brazos a los lados del cuerpo.
3. Da pasos rápidos, con mayor fase de vuelo.
4. Da pasos rápidos, mayor fase de vuelo, movimientos coordinados de brazos y piernas.
5. Corre con aumento de la fase de vuelo, mayor ritmo en el movimiento y coordinación de brazos y piernas.
6. Corre hacia delante y hacia atrás.
7. Corre hacia la derecha y hacia la izquierda.
8. Corre y lanza un objeto al frente con una mano
9. Camina y corre alternativamente.
10. Corre y golpea la pelota con un pie.
11. Corre bordeando objetos (2 como mínimo), separados 70 centímetros.
12. Corre en zigzag (más de 2 marcas), separados 70 centímetros.

LANZAR Y ATRAPAR

1. Lanza la pelota con una mano hacia abajo.
2. Lanza la pelota con las dos manos hacia abajo.
3. Lanza la pelota con una mano de abajo hacia arriba.
4. Lanza la pelota al frente menos de un metro, sin dirección.

Copyrighted material

5. Hace rodar la pelota pequeña con una mano sin dirección.
6. Hace rodar la pelota pequeña con una mano con bastante dirección.
7. Hace rodar la pelota pequeña con dos manos con bastante dirección.
8. Atrapa con las dos manos y ayuda de todo el cuerpo, la pelota mediana que le lanzan rodando.
9. Atrapa la pelota desde el pecho, la pelota mediana que le lanzan.
10. Lanzan la pelota con ambas manos a un objeto colocado a la altura de la vista y a menos de un metro, sin dirección ni alcance del objetivo.
11. Lanza a un objeto colocado a la altura de la vista a más de 1 metro con mejor dirección y alcance del objeto.
12. Lanza con ambas manos desde el pecho sin dirección.
13. Lanza con ambas manos desde el pecho con dirección.
14. Lanza con ambas manos por encima de la cabeza sin dirección y a menos de un metro.
15. Lanza con ambas manos por encima de la cabeza con bastante dirección y a más de un metro.
16. Lanza con ambas manos desde abajo del tronco.
17. Atrapa con ambas manos la pelota que le lanzan de rebote.
18. Atrapa con ambas manos y con ayuda del cuerpo la pelota que le lanzan.
19. Rueda la pelota con una mano por un banco.
20. Rueda el aro con una mano por el suelo.
21. Atrapa el aro que rueda por el suelo.
22. Lanza la pelota de rebote y la atrapa.
23. Golpea la pelota con el pie.
24. Lanza la pelota con las dos manos hacia arriba y la atrapa.
25. Golpea la pelota contra el suelo.

TREPAR

1. Sube y desciende una silla de pequeña altura con el apoyo de brazos y piernas.
2. Sube y desciende una silla de pequeña altura con el apoyo de todo el cuerpo.
3. Trepa por la barra vertical, hace el cambio de agarre de las manos pero las piernas se mantienen en el agarre, no se desplazan.
4. Trepa por la barra vertical, hace el cambio del agarre de las manos y al mismo tiempo sube las piernas flexionadas.

REPTAR

1. Se desplaza arrastrando su cuerpo por el suelo, lleva un brazo al frente y la pierna correspondiente, lleva el otro brazo y pierna descoordinadamente.
2. Se desplaza arrastrando su cuerpo por el suelo, pero lleva los dos brazos al frente y empuja su cuerpo hacia delante descoordinadamente.
3. Se desplaza separando el cuerpo un poco del suelo.
4. Se desplaza separando completamente el cuerpo del suelo (gatea).
5. Se desplaza arrastrando su cuerpo por encima de un banco.
6. Se desplaza arrastrando su cuerpo por el suelo coordinadamente.

ESCALAR

1. En la espaldera sube uno y otro pie, las manos permanecen en el agarre.
2. En la espaldera sube uno y otro pie, una y otra mano.
3. En la espaldera sube un pie y la mano, sube el otro pie y la otra mano sin continuidad en el movimiento.
4. En la espaldera sube un pie y la mano, sube el otro pie y la otra mano en movimiento continuo.
5. Sube con movimientos coordinados de brazos y piernas.

Copyrighted material

GATEAR
1. Se desplaza por el suelo gateando hasta un objeto con movimientos coordinados de brazos y piernas. 2. Se desplaza por el suelo gateando hasta un objeto sin movimientos coordinados. 3. Se desplaza por el suelo en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) con movimientos coordinados. 4. Se desplaza por el suelo en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) sin movimientos coordinados. 5. Se desplaza gateando por arriba de un banco (25 a 30 cm de ancho), con movimientos coordinados. 6. Se desplaza gateando por arriba de un banco (25 a 30 cm de ancho), sin movimientos coordinados. 7. Se desplaza en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) por encima de un banco (15 cm de altura) con movimientos coordinados. 8. Se desplaza gateando por arribas de una tabla inclinada (elevación de la tabla en un extremo a 15 cm).
SALTAR
1. Realizar saltitos hacia arriba con los dos pies, las piernas flexionadas en las caídas. 2. Realizar saltitos hacia arriba con los dos pies, las piernas extendidas en las caídas. 3. Saltitos laterales hacia un lado. 4. Saltitos laterales hacia un lado y otro. 5. Realiza saltos desde 20 cm de altura, piernas extendidas en la caída. 6. Realiza saltos desde 20 cm de altura piernas semiflexionadas en la caída. 7. Salta una cuerda de 25 cm de altura, pasando una pierna primero y la otra después. 8. Realiza un salto hacia delante con las dos piernas a la vez y caída con las dos piernas flexionadas. 9. Realiza tres saltos con un pie, manteniendo la misma altura aproximadamente en cada salto. 10. Salta abriendo y cerrando las piernas. 11. Saltos laterales en una viga de 20 cm de altura con apoyo de ambas manos. 12. Saltitos con giros. 13. Saltitos hacia atrás. 14. Saltan a la tapa del cajón a nivel del suelo.

Esta prueba se aplicó durante cuatro meses a una muestra de 3.200 niños que asisten a instituciones infantiles. La observación se realizó a todos los niños del grupo asistente en cada año de vida desde los12 meses hasta los 6 años. A continuación se ofrece la metodología para la aplicación de este sistema instrumental. Los indicadores que componen la batería se observan en cada grupo de edad, organizando preferentemente los grupos a observar de la siguiente forma:

1. 12 a 18 meses.
2. 18 a 2,5 años.
3. 2,6 a 3,5 años.
4. 3,6 a 4,5 años.
5. 4,6 a 5,5 años.
6. 5,6 a 6 años.

Copyrighted material

Se anotó la cantidad de niños que respondían a cada alternativa de ejecución.

Las observaciones se realizaron individualmente pero dentro del grupo de edad que correspondía, por lo que se valoraron también algunas acciones de forma grupal. Estas observaciones se realizaron en la sesión de educación física o durante las actividades independientes del niño. En ambos casos se crearon las condiciones materiales y motivacionales para lograr las respuestas de los niños a las diferentes situaciones planteadas en la batería diagnóstica.

La forma de observación se realizó como sigue: Un evaluador se dedicó a observar en un grupo de edad cuántos niños respondían a los indicadores (creando condiciones materiales, otro adulto estimulando sin dar modelos ni comparar niños). Al final, el evaluador cuantifica la cantidad de niños que responden a cada indicador, considerando la totalidad de los mismos. Si los niños manifestaban una alternativa de movimiento que correspondía a otra variable, se anotaba en el indicador y variable correspondiente. Al finalizar, las observaciones se computaron y analizaron todos los datos obtenidos en cada grupo de edad, obteniéndose el resultado total de la observación.

Aunque se posea una información regional del resultado del instrumento, lo que puede ser muy útil como diagnóstico para el desarrollo del trabajo futuro en una región específica, el análisis de los resultados puede generalizarse según el interés del evaluador.

Los resultados del sistema instrumental aplicado en cada año de vida se procesaron mediante la técnica estadística de dócima de proporciones, para probar cuando el porcentaje de niños que cumplían la tarea sobrepasaban 70%, lo cual caracteriza la muestra. Aunque en algunas literaturas se reconoce 50%, en este estudio se toma 70% para darle un carácter mucho más sólido a los valores de significación (tabla 5).

Los resultados obtenidos con el instrumento aplicado permiten describir el comportamiento motor de los niños de 1 a 6 años en las ocho variables (habilidades motrices básicas que el mismo contiene).

Como resultado de la aplicación del instrumento descrito se ofrecen a continuación los resultados obtenidos en la observación de las ocho habilidades motrices básicas.

Tabla 5. Niveles de error usados en esta dócima

ERROR	GRADO DE SIGNIFICACIÓN
0,01	Muy significativo (86 a 100%)
0,05	Significativo (70 a 85%)

Copyrighted material

2. LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

2.1. Cuadrupedia

Aunque el gateo es un movimiento fundamental del primer año de vida, se produce su ejecución en el grupo de 1 a 2,5 años, cuando se estimula al niño colocándoles un objeto a una distancia y el adulto les indica verbalmente que ejecuten la acción imitando un animal conocido. Comparado con el gateo del grupo anterior, en este año de vida, el niño ejecuta este movimiento con mejor coordinación, realizándolo de forma continua.

En el grupo de 2,6 a 3,5 años, este gateo también se realiza por arriba de planos a la altura del suelo, lo que demuestra mayor complejidad en su ejecución.

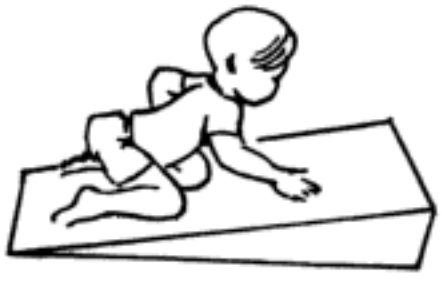
En el grupo de 3,6 a 4,5 años, el apoyo de la rodilla se libera del suelo y se presenta una cuadrupedia con apoyo de las manos y los pies que requiere del pequeño mayor estabilidad corporal.

A partir de este apoyo, los niños se desplazan por el suelo de diversas formas y también por encima de bancos, aunque cuando se realiza por planos altos no se logra buena coordinación, ya que no se ejecuta de forma continua.

A pesar de este avance en la acción, se constata también la ejecución del gateo por encima de una tabla inclinada. Se aprecia cierta regresión evolutiva en la ejecución de la acción ya que en esta respuesta influye la motivación y gusto del niño hacia esta tarea. Este retroceso se explica también por el desarrollo de un equilibrio funcional. El niño debe controlar el equilibrio de su cuerpo en una posición antes de progresar a una nueva posición.



Gatear como el "gato".



Gatear por un plano inclinado, "por la montaña".

Copyrighted material

En el grupo de 4,6 a 5,5 años se observa un mayor avance en la evolución de esta variable ya que ejecutan tanto el gateo como la cuadrupedia por encima de bancos con buena coordinación. Sin embargo en el grupo de 5,5 a 6 años, se presenta nuevamente una regresión en la ejecución de esta acción, ya que el gateo no se reporta por encima de bancos, sino por la tabla inclinada, que resulta de menor dificultad.

2.2. Caminar

Se aprecia que las respuestas de los niños al instrumento aplicado comienzan con el indicador 15: sin apoyo camina con movimientos coordinados de brazos y piernas. Los seis primeros indicadores que plantea el test en esta variable se refieren a la ejecución del caminar con apoyo, el que está dado por la mano del adulto. Estas alternativas aparecen en el test ya que podía ocurrir que algún niño pasara de la sala de lactante al subgrupo de 12 a 18 meses dando pasos inseguros, requiriendo de la ayuda del adulto. En la muestra observada no se presentó ningún caso.

Los indicadores desde el 7 hasta el 12 plantean una forma de caminar que, aunque se ejecuta sin el apoyo del adulto, manifiesta un desplazamiento donde en unos casos no se aprecia el movimiento alterno de los brazos y en otros predomina el andar en puntas de pies muy común en las primeras formas de caminar. Algunos de estos indicadores, como el 9, el 10 y el 12, plantean ambas irregularidades del caminar que no fueron observadas en los niños.



Caminar por líneas, "el equilibrista".



Caminar por "el puente".

Copyrighted material

Los indicadores 13 y 14 no centran su atención en la forma de caminar ya dada por el resto de los indicadores, sino a la prolongación de este desplazamiento.

De acuerdo con el resultado obtenido, la forma de caminar que se expresa, tanto por el suelo como por planos colocados a este nivel se realiza sin pausas y sin el apoyo del adulto, además de observarse los movimientos coordinados de brazos y piernas desde el grupo de 1 a 2,5 años, lo que está en correspondencia con el indicador 15.

En las edades entre 2,6 a 3,5 años esta ejecución sobre planos continua ya no sólo a nivel del suelo, sino también a pequeñas alturas. A los niños de este grupo les motivó más caminar por vigas y muros que por tablas anchas, por lo que los mejores resultados se reportan en el movimiento más complejo.

En las edades de 3,6 a 4,5 años se aprecia un progreso en el sentido de la dirección, ya que además se desplazan por estos planos hacia atrás. La acción de caminar por el plano a pequeña altura continua su ejecución por vigas y muros que poseen una superficie mucho más estrecha que la de la tabla.

En la edad de 4,6 a 5,5 años, sólo se destaca como movimiento nuevo el caminar por estas vigas y muros con pasos laterales.

Tanto en este grupo de edad como en el que continúa (5,5 a 6 años), se aprecia una continuidad en las acciones que ejecuta el niño en esta variable, destacándose en este grupo que además de ejecutar este desplazamiento en diferentes direcciones (hacia atrás, lateral), lo realizan llevando objetos en la mano, lo que demuestra un aumento no tanto en cantidad de acciones a ejecutar sino en un mayor nivel de complejidad de las mismas.

Se incluyeron en el test alternativas complejas que no fueron ejecutadas por los niños en ningún grupo de edad, como la del indicador 24: caminar por la viga, realizar giros y continuar caminando, lo que no sucedió con otro indicador complejo como el 25: caminar hacia atrás por una tabla en el suelo. Este indicador, aunque podía ser difícil de ejecutar en las edades estudiadas, tuvo respuestas desde la edad de 3,6 años.

2.3. Correr

Los resultados conseguidos en los grupos de 1 a 2,5 y 2,6 a 3,5 años sólo reportan un desplazamiento con incipiente fase de vuelo y poca coordinación en los movimientos. No es hasta el grupo de 3,6 a 4,5 años que



"Trotar como el caballo".

Copyrighted material

se manifiesta una carrera propiamente dicha, además de ejecutarla combinándola con otras acciones como caminar y lanzar. En este grupo de edad, se aprecia por primera vez algún intento por variar la dirección de la carrera al ejecutarla bordeando objetos.

En el grupo de 4,6 a 5,5 años destaca mayor complejidad en la acción al ejecutar la carrera con cambios de dirección, y no sólo a la derecha y a la izquierda, sino también hacia atrás.

El grupo de 5,5 a 6 años no reporta ningún elemento nuevo en la forma de ejecución de esta variable con relación al grupo anterior.

2.4. Saltar

Esta habilidad, que cuenta en el test con 14 indicadores, obtuvo resultados en todos ellos con excepción del indicador 3 que reporta los saltitos laterales solamente hacia un lado. A partir del grupo de edad de 4,6 hasta 6 años los niños respondieron con valores de significación al indicador 4, que valora la ejecución de los saltitos laterales hacia un lado y el otro. Este resultado hace pensar que la consecuencia del mismo se debe a que los niños cuando son capaces de ejecutar el salto lateral, lo ejecutan en ambas direcciones y no en una sola, ya que esto les da una mejor estabilidad de su cuerpo en la caída, al lograr equilibrarlo.



Saltar "como el canguro".



Saltar "como el conejo".

Copyrighted material

Este resultado no incide con el dominio del lado predominante del niño, como pudiera ocurrir en el lanzamiento con una mano y el saltito o golpeo de la pelota con un pie, donde en ambos casos, el niño ejecuta con su lado diestro. El salto lateral que refiere el indicador comentado se ejecuta con ambas piernas.

El análisis general realizado en el resto de los indicadores reporta que, a partir del grupo de edad de 2,6 a 3,5 años, se manifiestan los primeros saltitos hacia arriba con los dos pies y las piernas flexionadas en la caída. También destaca el salto de objetos a pequeña altura como el que se ejecuta a la tapa del cajón sueco colocado al nivel del suelo.

Esta acción antecedente hace que se produzca en el grupo que continúa (3,6 a 4,5 años) el salto de profundidad como el que se ejecuta desde obstáculos a alturas de 20 cm y el salto a una cuerda a 25 cm de altura del suelo.

En el grupo de 4,6 a 5,5 años se manifiestan las habilidades anteriores y se destaca una mayor complejidad de coordinación en el salto al reportarse el mismo separando y uniendo las piernas y los saltitos laterales.

Los resultados obtenidos en el grupo de 5,6 a 6 años muestran nuevas complejidades del salto en esta edad al reportarse los saltos con un pie, saltos de longitud y saltitos hacia atrás.

2.5. Lanzar y atrapar

En esta habilidad se ejecutan por los niños los 27 indicadores que conforman la misma, con excepción del indicador 15: lanzar con ambas manos desde el pecho con dirección. Esto sucede debido a que esta complejidad de lanzamiento no está desarrollada aún por el niño.

Algo parecido sucede con el indicador n.º 27: golpear la pelota contra el suelo (*dribling* mantenido), que sólo se reporta como ejecutado en el grupo final de la etapa preescolar (5,6 a 6 años).



Rodar el aro.



Rodar la pelota.

Copyrighted material



Golpear la pelota.



Lanzar la pelota.

Se presentan en esta variable indicadores como el 26: lanzar con las dos manos hacia arriba y capturarla, que fue ejecutada por algunos niños sin resultados destacados, por el temor que representa para el niño de estas edades atrapar una pelota que viene desde arriba hacia él, respondieron generalmente con un desplazamiento de su cuerpo como reacción de defensa.

Otros indicadores como el 22 (rodar el aro) y el 23 (capturar el aro que rueda) no se ejecutaron hasta el grupo final dado su nivel de complejidad.

En sentido general, el comportamiento de esta variable en cada grupo de edad fue de la siguiente forma: en el grupo de 1 a 2,5 años, además de los lanzamientos hacia abajo con una y dos manos, los niños inician el lanzamiento hacia un objetivo colocado al frente, aunque éste se realiza sin una buena dirección.

En el grupo que continúa (2,6 a 3,5 años) no se presenta gran variación en esta variable, ya que sólo se adicionan los lanzamientos hacia arriba y el rodar la pelota, también sin una buena dirección.

Formas nuevas de lanzamientos se presentan en el grupo de 3,6 a 4,5 años, los que no se volverán a producir hasta el grupo final de la edad preescolar (5,5 a 6 años).

Dentro de los movimientos que se introducen en esta edad de 3,6 a 4,5 años, se encuentran los lanzamientos con ambas manos desde el pecho, sin dirección, lanzar por encima de la cabeza, rodar la pelota por un banco y golpear la pelota con el pie.

En la edad de 4,6 a 5,5 años se empieza a ejecutar la captura de la pelota con ambas manos, aunque los niños requieren de todo el apoyo del cuerpo para lograrlo.

En el grupo de 5,5 a 6 años, se observan nuevas combinaciones en esta variable como lanzar, rebotar y atrapar la pelota y se comienza la captura con ambas manos sin la ayuda del cuerpo.

Copyrighted material

2.6. Trepar

En esta habilidad los niños responden de una forma u otra a los 4 indicadores que la conforman. Esta trepa se establece en el test con dos formas de ejecución: horizontal y vertical.

Esta variable en los grupos de 1 a 2,5 años y 2,6 a 3,5 años se manifiesta sin grandes cambios en su evolución. En ambos grupos se ejecuta la trepa solamente en el plano horizontal, al subir y bajar un obstáculo con el apoyo de los brazos y las piernas.



Trepar un plano vertical.



Trepar un plano horizontal.

La complejidad en esta variable se presenta a partir de los 3,6 años, donde los niños se desplazan además por planos verticales.

Avanzando en el rango de edad que abarca desde los 3,6 hasta los 6 años se observa que los movimientos de brazos y piernas se hacen cada vez más coordinados al realizar el ascenso por el plano vertical. Esta progresión se observa por el cambio de apoyo de las manos en el agarre de la barra sin desplazar las piernas hasta lograr este cambio del apoyo con el correspondiente desplazamiento.

Copyrighted material

2.7. Escalar

En esta habilidad dieron respuesta los niños a los 4 indicadores que conforman la misma.

Los resultados obtenidos muestran un escalamiento muy primitivo en el grupo de 1 a 2,5 años, ya que los niños realizan el apoyo en los peldaños de la escalera, tanto de las manos como de las piernas, al unísono, y además requieren de una pausa para cambiar este apoyo durante el ascenso.



Escalar por la espaldera.

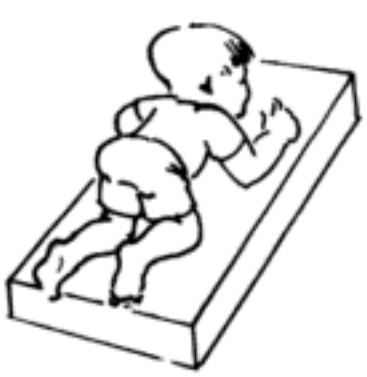
En el grupo de 2,6 a 3,5 años se observa ya un movimiento alterno de pies y manos en el ascenso por los peldaños de la escalera, aunque aún no se logra el movimiento de forma continua.

Es a partir del grupo de 4,6 años que se produce este movimiento con buena coordinación de brazos y piernas, ya que los niños escalan con movimientos alternos y de forma continua.

2.8. Reptar

A esta habilidad, en sus 6 indicadores, respondieron de una forma u otra todos los niños observados.

Los resultados obtenidos permiten plantear que en el grupo de 1 a 2,5 años la reptación se produce con cierta separación del cuerpo del suelo, que más que una reptación se asemeja al gateo.



Arrastrarse por la tabla "como culebra".

Copyrighted material

Es en el grupo de 2,6 a 3,5 años, que los niños se arrastran por el suelo intentando ya un desplazamiento de su cuerpo hacia adelante, con ayuda del movimiento alterno de los brazos pero sin lograr todavía coordinar este movimiento con el de las piernas. Esta variable se comporta igual en el grupo de 4,6 a 5,5 años. No es hasta el grupo de 5,6 a 6 años que la reptación se produce con movimientos coordinados de brazos y piernas al desplazar el cuerpo por el suelo.

La descripción anterior permite observar cómo evoluciona cada habilidad en el transcurso de la ontogénesis.

Una vez descrito el resultado que obtienen los niños por habilidades, podemos llegar a concluir la caracterización motriz general en cada año de vida, así como los logros motores que alcanzan los niños al finalizar cada grupo de edad. Se aprecian como logros motores aquellas habilidades que en un grupo de edad se ejecutan sin dificultad.

Aunque en el estudio citado no se realizaron observaciones a niños menores de un año, se considera imprescindible añadir a la caracterización motriz general las peculiaridades de la motricidad desde el nacimiento, para lo cual se toma como referencia el resultado del diagnóstico del desarrollo de los niños cubanos en el primer año de vida (1992).

3. CARACTERIZACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS Y LOGROS EN EL DESARROLLO MOTOR DE LOS NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS

3.1. Edad: 0 a 1 año

Caracterización motriz

En los tres primeros meses de vida, la vista y el oído tienen un gran desarrollo, por lo que el niño logra primeramente fijar la vista en los objetos y personas cercanas a él y posteriormente, es capaz de seguirlos con la vista y trata de alcanzarlos con las manos.

Mantiene la cabeza y el tronco erguido en posición vertical y horizontal lo que le facilita algún desplazamiento de su cuerpo comenzando a reptar.

Entre los 3 y 6 meses comienza el agarre de objetos que están a su alcance, manteniéndolo en sus manos; con ayuda del adulto puede girarse de un lado a otro tratando de alcanzar un objeto cercano.

Copyrighted material

Logra mayor desplazamiento al arrastrar su cuerpo hacia delante (reptación) y es capaz de girarse solo a un lado y otro.

Hacia los 9 meses se traslada mediante el gateo y lo combinan con la posición de sentado. Pueden ponerse de pie agarrándose de muebles o barandas de la cuna, e intentan dar pasitos sostenidos por el adulto.

Agarran, manipulan y lanzan objetos que están cercanos. De esta forma combinan las acciones de gatear, sentarse, agarrar y lanzar objetos. Logran subir y bajar de un objeto apoyando todo su cuerpo (acción de trepar).

Al alcanzar los 12 meses ya son capaces de lanzar y rodar los objetos a mayor distancia.

Comienzan a dar pasos apoyándose de las manos del adulto, y alrededor de los 12 meses caminan solos. Además de trepar a un obstáculo, suben los peldaños de una escalera con ayuda del apoyo de las manos.

Logros motores

Al llegar a los 12 meses los niños son capaces de:

- Caminar con coordinación.
- Trepar obstáculos horizontales.
- Lanzar objetos.

3.2. Edad: 1 a 2,5 años

Caracterización motriz

Al llegar a los 12 meses de edad, la mayoría de los niños con normal desarrollo motor, caminan solos con suficiente coordinación en los movimientos de brazos y piernas. Se aprecia este desplazamiento en una sola dirección cuando es estimulado por el adulto u objeto cercano que se coloca frente al niño a una pequeña distancia. También caminan por tablas y al final de la edad por líneas en el suelo. Manipulan el objeto antes de lanzarlo al frente hacia abajo. Este lanzamiento se realiza sin orientación.

El éxito de caminar sustituye el gateo, no obstante, cuando este gateo es estimulado por el adulto, el niño lo ejecuta con coordinación en los movimientos de brazos y piernas, con continuidad en el movimiento y preferentemente lo hacen hasta un objeto colocado a una pequeña distancia.

Copyrighted material

Ya en este grupo de edad gatean subiendo obstáculos de pequeña altura. Esta acción es una trepa en sí y la realiza con el apoyo de todo su cuerpo.

Con el apoyo del adulto suben algunos peldaños de la escalera inclinada, colocando un pie, a continuación el otro y después suben una y otra mano.

Se manifiestan los primeros intentos de la carrera ya que se desplazan dando pasos rápidos y cortos en la punta de los pies.

En cuanto al salto, no se aprecia su ejecución en este grupo de edad, pues tratan de dar saltitos en el lugar pero los pies no despegan del suelo.

Logros motores

Al finalizar este grupo, con 2,5 años aproximadamente, los niños ejecutan sin dificultad las acciones:

- Caminar sobre tablas y líneas en el suelo.
- Lanzar la pelota con una mano.
- Trepar obstáculos de pequeña altura.

3.3. Edad: 2,6 a 3,5 años

Caracterización motriz

En este grupo de edad alternan frecuentemente el caminar con la carrera, realizando la misma con mayor fase de vuelo, también caminan sobre vigas y muros a pequeña altura, aunque en la mayoría de los casos no lo hacen de forma continua.

Lanzan y ruedan la pelota pequeña con una y dos manos no sólo hacia delante y hacia arriba, sino también dirigida a objetos colocados a poca distancia, pero aún sin orientación.

Realizan la cuadrupedia por el suelo, en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) ésta se ejecuta en una sola dirección. También gatean sobre tablas inclinadas y bancos a pequeña altura. Este desplazamiento lo realizan de forma continua.

Saltan con ambas piernas y con mayor despegue de los pies del suelo, incluso saltan por encima de pequeños objetos colocados en el suelo ejecutándolo solamente en una dirección.

Suben y bajan trepando obstáculos a poca altura sin apoyarse con todo el cuerpo sólo con los brazos y las piernas.

Copyrighted material

Logros motores

Al llegar a los 3,5 años, los niños de este período ejecutan sin dificultad las acciones:

- Cuadrupedia por diferentes planos.
- Saltar en el suelo con los dos pies (en movimiento simultáneo).
- Caminar por planos anchos a cierta altura.
- Lanzar y rodar pelotas libremente.
- Correr dispersos.

3.4. Edad: 3,6 a 4,5 años

Caracterización motriz

En este grupo ya se desplazan caminando, corriendo y saltando en diferentes direcciones y este desarrollo de la orientación espacial lo demuestran principalmente al lanzar de diferentes formas y hacia diferentes puntos de referencia.

En este grupo comienzan a atrapar con las dos manos la pelota que le lanzan, rodando y hacen intentos por capturar la pelota que le lanzan a corta distancia ya que lo realizan con ayuda de todo el pecho.

La acción de rodar la pelota se ejecuta en este grupo con mejor dirección no sólo por el suelo, sino también por encima de bancos.

Los lanzamientos se realizan de manera combinada: corren y caminan, corren y golpean o lanzan objetos, y también cambian la dirección a bordear objetos colocados en el suelo, si éstos se encuentran separados unos de otros.

Además de subir y bajar la escalera con mejor coordinación y continuidad en los movimientos, comienzan a realizar la trepa a un plano vertical. Esta trepa la ejecutan con el cambio de agarre de las manos sin lograr todavía el desplazamiento de las piernas.

La reptación se realiza por el suelo con movimientos alternos de brazos y piernas pero sin buena coordinación y también por bancos desde donde se sostienen de sus bordes y con una ligera flexión de los brazos desplazan todo el cuerpo arrastrándose por el mismo.

Ejecutan la cuadrupedia en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) sobre bancos y muros pero sin un movimiento continuo, por lo que se ejecuta descoordinadamente. Cuando realizan esta acción por tablas inclinadas recurren nuevamente al movimiento anterior de gateo.

Copyrighted material

Al caminar sobre tablas en el suelo, lo hacen no sólo hacia adelante sino también hacia atrás.

Caminan sobre bancos y muros y al final de éstos saltan hacia abajo. La mayoría de los niños cuando saltan de esta forma caen con poca estabilidad y se observan las piernas extendidas en la caída. También saltan del suelo a caer sobre un obstáculo a pequeña altura (tapa del cajón sueco infantil) y aunque sin una carrera de impulso pasan saltando objetos a 25 cm de altura del suelo.

Cuando el niño cumple los 4,5 años ejecutan sin dificultad las acciones:

- Correr con combinaciones.
- Caminar por planos estrechos a alturas.
- Lanzar y rodar objetos de diferentes formas.
- Saltar desde obstáculos a alturas.

3.5. Edad: 4,6 a 5,5 años

Caracterización motriz

En este grupo se manifiesta la carrera con aumento en la fase de vuelo, mejor ritmo y coordinación, manteniéndose la misma con una mayor distancia. La ejecutan además de bordeando objetos, con cambio en la dirección (al frente, atrás, derecha e izquierda) y combinada con otros movimientos como: lanzar y golpear.

Utilizan el espacio y se orientan mejor en el mismo, ejecutando todos los desplazamientos, tanto por el suelo, en diferentes direcciones y por arriba de obstáculos. En este caso destaca el salto separando y uniendo las piernas, lateralmente, pasando cuerdas a pequeñas alturas del suelo y saltos desde obstáculos a 24 cm de altura cayendo con semiflexión de las piernas.

Trepan por la barra vertical, haciendo el desplazamiento de brazos y piernas, aunque el movimiento todavía no es coordinado.

En este grupo de edad hay grandes avances en el escalamiento con relación al grupo anterior pues suben la escalera con movimientos alternos de brazos y piernas en un movimiento continuo que demuestra buena coordinación.

Reptan por el suelo y también por bancos, llevando un brazo al frente y la pierna correspondiente de forma alterna pero sin coordinación ya que el movimiento se realiza con pausas.

La cuadrupedia la ejecutan en cuatro puntos de apoyo, sobre bancos y tablas con movimientos continuos de forma coordinada.

Lanzan y capturan objetos combinadamente pero para la captura precisan de la ayuda de todo el cuerpo cuando se le lanza la pelota de aire. Ruedan la pelota por

Copyrighted material

bancos y lanzan con las dos manos desde el pecho hacia diferentes lugares libremente sin dirigirla a un punto de referencia y combinan la acción de lanzar y golpear objetos con la carrera, como ya se comentó al inicio de esta edad.

Caminan por tablas y vigas o muros estrechos, no sólo hacia delante, sino también lateralmente, demostrando mayor estabilidad corporal. También se desplazan hacia atrás cuando caminan por tablas colocadas en el suelo, manifestándose en esta acción motriz una mayor orientación espacial.

Logros motores

Al cumplir los 5 años y medio los niños ejecutan sin dificultad las acciones.

- Caminar, correr y saltar en diferentes direcciones.
- Lanzar y golpear pelotas de forma combinada.
- Escalar con coordinación.
- Trepar por un plano vertical.

3.6. Edad: 5,6 a 6 años

Caracterización motriz

El desarrollo de las acciones motrices en los niños de este grupo, se corresponde con la edad anterior, observándose como diferencia fundamental, la ejecución de las acciones con mayor calidad.

En este grupo de edad se manifiesta además, un aumento considerable en el desarrollo de las capacidades motrices: el niño lanza más lejos, corre más rápido y demuestra mayor coordinación, equilibrio y orientación dentro de otras capacidades coordinativas en la ejecución de los movimientos.

Estas capacidades se manifiestan al saltar con un pie, lateralmente y hacia atrás, al mantener el equilibrio al caminar por vigas y muros de diferentes formas, al trepar y escalar una mayor distancia y con buena coordinación.

Son capaces de combinar acciones más complejas como lanzar, rebotar y la captura de la pelota que le lanzan. Esta captura la realizan con ambas manos sin requerir la ayuda del pecho como en el grupo anterior.

Son capaces de percibir el espacio al saltar una cuerda o lanzar una pelota. También regulan sus movimientos al lanzar un objeto y correr para pasar saltando un obstáculo a pequeña altura. Realizan el salto de longitud cayendo con semiflexión de las piernas y buena estabilidad.

Copyrighted material

Saltan con un pie y con los dos, dan saltitos laterales y hacia atrás. Realizan la reptación con movimientos coordinados de brazos y piernas no sólo por el suelo, sino también sobre de bancos.

Logros motores

Cumplidos los 6 años, los niños ejecutan sin dificultad las siguientes acciones:

- Reptar con coordinación.
- Saltar con diferentes combinaciones.
- Lanzar, atrapar y rebotar una pelota.



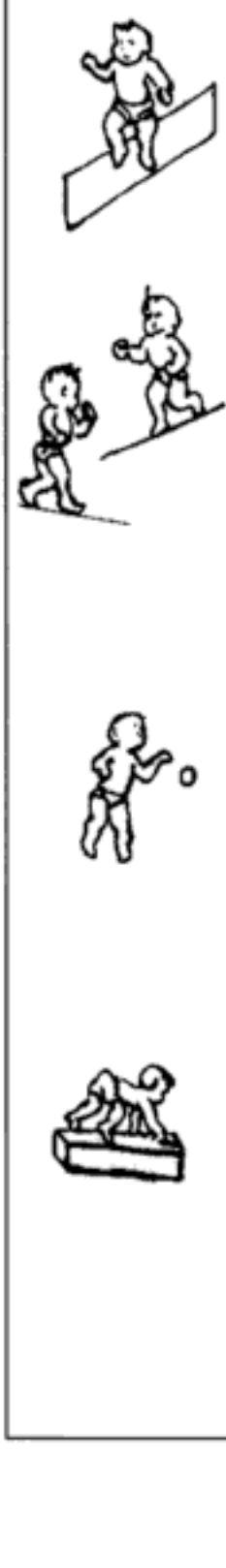
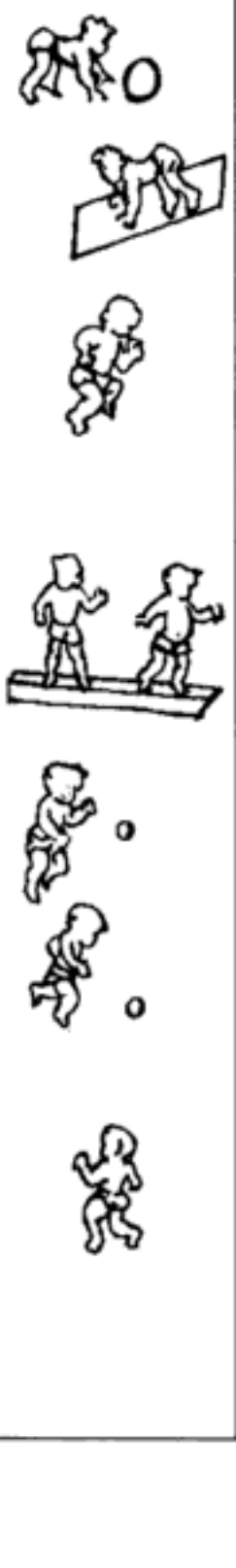
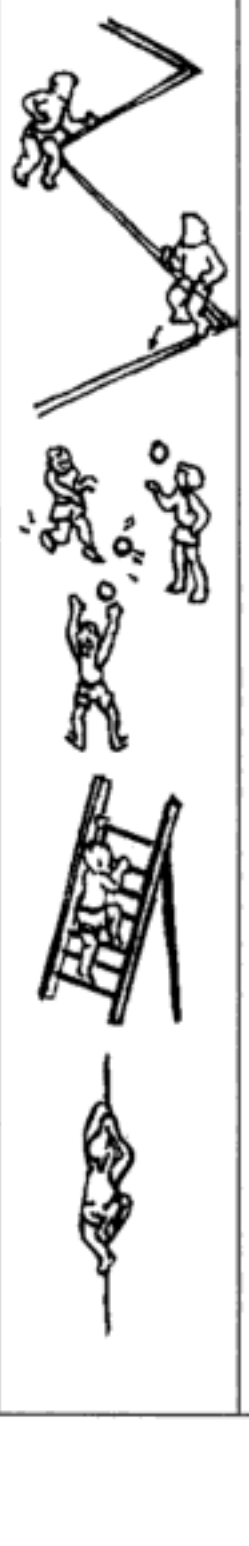
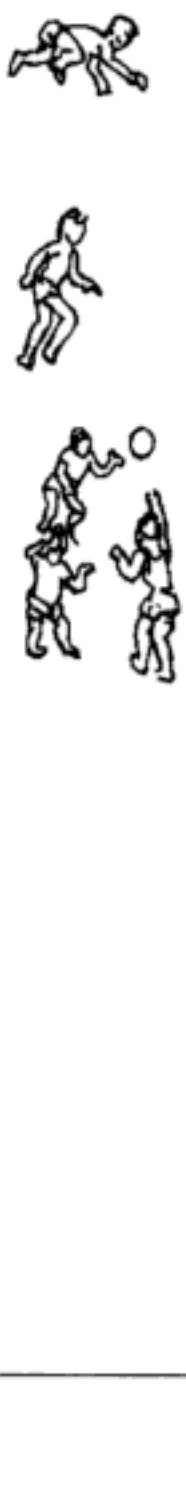
En la tabla 6 se ilustran los logros motores de cada año de vida descritos anteriormente.

Es importante tener en cuenta que, aunque los niños pasan por estadios similares a lo largo de su desarrollo, se debe considerar que las características generales pueden variar en cada niño de acuerdo a sus particularidades individuales.

Debemos señalar que la caracterización motriz explicada en el presente capítulo sólo constituye una aproximación a la realidad, ya que en algunos niños se pueden manifestar niveles de desarrollo que están por encima o por debajo de las características y logros señalados.

Copyrighted material

Tabla 6. Logros en el desarrollo motor de 1-6 años

1-2 AÑOS	2-3 AÑOS	3-4 AÑOS	4-5 AÑOS	5-6 AÑOS
				

Copyrighted material



Copyrighted material

Actividades motrices para Preescolar

1. ACTIVIDADES FÍSICAS MATUTINAS.
2. ACTIVIDADES RECREATIVAS.
3. ACTIVIDADES ACUÁTICAS.
4. PRUEBAS PARA VALORAR LAS HABILIDADES ACUÁTICAS BÁSICAS.
5. FESTIVALES INFANTILES.
6. PASEOS Y EXCURSIONES.
7. JUEGOS MOTORES.
8. SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Se multiplican las posibilidades de ofrecer actividades motrices a los niños desde las primeras edades con el fin de contribuir a su desarrollo, pero, además de la sesión de educación física, existen otras situaciones didácticas que contribuyen a la optimización de las formas básicas del movimiento. Estas actividades motrices, se seleccionan de acuerdo al horario del día y a los gustos e intereses de los pequeños.

1. ACTIVIDADES FÍSICAS MATUTINAS

Para las primeras horas de la mañana y con frecuencia diaria puede ofertarse **la actividad física matutina**. Su tiempo de duración oscila entre los 5 y 10 minutos, aumentando progresivamente este tiempo de acuerdo con la edad, desarrollo y

Copyrighted material

nivel motivacional de los niños. Comienza a desarrollarse a partir de los 3 años con grupos hasta de 30 niños.

En este tiempo se propone al niño ejecutar caminatas cortas y diferentes acciones en forma de juegos, expresión corporal, paseos acompañados de tareas motrices, juegos de recorridos, entre otros.

Con esta actividad se logra activar el organismo del niño eliminando la pasividad común de las primeras horas del día, a la vez que se ejerce una función higiénica ya que se ejecuta siempre al aire libre y su contenido de movimiento se acompaña de rimas, canciones y expresiones verbales que posibilitan la oxigenación del organismo.

2. ACTIVIDADES RECREATIVAS

Con los preescolares de 3 a 6 años otra oferta es la **actividad recreativa**. Para su desarrollo se proponen diferentes tareas motrices como son: juegos, caminatas libres o con señales, festivales, actividades con sacos, zancos infantiles, actividades motrices animadas con títeres, cuentos, personajes, paseos imaginarios, campismos imaginarios, cantos, rondas y otras.

Para organizar estas actividades el adulto debe preparar con antelación las condiciones materiales y de seguridad en el lugar donde se ejecutarán las mismas.

Ejemplo de contenido de un programa de actividades recreativas

2 A 3 AÑOS

- Juegos de movimiento.
- Juegos de roles con movimiento.
- Sesiones de títeres con movimiento.
- Narración de cuentos con movimiento.



3 A 4 AÑOS

Las del grupo anterior además de:
- Recorrido con triciclos.
- Dibujos y modelados con movimiento (imitan lo que expresan).
- Paseo con ejercicios y juegos.
- Juegos de construcción y movimiento.
- Festivales.

Copyrighted material

4 A 5 AÑOS

Además de las anteriores:
- Recorridos en sacos y zancos infantiles.
- Recorrido en patines y carriolas.
- Juegos de recorrido.
- Caminatas libres.





5 A 6 AÑOS

Se incluyen además:
- Caminatas con señales.
- Trotar cortas distancias variando el recorrido.
- Correr bordeando los objetos.



Copyrighted material

Ejemplos de algunas actividades:

- Juego de movimiento (2 a 3 años): el adulto dice: "¿Qué veo?, los niños imitan animales y objetos.
- Juego de movimiento (3 a 4 años): "Conducir coches" (desplazándose por el área imitando que conduce un automóvil: más lento, más rápido, por debajo de túneles (aros), por arriba de puentes (tablas), por calles rectas, curvas (cuerdas, líneas trazadas, cintas).
- Juego de recorrido (5 a 6 años): se forman varios grupos y frente a cada uno, diferentes materiales para hacer un recorrido, pasando por los materiales cada cual como desee hacerlo.

Aspectos a tener en cuenta en el recorrido:

- Considerar el orden de ejecución de las tareas motoras con relación a los materiales (no ubicar tareas que requieran equilibrio y concentración después de desplazamientos como carreras y saltos).
- Tener en cuenta los cambios de posición del niño (combinar movimientos en planos altos y bajos).
- Seleccionar materiales que ofrezcan seguridad al niño (altura, texturas).
- Aumentar la cantidad de materiales progresivamente para complejizar el recorrido.



En las **caminatas con señales** como contenido de actividad recreativa los niños aplican los conocimientos adquiridos en educación sensorial y lenguaje ya que durante las caminatas se pueden utilizar figuras y objetos de diferentes formas y colores. Al final de la caminata, los niños hacen un recuento de lo que realizaron en el recorrido. Esta actividad puede ejecutarse en las áreas exteriores de la institución infantil u otros espacios públicos como parques, áreas verdes y otras.

Copyrighted material

Las caminatas con señales desempeñan un importante papel educativo, ya que además de contribuir a la orientación espacial, el lenguaje y el pensamiento activo, desarrolla la sociabilidad, estableciendo relaciones de ayuda y cooperación entre los niños.

Para organizar esta actividad se determinan previamente las áreas del recorrido (25 a 50 m) y se ubican a determinadas distancias diferentes figuras geométricas y objetos de distintos colores. Se pueden ubicar banderas para orientar el recorrido. Es importante situar las señales a la altura de la vista de los niños. Cada señal puede colocarse a 8 m de distancia unas de otras. Al final del recorrido se colocan objetos o juguetes que recogerán los niños cuando vayan llegando al lugar señalado. Se les debe explicar a los niños que cada uno recogerá un sólo juguete. Al concluir la actividad, el educador se reúne con el grupo de niños y realiza una conversación para que ellos expresen todo lo que observaron durante el recorrido. Los niños pueden realizar el recorrido individual, en pareja o en pequeños grupos. El educador debe motivar a los niños durante el recorrido, estimulando su realización hasta el final y estar alerta a cualquier situación que se presente.

3. ACTIVIDADES ACUÁTICAS

La actividad acuática es otra opción que puede ofertarse desde las primeras edades. Esta actividad requiere condiciones especiales para desarrollarla. Para su ejecución se organiza en dos etapas: una de adaptación al agua y otra de iniciación a la formación básica.

Esta actividad puede comenzar a desarrollarse desde los 3 meses de nacido el niño. En el primer año de vida se trabaja con los niños de forma individual, a medida que los pequeños avanzan en edad y desarrollo, que les permita mantenerse en el agua por sí solos, puede trabajarse con más de un niño e ir aumentando la cantidad de participantes de forma paulatina, siempre que se garantice la seguridad necesaria al pequeño. De esta forma puede organizarse el trabajo en el agua con el apoyo de los padres u otros adultos, orientados siempre por el educador que es quien posee la preparación necesaria para dirigir la actividad.

Para lograr el mantenimiento de la higiene de la piscina, se requiere el aseo de los niños y adultos antes de entrar al agua lo que se garantiza con una ducha individual. También se velará por la higiene y cuidado de los pequeños, exigiéndose el uso de toallas individuales y llevando un control del estado de salud de los niños antes de entrar al agua. Si se observa secreción nasal, erupciones en la piel, dentro de otras alteraciones, debe suspenderse la actividad.

Copyrighted material

Es sumamente importante el apoyo y autorización de los padres para incorporar a los niños a esta actividad. Resulta muy favorable realizar encuentros con los padres para mantenerlos informados del avance de sus niños.

Los materiales que se emplearan serán mínimos, pues lo más importante es que el pequeño mantenga su cuerpo lo más libre posible y en contacto directo con este medio. El utilizar materiales auxiliares, no significa que el niño adquiera mayor seguridad en el agua, partimos del criterio de que la seguridad del niño en el agua no la garantiza el medio material que se tiene fijado al cuerpo, pues se ha comprobado que cuando el material se retira, surgen en los niños manifestaciones de inseguridad, además de que es más difícil lograr que el niño experimente la influencia que ejerce el agua sobre su cuerpo. Esta seguridad estará dada fundamentalmente por las habilidades y capacidades que el pequeño adquiera en el medio acuático.

Los materiales auxiliares se emplearán con el fin de estimular diferentes movimientos en el agua, por ejemplo, sacar del fondo de la piscina objetos que se hundan, pasar por dentro de aros que flotan.

Es muy común utilizar gran parte de los materiales que se emplean en la sesión de educación física tales como: balones, aros y bastones, entre otros. Se utilizan también flotadores de corcho o poliespuma para facilitar el deslizamiento en el agua con apoyo.

Tanto dentro de la piscina como a su alrededor es muy favorable ambientar con juguetes inflables que además de utilizarse en el agua propician buena disposición en los pequeños.

El adulto, además de apoyarse en todos estos medios para la enseñanza, debe brindar al pequeño la seguridad y confianza que necesita para lograr la entrada al agua.

El educador debe también establecer reglas de orden en la piscina para la protección y seguridad de los niños.

El adulto participa directamente en la actividad dentro del agua y debe ser un buen observador de todas las conductas y reacciones de los niños, brindando la ayuda necesaria en los casos que lo requieran, estimulando, elogiando o dando las sugerencias que sean necesarias.

3.1. Aspectos de organización para el desarrollo de la primera parte de adaptación del niño al agua

La incorporación de los niños se realiza en tres grupos de edades:

- Primer grupo: 3 a 6 meses.
- Segundo grupo: 6 a 9 meses.
- Tercer grupo: 9 a 12 meses.

Copyrighted material

También puede conformarse un solo grupo dentro de este rango de edad. En ambos casos lo óptimo es recibir como mínimo tres clases a la semana con 15 minutos de duración cada una, que abarca los ejercicios dentro y fuera del agua. No obstante, la frecuencia se adaptará a las condiciones de cada lugar.

Este tiempo aumentará progresivamente dependiendo de las reacciones y bienestar que manifieste el niño en el agua. Para el niño que comienza la natación con 3 meses de edad, se le alarga la etapa de adaptación. El que inicia con 6 meses cumple la etapa establecida y el de 9 meses comenzará la adaptación en el grupo de lactantes y la continúa en el segundo año, cuando realice el cambio de grupo hasta lograr la adaptación y continuar con el programa de formación básica.

Los niños que tienen cumplido un año de edad inician el programa con 3 semanas de adaptación, basándose en juegos en el agua y ejercicios especiales y continúan con el programa de formación básica. Los niños que cumplimenten el programa de iniciación a la formación básica continuarán con el programa de enseñanza de la natación.

Ejercicios para la etapa de adaptación al agua.

Objetivo: adaptar al niño al agua para lograr su seguridad y bienestar en este medio.

Todos los ejercicios iniciales se realizarán en los brazos del profesor estando en el agua. Para cada clase se seleccionan 3 a 5 ejercicios. La cantidad aumentará a media que avancen las clases y progrese el niño.

- Pasear al niño por la piscina mojándole los pies y las piernas.
- Igual que el 1, pero mojando muslos y caderas.
- Igual que el 1, pero mojando tronco, cuello y brazos.
- Igual que el 1, pero mojando la cabeza.
- Pasear al niño por la piscina con los pies dentro del agua.
- Igual que 5, pero con pies y piernas dentro del agua.
- Igual que 5, pero sumergir glúteos y extremidades inferiores.
- Igual que 5, incluyendo la espalda.
- Igual que 5, pero mojando toda la parte posterior de la cabeza.
- Igual que 5, pero mojando toda la cabeza.



Copyrighted material

- Apoyar al niño sobre la palma de las manos en la cadera y la nuca, el profesor extenderá los brazos y hará ligeros balanceos en el lugar.
- Igual al 11, pero en movimiento.
- Con el apoyo de la mano en la cabeza, mantener al niño en la flotación.
- Igual al 13, pero con desplazamiento hacia el adulto.
- Colocar flotadores en la cabeza del niño y mantenerlo en la posición horizontal sin ayuda.

Cuando el niño logra mantenerse flotando con ayuda del flotador o del adulto, se comienza la secuencia de ejercicios invirtiendo la posición de acostado de espalda a la de frente, alternando la realización de estos (de espalda y de frente).

- Sostenemos al niño de frente. Con la mano libre le salpicamos la cara a modo de aviso previo. Antes que pueda volver a tomar aire lo deslizamos completo dentro del agua.

En las primeras semanas se realizarán tres inmersiones como máximo en cada clase, paulatinamente se van aumentando la cantidad de repeticiones.



- El niño de frente se agarra de los dedos pulgares del adulto y cada cierto tiempo se le realiza la inmersión.
- El niño de frente se agarra de los dedos pulgares del adulto y lo desliza hacia adelante.
- Igual al 18 pero el agarre se realiza a la barra flotadora.
- Con posterioridad a la inmersión, tratar que el niño ascienda por su propio esfuerzo a la superficie, mostrándole las manos para brindarle ayuda.



Algunos ejemplos de ejercicios para la etapa de adaptación al agua con niños que caminan

- Caminar dentro de la piscina de un extremo al otro, el nivel del agua no debe rebasar la cintura.

Copyrighted material

– Igual al anterior, pero corriendo.
– Realizar saltitos y salpicar el agua.
– Salpicarse agua en grupos.
– Con las manos, mojarse la cara.
– Con las manos, mojarse la cabeza.
– De pie, introducir la cara en el agua.
– De pie, introducir la cabeza en el agua.
– Saltitos en el lugar y sumergirse.
– Realizar carrera y sumergirse en el agua, introduciéndose al frente.

Los ejercicios anteriores se repetirán en cada clase hasta lograr la adaptación del niño en el agua. A partir de estos se van introduciendo e intercalando los ejercicios que aparecen en la segunda parte del programa.

3.2. Aspectos organizativos para la segunda parte de la formación básica

Se pretende que pasados 5 meses de iniciadas las clases con los niños del primer año de vida, éstos se encuentren adaptados al agua para recibir el programa de formación básica de natación continuando la enseñanza en la edad preescolar.

Se realizarán pruebas de control médico a los niños por personal especializado.

De la misma forma se controlará y se velará por las normas higiénicas de la piscina.

En cada clase se llevará un control escrito de las reacciones del niño en el agua de forma individual.

Debe controlarse también la temperatura ambiental, la del agua y la temperatura corporal antes y después de las clases con cada niño.

Algunos ejercicios para la iniciación a la formación de las cualidades básicas acuáticas

Objetivo: propiciar el desarrollo de las cualidades básicas acuáticas, elevando la seguridad del niño en el agua.

Estos ejercicios se seleccionarán para cada grupo de edad considerando la dosificación y combinación de los mismos. En cada clase se planificará la cantidad de ejercicios que estime el profesor, considerando la edad del grupo, el tiempo establecido para la actividad y la asimilación del contenido por parte de los niños.

Copyrighted material

Inmersión

- Estimular la inmersión enseñando al niño objetos dentro del agua para que abra los ojos.
- Inmersión por debajo de objetos que floten.
- Inmersión y extracción de objetos del fondo de la piscina.
- Inmersión entre aros y piernas del adulto.
- Inmersión en parejas.
- Inmersión continua acompañada de saltos dentro del agua.



Saltos

- Salto desde el borde de la piscina en posición de sentado con ayuda.
- Igual al 7, pero sin ayuda.
- Saltos desde el borde de la piscina en posición de agachados con ayuda.
- Igual al 9, pero sin ayuda.
- Salto desde la posición de pie con ayuda.
- Igual al anterior, pero sin ayuda.
- Salto a través de objetos (aros).
- Saltos venciendo objetos que flotan.
- Saltos y coger pelotas en el aire.



Respiración

- Soplar la superficie del agua.
- Soplar objetos que flotan (pelotas de ping-pong).
- Espirar bajo el agua con apoyo (hacer burbujas).
- Inmersión continua con respiración (inspiración-espiración).



"Hacer burbujas".

Copyrighted material

Flotación y propulsión

- Flotar de frente con apoyo y movimiento libre de las piernas.
- Flotar de espalda con apoyo y movimiento libre de las piernas.
- Flotar de frente sin apoyo (brazos extendidos al frente) y movimiento libre de las piernas.



Flotar y deslizarse.

- Flotar de espalda sin apoyo (brazos extendidos a los lados) y movimiento libre de las piernas.
- Impulsarse desde la pared con el cuerpo extendido y mantener la flotación (flecha).
- Salto desde el borde de la piscina, flotación y continuar con movimiento libre de las piernas.
- Impulso desde la pared con el cuerpo extendido y mantenerse flotando (flecha de espalda).
- Flotación y movimientos de brazos (crowl, sin exigencia técnica).
- Flotación y movimientos de brazos y piernas (crowl, sin exigencia técnica).
- Flotación y movimiento de brazos (espalda sin exigencia técnica).
- Flotación y movimiento de brazos y piernas (espalda, sin exigencia técnica (las posiciones de frente y espalda al agua se manejan indistintamente).

Evaluación periódica de los niños

La primera parte del programa que comprende el período de adaptación del niño al agua no precisa de un control periódico, por cuanto el sistema de control se realiza diariamente o en las frecuencias que se imparte la actividad.

La segunda parte del programa que comprende el período de iniciación en la formación de las cualidades básicas, además de la evaluación diaria, precisará de dos controles parciales. El primero se realizará a los 6 meses de comenzado el programa y el segundo concluido el mismo. La forma de cada control es el que sigue:

Copyrighted material

4. PRUEBAS PARA VALORAR LAS HABILIDADES ACUÁTICAS BÁSICAS

I. Prueba de control	Mes: _____	MB	B	M
	INMERSIÓN			
	Sumergirse y traer un objeto del fondo sin ayuda.			
	Sumergirse y traer un objeto del fondo con ayuda.			
	Poca inmersión no saca el objeto con ayuda.			
	SALTOS			
	Salto desde la posición de sentado sin ayuda.			
	Salto desde la posición de sentado con ayuda.			
	No la realiza.			
	RESPIRACIÓN			
	Inspiración profunda y bajo el agua realiza la espiración.			
	Inspiración profunda y bajo el agua no realiza la espiración.			
	No la realiza.			
	FLOTACIÓN			
	Flotación mantenida en posición ventral.			
	Flotación muy breve en posición ventral.			
	Intentos de flotación ventral, se hunde bastante.			
	PROPULSIÓN			
	Movimientos libres de piernas con agarre estable, manteniendo una distancia prudencial.			
	Movimientos libres de piernas con agarre estable, se para y continua.			
	No la realiza.			
II. Prueba de control	Mes: _____	MB	B	M
	INMERSIÓN			
	Inmersión por debajo de objetos que flotan (sin ayuda).			
	Inmersión por debajo de objetos que flotan (con ayuda).			
	Inmersión breve y no por debajo de objetos.			

II. Prueba de control	Mes: _____	MB	B	M
	SALTOS			
	Saltar de pie desde el borde de la piscina (sin ayuda).			
	Saltar de pie desde el borde de la piscina (con ayuda).			
	Saltar desde la posición de sentado.			
	RESPIRACIÓN			
	Respiración rítmica mantenida (inspiración-espiración).			
	Respiración rítmica sin mantener (con pausas).			
	No la realiza.			
	FLOTACIÓN			
	Deslizarse en posición dorsal y mantenerse flotando.			
	Deslizarse muy poco y mantenerse flotando.			
	No se desliza, solamente flota poco.			
	PROPULSIÓN			
	Movimientos de brazos y piernas sin exigencias.			
	Movimientos de piernas solamente.			
	No la realiza.			

5. FESTIVALES INFANTILES

Con la participación de los padres y el personal de la institución infantil se organizan también los festivales infantiles En estas actividades los niños se agrupan para ejecutar diferentes habilidades motrices mediante juegos y actividades con acompañamiento musical. En estas expresiones los pequeños utilizan diferentes implementos como cintas, plumones de colores, aros y pelotas pequeñas, banderas, sonajeros y otros, los que dan colorido a sus actividades. Los pequeños disfrutan estas actividades que se acompañan con música y canciones infantiles. En el caso de las canciones, la letra le va indicando al niño los movimientos que puede ejecutar.

Con estas actividades se logra gran comunicación con la familia ya que los padres participan como observadores y, en algunos casos, realizan la actividad con los niños. Los festivales infantiles contribuyen a la actividad grupal, desarrollando en los niños la ayuda mutua y además contribuyen a estrechar los lazos comunicativos entre le hogar y la institución.

Copyrighted material

6. PASEOS Y EXCURSIONES

Los paseos y excursiones son otras actividades que se pueden organizar con los preescolares. La naturaleza ofrece circunstancias tan variadas que permite la ejecución de las acciones motrices en distintas formas y situaciones. Las actividades motrices que se ofrecen a los niños durante los paseos dependen del lugar seleccionado para los mismos (el césped, el campo, la arena).

A continuación describiremos algunas tareas motrices y juegos que se pueden organizar con los niños aplicándose en cualquiera de los grupos de edades.

En el campo:

- Agarrar la hierba con los dedos de los pies (en posición de sentados o parados).
- Agarrar, elevar o lanzar un objeto (por ejemplo una piedra).
- Caminar sobre troncos.
- Saltar desde un tronco.
- Correr bordeando árboles, troncos, etc.
- Deslizarse en una yagua (hoja de palma) desde una pequeña loma.
- Carreras alrededor de un árbol cortado o de un árbol a otro.
- Saltar para agarrar las ramas de los árboles y recoger ramas del suelo.
- Subir y bajar lomas.
- Lanzar piedrecitas al agua o al espacio.

En la arena:

- Caminar, correr y saltar en la arena.
- Sentados en la arena, con las manos apoyadas detrás y las piernas extendidas, atraer la arena con los dedos de los pies y elevación de las piernas esparciendo la misma.
- Desplazarse por la arena en posición de gateo.
- Juegos con pelotas.

7. JUEGOS MOTORES

Los juegos motores ocupan un lugar especial en las actividades del niño preescolar. Los juegos se ejecutan en las actividades planificadas (sesión de educación física) y en aquellas libremente seleccionadas por los niños.

Los juegos motores constituyen una actividad lúdica por excelencia que desarrolla en los niños una u otra capacidad o perfeccionan determinada acción motora.

Copyrighted material

Podemos citar algunas clasificaciones sobre los juegos motores analizadas en varios textos, un ejemplo es la clasificación de los juegos motores por edades; en nuestra experiencia hemos llegado a la conclusión de que para la ejecución de los juegos no hay edad, es decir, juegos que se proponen para los pequeños pueden ser ejecutados también por los adultos con gran motivación e interés. No negamos la influencia del factor edad para dirigir los juegos, ya que ésta condiciona la carga física expresada en el tiempo de duración, medidas del terreno, cantidad de participantes, entre otros indicadores.

Otra clasificación a citar como ejemplo es la relacionada con la forma de organización; el aspecto organizativo es muy importante pero únicamente para la realización del juego, pues para su selección la información que ofrece esta clasificación es poca.

Nos pronunciamos por clasificar los juegos por las capacidades motrices y habilidades que desarrollan. Por lo que definimos:

- Juegos para el desarrollo de la fuerza, la rapidez y la agilidad.
- Juegos que contienen acciones motrices propias de algunas habilidades específicas.

No agrupamos juegos para la resistencia, pues esta capacidad se desarrolla en la medida que los juegos motores se repitan continuamente.

En estas edades la mayoría de los juegos motores se clasifican dentro de la agilidad, pues esta capacidad exige desarrollarse en gran medida mediante este tipo de actividades lúdicas, asimismo dentro de estos juegos de agilidad aparecen muchos con elementos de coordinación, equilibrio, orientación y otras capacidades coordinativas que son importantes realizarlas para que el niño desarrolle la capacidad agilidad.

Además de contribuir de manera muy efectiva al desarrollo de habilidades y capacidades motrices, el juego constituye como actividad un elemento de regulación y compensación de las energías potenciales del niño, un medio esencial de interacción y socialización, un elemento importante en el desarrollo de las estructuras del pensamiento, influyendo notablemente en la formación de la personalidad del niño.

Es por ello que una de las actividades fundamentales en que se apoya la educación física para la obtención de los objetivos que le corresponde dentro del proceso pedagógico, en su contribución a la formación integral del niño, es precisamente el juego.

La característica fundamental de los juegos radica en que posibilitan la plena incorporación de todas las partes del cuerpo en el movimiento, evitándose la unilateralidad de la carga, con lo cual se logra influir de forma generalizada en el organismo del niño.

El carácter educativo de los juegos se pone de manifiesto de forma elocuente en las posibilidades que brinda en la personalidad del educando, lográndose alcanzar altos índices de esfuerzos físicos; las situaciones que se presentan en cada movi-

Copyrighted material

miento requieren y soluciones inteligentes para resolver los problemas que se plantean en los juegos, y el establecimiento de fuertes relaciones afectivas, coayudan a la creación de valores estéticos e intelectuales; desarrollan el trabajo en colectivo, la autodeterminación, la voluntad, el autocontrol, la disciplina, el valor y la perseverancia.

Por otra parte influyen en la creación de condiciones para adquirir y afianzar conocimientos en el desarrollo del proceso mental del lenguaje y la estimulación para la actividad creadora.

Los juegos permiten una libertad de acción, una naturalidad y un placer que es difícil de encontrar en otras actividades del niño; propicia estados emocionales positivos, desarrolla la imaginación, la creatividad y las posibilidades psicomotrices, ya que en las actividades que reproducen los niños durante el juego siempre hay participación de su pensamiento.

Aunque existen juegos de carácter individual, el peso mayor recae en los juegos de conjunto, donde los participantes generalmente subordinan los intereses individuales a los del colectivo, influyendo en el establecimiento de patrones de conducta.

Para que los juegos cumplan objetivos educativos y garanticen la vida en colectivo, deben cumplirse por el pedagogo algunas exigencias, por ejemplo generalmente muchos juegos establecen la exclusión del niño por determinada actuación errónea. En la edad preescolar esta medida está contraindicada por la influencia psicológica negativa que significa para el niño ser eliminado y esto frecuentemente suele ocurrirle a aquellos niños que no tienen un buen desarrollo de sus habilidades y capacidades motrices, lo que trae también como consecuencia que el niño excluido quede inactivo durante la actividad.

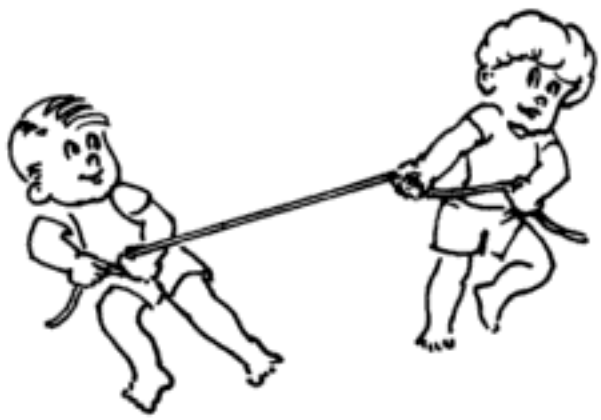
No obstante, en los niños de edad escolar mayor (9 a 12 años), esta medida de exclusión puede utilizarse siempre que las separaciones sean momentáneas y estimulen volver a participar con mayor ánimo.

El juego no debe ser aplicado para la enseñanza de una acción motriz, pues en este caso perdería su carácter independiente y creativo. Al desarrollar los juegos, los niños aplican lo que han aprendido a partir de sus vivencias y esto da como resultado que a partir de los 3 años los propios niños comienzan a hacer propuestas de cómo variar su juego, y entre los 5 y 6 años participan en la construcción y organización del juego.

El juego en sí mismo estimula la realización rápida y un esfuerzo físico en cada acción, de ahí que desarrolle tanto las capacidades motrices. De acuerdo con las particularidades individuales, en cada niño se manifiestan las habilidades y capacidades motrices con diferente nivel de desarrollo, por esto en los juegos de confrontación de equipos unos niños destacan más que otros. En los juegos de este tipo debe considerarse que los ganadores no sean solamente los equipos o niños que primero terminen, sino también los que realicen mejor las tareas del juego.

Copyrighted material

También hay que ser cuidadoso al proponer a niños pequeños juegos con propósitos competitivos, pues en cada confrontación de equipos siempre hay ganadores y perdedores y en estos casos pueden presentarse conflictos que afecten las buenas relaciones.



Jugar con la cuerda.

En los juegos de este tipo el pedagogo debe utilizar diferentes tratamientos didácticos tales como:

- Dar la posibilidad de realizar varias repeticiones proponiendo variantes para que el juego no resulte monótono y de esta forma el equipo perdedor tendrá la posibilidad de resultar ganador.
- Al finalizar la actividad todos lo niños deben ser estimulados y, en los casos de entrega de estímulos materiales, los propios perdedores hacen la entrega a los ganadores a modo de mantener las buenas relaciones.
- Al conformar los equipos debemos considerar las particularidades individuales (físicas y orgánicas) para que haya un equilibrio entre los equipos.
- Al finalizar el juego se debe realizar una valoración del mismo para de esta forma considerar los gustos e intereses de los niños.

Con respecto a la utilización de los materiales para los juegos, debemos enfatizar que el educador, antes de comenzar la actividad, debe tener dispuestos los materiales necesarios para que los niños los seleccionen. Los pequeños a partir de los 3 años pueden participar con el adulto en la selección y distribución de los complementos a utilizar y de esta forma se estimula la participación activa del niño en la creación y organización de sus juegos. Este momento es también aprovechado para educar en los niños el hábito de cuidar y conservar los equipos que se utilizan.

Copyrighted material

Las condiciones higiénicas y de seguridad de la instalación es otro aspecto que contribuye al desarrollo de hábitos higiénicos y estéticos, además de proteger la salud del niño.

Uno de los tipos de juegos motores que gusta mucho a los niños son los juegos de recorrido. En estos juegos los propios niños construyen el trayecto a recorrer ubicando ellos mismos los materiales o aprovechando los recursos naturales del área. Estos juegos además de enriquecer los movimientos y desarrollar las capacidades motrices contribuyen al desarrollo sensorial y del lenguaje, activando el vocabulario, desarrollando formas superiores del pensamiento como es la memoria, por ejemplo, cuando el educador al finalizar el juego agrupa a los niños y les pregunta: qué materiales utilizaron, su constitución (forma, color tamaño), la cantidad (con relación a materiales de un mismo tipo) y además preguntarles: de qué forma se desplazaron o qué actividad realizaron en cada material. En este diálogo cada niño expresa verbalmente su experiencia y el adulto valora la riqueza y calidad de las respuestas.

Los juegos de recorrido se realizan individualmente, en parejas o pequeños grupos y en cada repetición se les propone a los niños variar las formas de ubicar los materiales (eliminar o incluir nuevos materiales) a fin de construir siempre un nuevo recorrido.

A medida que los niños avanzan en edad de desarrollo se les ofrecen cada vez más materiales para la construcción del recorrido del juego, tratando de que al final mediante el diálogo, los niños memoricen nuevos elementos y acciones ejecutadas, adquiriendo conocimientos al mismo tiempo que se ejercitan.

Conjuntamente con el desarrollo de capacidades motrices, en los juegos se desarrollan también capacidades intelectuales, aunque el aprendizaje mediante el juego nunca debe disminuir el disfrute y la independencia que tiene el niño al jugar. Las tareas intelectuales deben estar relacionadas con los movimientos a ejecutar para no afectar el dinamismo del juego, de la misma forma, deben mantener la motivación requerida a la edad del pequeño.

Para que los niños disfruten plenamente del juego y que al mismo tiempo contribuya a su desarrollo, estos deben ser ejecutados variando los mismos en cada repetición. Las variantes de los juegos propuestos por los propios niños pueden tener cierta orientación por parte del adulto siempre que se requiera.

Los juegos pueden ser variados teniendo en cuenta:

a) *Las posiciones iniciales* se varían ejecutando el juego desde de pie, sentado, acostado, en cuadrupedia, cuclillas y otras posiciones. Estos tipos de variaciones se podrán ejecutar de acuerdo con la organización del juego que se va a desarrollar.

b) *La variación en las formaciones* se puede lograr modificando las hileras en filas o viceversa, los círculos a la forma dispersa o de parejas a pequeños grupos, etc.

Copyrighted material

c) Para variar *las formas de ejecutar la acción* se tiene en cuenta la modificación del movimiento básico que se esté ejecutando con relación al cuerpo, el espacio y el tiempo.

d) *La variante de los materiales* se puede realizar colocando de forma diferente el mismo material o transformando su ubicación en el espacio.

e) *La* variación de *los papeles principales* se logra modificando el rol principal del niño, sin afectar la organización del juego. El papel que ocupa el niño de forma independiente puede ser ocupado por dos y hasta tres niños, sobre todo en los juegos de persecución.

f) *La modificación en los desplazamientos* se ejecuta variando la forma de trasladarse: caminando, corriendo, saltando, en cuadrupedia, reptando y, al mismo tiempo, ejecutando cada una de estas acciones de forma diferente.

g) Las reglas de los juegos se varían considerando que los objetivos del juego no sufran modificación. Las modificaciones son convencionales y pueden participar en dicha modificación los propios niños (cambiar la distancia, la dirección de recorrido, etcétera).

En cada juego pueden proponerse, con la participación de los propios niños, una o varias variantes. A medida que los niños avanzan en edad y en desarrollo las características del juego varían (tabla 7).

Tabla 7. Resumen de las características del juego en cada grupo de edad

El adulto ocupa el rol principal	1 a 3 años
El niño ocupa el rol principal	3 a 6 años
Crean variantes del juego propuesto por el adulto	3 a 4 años
Proponen el juego y crean las variantes	4 a 6 años

8. SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA

La sesión de educación física se puede organizar dos o tres veces por semana. El tiempo de duración de la misma, para los niños de 1 hasta 6 años, oscila desde 8 hasta 30 minutos como máximo, esta diferencia de tiempo varía a medida que aumenta la edad, es decir, el tiempo va aumentando hasta llegar a su máximo establecido de 30 minutos. Este tiempo se maneja con flexibilidad teniendo en cuenta la concentración de los niños y su motivación.

Copyrighted material

El contenido de la sesión de educación física puede abarcar una serie de desplazamientos que inician la actividad (caminando, corriendo, saltando), acompañado de tareas motoras para el esquema corporal, la lateralidad y la orientación espacio-temporal. Continúa una parte medular dedicada a desarrollar las habilidades motrices básicas con sus diferentes combinaciones, uno o dos juegos motores completan esta parte. Se finaliza la sesión con los ejercicios de recuperación que incluyen el control de la respiración y la relajación.

En el contenido de esta actividad el educador debe tener en cuenta la integración de todas las áreas del conocimiento y desarrollo del niño. Mediante la actividad motriz, el niño aprende mucho mejor los colores, las formas, tamaño y textura de los objetos, así como también los números, las letras y las canciones. El tratamiento metodológico de la sesión de educación física será ampliamente explicado en el capítulo VII.

Para que las actividades anteriormente explicadas tengan una buena incidencia desde el punto de vista psicofisiológico en el organismo del niño, deben crearse condiciones favorables tanto en la institución infantil como en el hogar. Estas condiciones y requisitos son las siguientes:

- Alimentación adecuada, donde se considera la ingestión equilibrada de los alimentos que necesita el organismo: proteína, carbohidratos, minerales, vitaminas, así como la educación de hábitos nutricionales que permitan la asimilación correcta de los alimentos.
- Régimen de vida organizado: el horario de vida como una condición importante para asegurar el normal crecimiento y desarrollo del niño. Para lograrlo debe realizarse una correcta distribución del horario del día del niño, contemplando la alternancia de sus actividades con el descanso y los procesos de alimentación y sueño. De esta forma, se logra una mejor protección del sistema nervioso del niño.
- Condiciones higiénicas y empleo sistemático actividades en la naturaleza (aire, agua y sol): la adquisición de hábitos higiénicos por los niños ocupa un lugar importante dentro de las tareas de la educación física. Esto se cumple cuando se realizan las actividades motrices en lugares seguros e higiénicos y, al mismo tiempo, se acostumbra a los niños a su aseo personal cuando termina la actividad. El empleo sistemático actividades en la naturaleza está muy relacionado con lo anterior en lo que se refiere a la realización de actividades motrices al sol y al aire libre.

Todas estas condiciones guardan una estrecha relación y cuando se cumplen, es que realmente reportan junto a la actividad motriz, un gran beneficio para la salud de los pequeños infantes.

Copyrighted material

Los métodos de enseñanza en la actividad motriz de los preescolares

1. EL MÉTODO SENSORIO-PERCEPTIVO.
2. EL MÉTODO PRÁCTICO.
3. EL MÉTODO DE JUEGO.
4. EL MÉTODO VERBAL.

Analizadas las diferentes actividades motrices que se organizan con los niños preescolares, consideramos necesario abordar las diferentes formas metodológicas utilizadas para lograr los objetivos de la educación física en esta etapa. Estas formas que tiene el educador para guiar a los niños en el proceso de adquisición de las habilidades motrices se consigna dentro de la categoría pedagógica: métodos de enseñanza.

El estudio de los métodos de enseñanza es el problema fundamental de la didáctica, ya que al dar solución a las tareas de la educación y formación de los educandos el pedagogo debe conocer no sólo aquello que va a enseñar, sino también cómo va a enseñarlo, por qué vías y de qué formas logrará la asimilación de conocimientos en los niños.

Sobre la base de lo anterior dediqué un capítulo en mi libro *Enfoque contemporáneo de la educación física,* publicado en el año 1985, a los métodos de enseñanza de la educación física en la etapa preescolar. Esta temática vuelve a ser abordada en este libro, pero partiendo de un cuestionamiento diferente en la forma de enfocar la aplicación de los métodos.

A partir de los avances en las teorías del desarrollo, se abordan actualmente los métodos de enseñanza, centrando la atención en las **vivencias** del niño y respetando la evolución de su desarrollo a ritmos propios.

Por lo mismo, se retoma la experiencia del niño como la fuente enriquecedora de los contenidos del programa, manejando un equilibrio entre lo que se planea y lo que surge de forma espontánea en la actividad.

Copyrighted material

Esto significa que los contenidos del programa, y mucho más los métodos para llevarlos a cabo, no son rígidos ni mucho menos esquemáticos, es precisamente el avance vertiginoso del desarrollo del niño lo que nos hace buscar nuevas alternativas en la aplicación de los métodos de enseñanza.

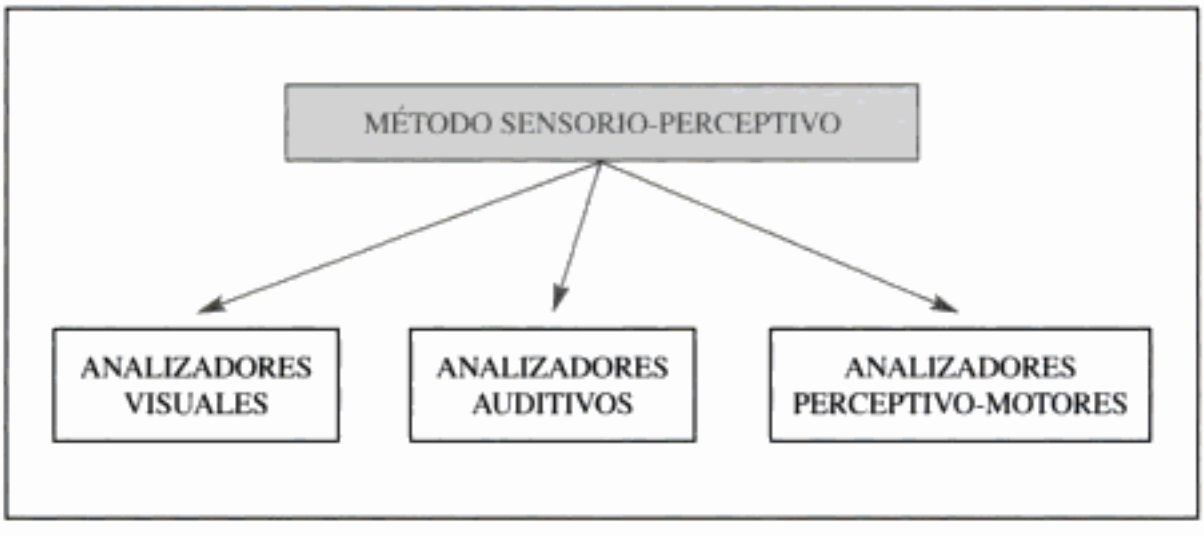
La inteligencia y la afectividad dependen íntimamente de la vivencia corporal motriz (Lapierre y Aucouturier, 1985). Vivir una situación motriz por simple que sea, produce en el niño múltiples sensaciones a la vez que adquieren diversas experiencias que pueden constituir para él una fuente de conocimiento.

Coinciden diferentes autores que las primeras actividades motrices básicas del niño: prensión y locomoción, le permiten poco a poco ampliar su espacio lejano y próximo. Estas primeras experiencias son el punto de partida para el desarrollo de actividades motrices cada vez más complejas.

Para la mejor comprensión en el estudio de los métodos, estos se explicarán partiendo de su concepción teórica con algunos ejemplos prácticos de tareas motrices que pueden formar parte del contenido de la sesión de educación física.

1. EL MÉTODO SENSORIO-PERCEPTIVO

El método sensorio-perceptivo se apoya en el trabajo de los analizadores: visuales, auditivos, táctiles. Este método es ampliamente utilizado en las primeras edades por la influencia del primer sistema de señales.



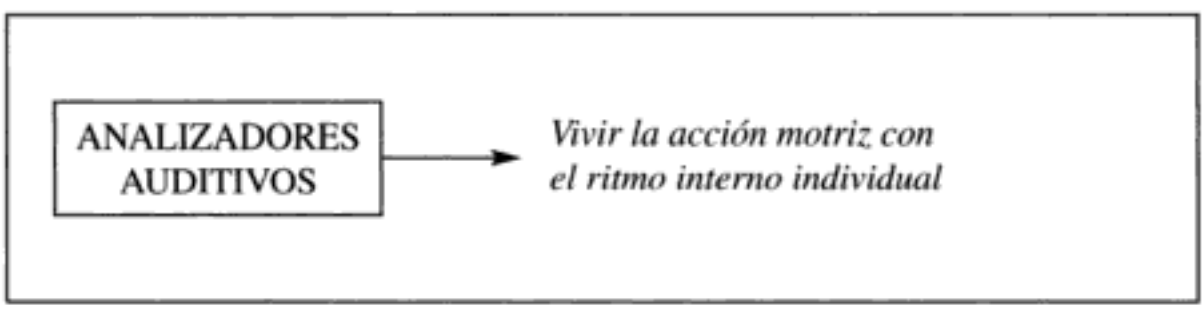
Este método tiene, en la actualidad, diferente enfoque en cuanto a su aplicación, el cual se explica a continuación:

Copyrighted material

1.1. Analizadores auditivos

Con relación a los analizadores auditivos se tienen en cuenta diferentes alternativas que están dirigidas a evitar el acondicionamiento o el adiestramiento del niño, muy común en las formas tradicionales de enseñanza.

En la noción del tiempo auditivo (ritmo interno) el niño percibe al principio la duración de los sonidos (y de los silencios) que él mismo produce con su cuerpo: duración de un sonido vocal o respiratorio y posteriormente: duración del sonido del objeto que él mismo puede golpear (suave o fuerte).



La educación física tradicional utiliza el método auditivo sólo con la intención de dirigir los "ejercicios" que ejecutan los niños y desarrollar el ritmo de los movimientos, así como regular la carga física que estos reciben, siempre con una actitud directiva por el adulto.

La alternativa actual plantea evitar el uso del método de forma directiva por el adulto y aprovechar más las vivencias perceptivo motrices del niño que le permiten hacer concordar sus percepciones visuales y auditivas con las percepciones corporales.

Ejemplos de tareas motrices

– Palmadas en diferentes partes del cuerpo, individuales.



Sonidos con las manos.



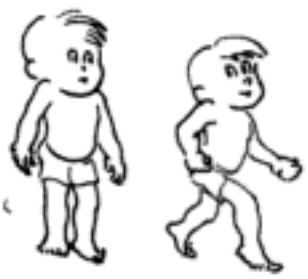
Palmaditas en el pie.

Copyrighted material

- Palmear unos con otros.
- Encontrarse con las manos.



- Caminar con sonidos fuertes y suaves de los pies.



- Caminar siguiendo el sonido de un instrumento de percusión, al detenerse el sonido, adoptar cualquier posición estática.



- Dar tantos saltitos como sonidos escuchen.
- Sentados, golpear el suelo (manos y pies).



- Tirar la pelota contra el suelo suave y fuerte.



Copyrighted material

– Rodar la pelota lento y rápido.





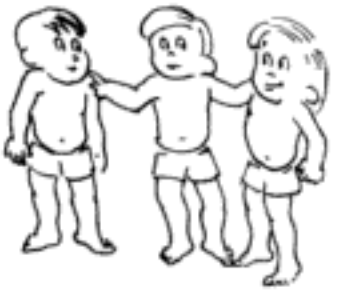
– Tirar la pelota arriba y palmadas (tantas como se lance más lejos o más cerca). Las palmadas varían con: giros, cuclillas, en diferentes partes del cuerpo.







– De acuerdo con tantos golpes del tambor que escuchen, hacer grupos.



Tres sonidos, grupo de tres niños.

– Caminar con los ojos tapados hacia el lugar donde escuchen un sonido.



– Realizar tantos saltos como cantidad de sonidos escuchen.



Dos sonidos, dos saltos.

Copyrighted material

1.2. Analizadores visuales

ANALIZADORES VISUALES	→	*Vivir situaciones representadas o visualizadas por el niño*

En cuanto al **método visual**, los enfoques actuales rechazan la enseñanza del movimiento al niño mediante modelos, patrones, por lo que la demostración del educador se desplaza por la creación de situaciones al niño que le permitan vivir la acción y comprobar mediante le ensayo-error la ejecución de la tarea motriz. Esta propuesta no siempre conlleva a que el niño logre buenos resultados en la acción pero la experiencia vivida le reportará conocimientos más sólidos. El adulto observa las reacciones del niño y lo guía con propuestas que lo ayuden a resolver la tarea sin precipitarse a darle él la solución.

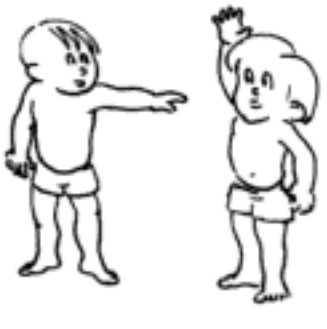
Las tareas motrices se plantean al niño y éste es capaz de dar la respuesta motriz mediante la representación mental.

Ejemplo de tareas motrices

- Saltar como el conejo, la pelota, un resorte que sube y baja.
- Saltar, rodar y girar como la pelota, correr junto al aro que rueda o se mueve.



- Saltar arriba, al frente, a un lado y otro. Con referencia al cuerpo: brazo elevado arriba, al frente, a un lado, al otro y desplazarse caminando o saltando hacia el lugar donde está colocado el brazo extendido. Después sin referencia del cuerpo (brazo extendido): saltar arriba, al frente, atrás, derecha, izquierda.



Copyrighted material

– Lanzar a un objetivo, regula el movimiento el propio niño, colocando el cuerpo para lanzar más lejos, o más cerca.



– Cuando el niño explora con el objeto todo lo que puede hacer, si es necesario, se le puede reforzar con el método verbal, indicándole diferentes posibilidades de acción para lograr mayores descubrimientos.

1.3. Analizadores perceptivo-motores

Los analizadores perceptivo-motores son mucho más utilizados en el primer año de vida, ya que en estas edades hay una intervención directa del adulto mediante la manipulación al niño, trasmitiéndole a éste, sensaciones exteroceptivas de estimulación de movimientos, lo que va disminuyendo progresivamente a medida que el niño avanza en edad y desarrollo.

A partir de los 2 años las sensaciones pueden ser experimentadas por el propio niño (propioceptivas), mediante formas muy simples sugeridas por el adulto: ¿cómo sientes tus piernas cuando las "estiras" y cómo las sientes cuando las "aflojas"?, "aprieta" fuerte la pelota, ¿tus manos están "blandas" o "duras"?, tocar objetos duros y blandos y ponerse como ellos.

A partir de estos descubrimientos (táctiles) con referencia al cuerpo y al objeto se proponen al niño variadas alternativas motrices que permiten la aplicación de este método.

ANALIZADORES PERCEPTIVO-MOTORES	→	*Vivencias exteroceptivas y propioceptivas*

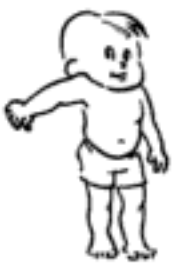
Ejemplo de tareas motrices

– Sentados, piernas extendidas, elevar las piernas duras y dejarlas caer.



Copyrighted material

– Primero: ¿cómo sientes tu brazo cuando lo "estiras"?



– Segundo: "estira" tu brazo atrás para lanzar más lejos.



– Poner las piernas "duras" para tocar la punta de los pies (en diferentes posiciones).



– Tocar objetos suaves y duros y poner el cuerpo como se perciban estos objetos, posteriormente se puede realizar con los ojos vendados.





– Acostarse (de frente y espalda) sobre diferentes superficies (duras y blandas) y realizar movimientos con el cuerpo (girarlo, hacer bolitas, balancearse, arrastrarse).
– Caminar "duros" como si estuvieran hechos de madera.



Copyrighted material



– Y ahora... Caminar muy "blanditos" como si fueran "merengue"

– Pasos largos y cortos. ¿Cómo sientes tus piernas?
– Vamos a jugar con nuestro cuerpo: mostrar una parte "dura" del cuerpo, y ahora mostrar una parte " blanda". Se pueden poner duras: las piernas, los brazos, la espalda, la barriga, los pies...



La frente es dura.



La barriga es blanda.

– Jugaremos a "goma-goma" y "piedra-piedra": yo caminaré despacio entre vosotros y cuando diga "goma-goma" os ponéis blanditos para que yo os pueda mover y cuando diga "piedra-piedra" os ponéis duros para que no logre moveros.
– Con la pelota de papel o bolsita. Acostado con la bolsita colocada en la barriga (subirla y bajarla), con la bolsita en la espalda llevarla en cuadrupedia.



La pelota en la barriga blanda.



La pelota en la espalda dura.

– Vamos a jugar con el aire: nos lleva a un lado y otro, hacia delante y hacia atrás (soplar como el viento).
– Caminar como un muñeco de palo.

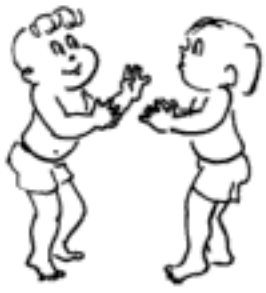


Copyrighted material

– Caminar como el muñeco de goma.



– Tocar partes duras y blandas del cuerpo, colocados de frente en parejas.



2. EL MÉTODO PRÁCTICO

El método práctico se manifiesta en la propia ejecución de la tarea motriz. En el marco teórico se exponen ejemplos de cada método, pero en la práctica todos se conjugan.

En la edad preescolar el método práctico se basa en la ejercitación variada de la tarea motriz. Durante la ejecución de una tarea, el niño realiza diferentes variaciones de la misma según sus vivencias o estímulos que le brinda el adulto. Por ejemplo: camina llevando los brazos arriba, abajo, atrás, dando palmadas.

En la educación física tradicional se promueve un aprendizaje basado en la ejecución repetida del movimiento, ejemplo: caminar por el banco y saltar al final, regresar al inicio del banco y volver a repetir el movimiento. Esta ejercitación basada en la repetición reiterada de la tarea motriz sólo conlleva a la creación de estereotipos dinámicos motores que buscan condicionar las acciones motrices.

La ejecución **variada** de la tarea motriz en condiciones siempre cambiantes facilitan al niño las más diversas respuestas motrices. En todas las tareas motrices se aplica este método, ya que el mismo se basa en la propia ejecución del movimiento.

PRACTICO	→ *Vivenciar la ejecución variada de la acción motriz*

Copyrighted material

Ejemplo de tareas motrices

- Lanzar y capturar la pelota en parejas, lanzar y dar palmadas, giros, hacia atrás, por arriba, por debajo de las piernas.
- Caminar pasando objetos, por arriba sin pisarlos, bordeándolos, colocando solo un pie, etc.
- Caminar en cuadrupedia hacia delante, atrás, lateralmente, invertida por arriba de planos, etc.



Pasar el aro de un salto.



Saltar y caer dentro del aro.



Pasar el aro apoyando un pie.



Pasar el aro apoyando las manos y los pies.

3. EL MÉTODO DE JUEGO

Mediante el método de juego, el adulto aprovecha el impulso emocional del niño para provocar situaciones en la actividad que faciliten la creatividad en forma grupal (colectiva).

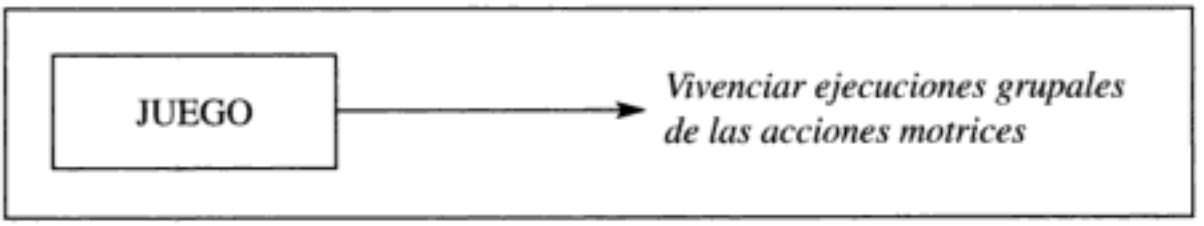
La aplicación del método de juego es la mejor vía para lograr que surjan en el niño sensaciones de placer, libertad, deseos de acción, de compartir con otros, de descubrir. Es el método que mejor logra liberar a los docentes de estrictas normas directivas que aún permanecen arraigadas. Las tareas motrices se proponen al niño des forma individual, por parejas, por pequeños grupos o con todo el grupo.

Este método no se introduce bruscamente en la actividad cuando el adulto dice: ¡ahora vamos a jugar!, los niños piensan: ¿y hasta aquí qué hemos hecho? Cuando el adulto estimula al niño mediante formas lúdicas, la actividad se vuelve más alegre y desarrolladora para el pequeño.

Esta forma de guiar la actividad motriz con los más pequeños facilita poder sugerir tareas cada vez más complejas y que los niños las acepten y ejecuten con

Copyrighted material

entusiasmo, tratando así de vencerlas. Con el empleo de este método, el adulto tiene la facilidad de ocupar roles y papeles conjuntamente con el niño participando directamente como un niño más.



En su libro *El maravilloso mundo del juego,* el profesor Alfredo Ferrari (1994) cita: "A través del tiempo han variado los métodos y formas, los grupos de educandos, las diversas situaciones que intervienen en un ambiente educativo, los contenidos de los programas y las necesidades de los educandos.

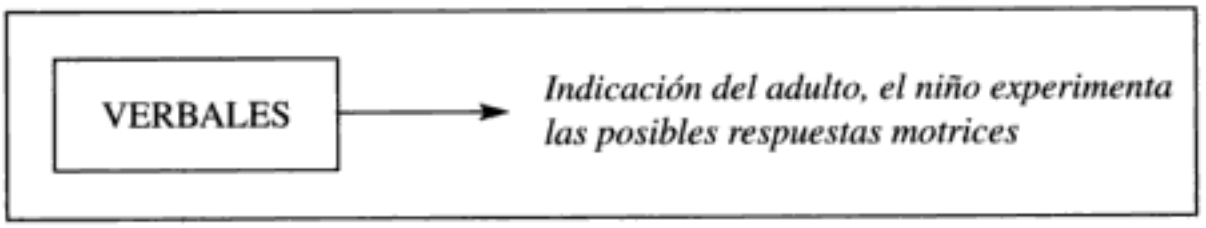
Pero, el juego, ese particular y especial ambiente con clima propio, no ha sufrido modificaciones.

Continúa ahí, en el tiempo y en cualquier lugar porque forma parte de la vida del ser humano".

Los juegos se organizan de acuerdo con las habilidades que se proponen desarrollar. Ejemplos: juegos de correr, saltar, rodar, lanzar, golpear, reptar, cuadrupedia y combinaciones de todas estas. Se pueden realizar en parejas, dispersos, en pequeños grupos y en el grupo completo.

En el capítulo VII pueden observar los ejemplos de juegos motores que se desarrollan en las sesiones prácticas de actividades motrices para niños de 3 a 6 años.

4. EL MÉTODO VERBAL



El método verbal, que a diferencia del método sensorioperceptivo tiene su base en el segundo sistema de señales (lenguaje articulado), ha ido dejando atrás las "explicaciones" del adulto al niño de cómo ejecutar la acción, que dejan al sujeto en

Copyrighted material

un criterio muy abstracto del movimiento, para que el adulto recurra a las "indicaciones directas al niño de la tarea motriz", sobre la base de situaciones creadas por ambos, que permitan la ejecución con una participación activa del pensamiento.

En este sentido, con la utilización de narraciones, representaciones de objetos, animales y planteamientos de diferentes situaciones con relación al cuerpo, el espacio y el tiempo, se logra desarrollar la actividad del niño en condiciones siempre cambiantes. Este método tiene su mayor apoyo en el método de resolución de problemas.

De esta forma, mediante la palabra se le plantea al niño una situación que él deberá resolver por su propio esfuerzo, lo que no significa que el adulto brinde diferentes indicaciones que orienten al pequeño.

Este método se aplica cuando el adulto, mediante indicaciones verbales a los niños, les propicia problemas motores. Por ejemplo: ¿de cuántas formas podrías jugar con el aro?



Pasar el aro acostado.



Pasar el aro parado.



El aro dentro del cuerpo.



Rodar el aro.



Lanzar el aro.

Se ejemplifica la utilización de este método en la tabla 8, partiendo de lo que el niño pudiera hacer teniendo como referencia el posible material a utilizar. Se brinda como ejemplo la forma en que el adulto puede enfocar la tarea al niño para lograr respuestas variadas.

Copyrighted material

Hidden page

Tabla 8 (continuación)

MATERIAL	POSIBLE ENFOQUE DE LA TAREA	POSIBLE RESPUESTA DEL NIÑO
	– ¿Cómo puedes subir y bajar apoyando tus manos y tus piernas? (se adicionan materiales pequeños).	– Subir pasando un objeto sin tocarlo. – Subir y bajar rodando el cuerpo sobre una pelota grande o rodillo.
Cuerdas largas colgadas, barras verticales.	– ¿Cómo subes lo más arriba que puedas?	– Subir la cuerda y balancearse o suspenderse (apoyando o no los pies). – Subir la barra y bajar girando el cuerpo, apoyando los pies o con desplazamiento sin apoyo. – Subir la cuerda o barra, llevando una bolsita de arena u objeto pequeño en la cabeza, hombro.
Aros	– ¿Cómo puedes pasar entre los aros colocados en el suelo? (horizontalmente).	– Por dentro de cada uno en diferentes direcciones, bordeándolos en cuadrupedia, caminando, corriendo, saltando.
	– Colocados en el suelo (verticalmente).	– Pasar por dentro de cada uno en cuadrupedia, corriendo o bordearlos.
	– ¿Y si lo sostenemos con una o dos manos?	– Colocarlos en diferentes partes del cuerpo. – Empujar o llevar pelotas u objetos más pequeños.
	– ¿Si lo colocamos a una altura?	– Lanzarle objetos, pelotas, cuerdas, correr y tocarlo. – Individual, en parejas, en grupos.
Pelotas, bolsas de arena, objetos pequeños	– ¿De cuántas formas puedes lanzar, rebotar, y capturar la pelota?	– Contra el suelo, contra la pared, contra un banco, dentro de un aro.
	– ¿Por dónde puedes rodar la pelota?	– Por el suelo (hacia delante, hacia atrás, a un objeto), encima de bancos, tablas, muros. – Por diferentes partes del cuerpo.
	– ¿Con cuántas partes del cuerpo puedes rodar o pasar la pelota que rueda? – ¿Hacia donde puedes rodar la pelota?	– Con las manos, pies, cabeza, codos, caminando, en cuadrupedia. – Hacia delante, atrás, a un objeto, lateral, en grupos.

Copyrighted material

Tabla 8 (continuación)

MATERIAL	POSIBLE ENFOQUE DE LA TAREA	POSIBLE RESPUESTA DEL NIÑO
	– ¿De cuántas formas puedes rodar la pelota?	– Individual y en grupos, parejas, entre las piernas (de frente y de espalda), alrededor de las piernas, bordeando objetos, por bancos.
	– ¿Qué otros juegos puedes hacer con las bolsas de arena y objetos pequeños que no sea lanzarlos?	– Colocarlos en el suelo (dispersos o alineados) y caminar pasando por arriba sin tocarlos, caminar en cuadrupedia bordeándolos, saltarlo. – Caminar por arriba de las bolsas colocando un pie en cada una. – Llevarlo en distintas partes del cuerpo, caminando en cuadrupedia, etc.
– Cuerdas cortas. – Espaldera, escalera.	– ¿De cuántas formas sabes caminar sobre las cuerdas? – ¿Cómo puedes pasar por arriba de cuerdas colocadas de forma diferente? – ¿De cuántas formas puedes pasar las cuerdas colocadas rectas, curvas, onduladas, separadas (haciendo caminos), atadas a una altura. – ¿Cómo puedes jugar con las cuerdas en tu cuerpo? – ¿Cómo pasarías por la escalera si la elevas un poco un extremo?	– Hacia delante llevando los brazos arriba, atrás, laterales, llevando objetos en diferentes partes del cuerpo, caminando lateralmente, hacia atrás. – Caminando, corriendo hacia delante, hacia atrás, saltando, en cuadrupedia. – Llevarlas en diferentes partes del cuerpo, atarlas al cuerpo y también atarla a aros y pelotas y rodarlos. – Lanzarla por arriba de la cabeza, atrás, hacia delante. – Caminando por arriba de los peldaños (hacia delante, lateral, hacia atrás), por los bordes, entre los peldaños, en cuadrupedia (de frente y de espalda), por arriba de los peldaños, llevando objetos en diferentes partes del cuerpo. – Caminando entre los peldaños, de frente, lateral, de espalda, llevando objetos en diferentes partes del cuerpo, en cuadrupedia.

Copyrighted material

Hidden page



Copyrighted material

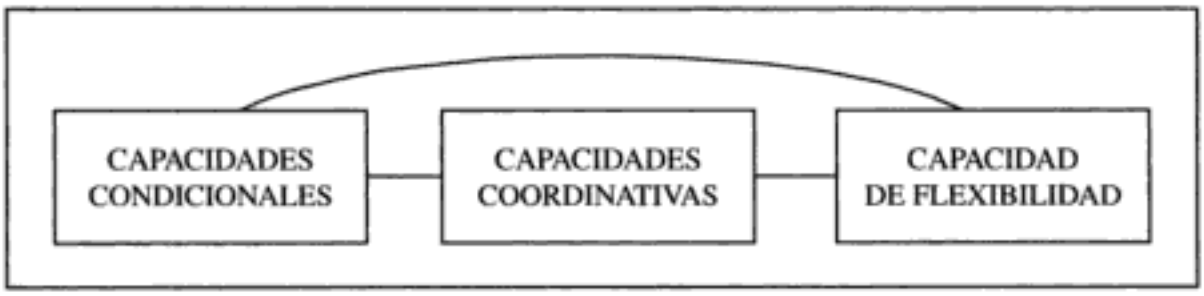
Hidden page

el niño corre y salta un obstáculo, alcanza un nivel de habilidad en estas acciones, ya que la ejercitación es la condición fundamental para lograr realizarlas; al mismo tiempo, desarrolla las capacidades de orientación, coordinación, equilibrio y ritmo dentro de otras, pues estas capacidades son exigencias de esta actividad (correr y saltar un obstáculo).

Las capacidades motrices son cualidades del hombre y no de la actividad, aunque como ya se ha expresado, según el ejemplo, dependen de esta para desarrollarse.

Por otra parte, las capacidades no son innatas, su desarrollo está determinado por las posibilidades morfofuncionales del individuo, el cual nace con las potencialidades para desarrollarlas.

Las capacidades motrices se clasifican en tres grandes grupos que serán explicados a continuación:



1. CAPACIDADES CONDICIONALES

En las edades preescolares no se debe propiciar la ejecución de tareas específicas para el desarrollo de las capacidades condicionales, dentro de las que se encuentran la **fuerza, velocidad** y **resistencia**, aunque algunas de las acciones motrices que los niños realizan condicionan su desarrollo. Por esto recomendamos ser profundos observadores de la actividad del niño, fundamentalmente cuando realizan acciones que requieren de gran esfuerzo u otras que pueden ser más simples pero que cuando se repiten mucho tiempo sin variaciones pueden conducir al agotamiento local de planos musculares o a su atrofia.

Veamos un ejemplo de la incidencia de una capacidad condicional como la fuerza en una tarea motriz para un niño de 1 a 2 años. Cuando el pequeño desde la posición de acostado se agarra a un bastón, al elevar el tronco para sentarse, en este movimiento hay una influencia directa en los músculos de los brazos y abdomen, aunque el adulto ayude al niño en la ejecución del movimiento.



Copyrighted material

Hidden page

2. CAPACIDADES COORDINATIVAS

Las capacidades coordinativas en estas edades, a diferencia de las condicionales, ocupan un rol preferencial.

Las capacidades coordinativas se agrupan de la siguiente forma (Harre, 1973)

a) **Generales** o **básicas**	Regulación de los movimientos. Adaptación y cambios motores.
b) **Especiales**	Orientación Equilibrio. Ritmo. Anticipación. Diferenciación. Coordinación.
c) **Complejas**	Agilidad.

La **capacidad de regulación de los movimientos** se pone de manifiesto siempre que el niño regula sus acciones para llevar a cabo la tarea motriz. El adulto puede brindar al niño en el momento necesario una determinada indicación por medio de la palabra (ejemplo: ¿cómo puedes lanzar la pelota hacia el objeto?), pero en la ejecución de la acción el propio niño es quien debe regular su movimiento de acuerdo con la distancia a que está colocado el mismo. Sólo si es necesario, el adulto le sugiere al niño alejarse o acercarse al objeto, absteniéndose de ser él quien traslade el objeto para que el niño logre su objetivo. Una interferencia inadecuada por parte del adulto puede limitar el aprendizaje del pequeño, además de afectar el desarrollo de esta capacidad. La importancia de este ejemplo es que, precisamente el niño, es quien regula la acción y no el adulto.

Otro ejemplo donde se aprecia el desarrollo de esta capacidad es cuando el niño realiza la combinación de caminar y correr, siendo capaz de regular su propio ritmo realizando el movimiento más lento o más rápido según perciba el sonido del instrumento.

La capacidad de adaptación y cambios motores se manifiesta cuando, durante una tarea o en el propio juego, el niño logra reaccionar a un cambio de movimiento adaptándose a una nueva situación; por ejemplo, en el juego de persecución "el lobo y los conejos", los niños que imitan a los conejos, perseguidos, cuando son atrapados son capaces de cambiar su rol, perseguidores. Si se observa una respuesta rápida al cambio es que el niño ha logrado un cierto nivel de desarrollo de esta capacidad. En este ejemplo que ya ha sido citado al tratar la capacidad condicional velocidad, se aprecia como el mayor desarrollo de la capacidad no está marcado en la rapidez, sino en la adaptación y regulación del movimiento que son capacidades coordinativas.

Copyrighted material

La capacidad de orientación se logra a través de las sensaciones somáticas que permiten la llegada de la información al organismo. Cuando se realizan tareas motrices dirigidas a la orientación espacial y la lateralidad se contribuye al desarrollo de esta capacidad. Por ejemplo en las tareas que requieran cambios direccionales como caminar y correr bordeando objetos, caminar de un objeto al otro colocado en zig-zag o en la ejecución de cualquier desplazamiento: caminando, corriendo, saltando, en cuadrupedia hacia delante, atrás, a un lado y otro, saltar con un pie y el otro alternadamente, lanzar con una y otra mano, entre otras tareas.

La capacidad de equilibrio tiene su base en el desarrollo del aparato vestibular, que es el encargado de regular el equilibrio funcional y está muy relacionada con el control tónico-postural. Su desarrollo es básico para la adaptación del cuerpo a las actividades que se realizan.

Se desarrolla cuando el niño realiza tareas que requieran de la estabilidad corporal, como por ejemplo caminar y correr por líneas, cuerdas, bancos y tablas inclinadas, saltar desde una altura, caminar sobre bloques pequeños.

En las edades preescolares es más factible proponer al niño tareas que desarrollen el equilibrio dinámico que el estático, pues es mucho más motivante y asequible para el pequeño realizar tareas con desplazamiento del cuerpo en determinado espacio o sobre diferentes objetos.

La capacidad del ritmo de movimiento. El ritmo se desarrolla cuando hay un desarrollo del tono muscular; una maduración del oído, la vista, existe un manejo corporal y una percepción espacio- temporal. Desde los primeros años de vida, se debe crear un ambiente favorable que influya en el desarrollo de todos estos factores. Está comprobado que la realización de actividades motrices acompañadas del canto, música, rima o entonación rítmica de la voz del adulto eleva el estado emocional del niño, creándole una buena disposición para la actividad y por supuesto estos son recursos que contribuyen al desarrollo de esta capacidad.

En el capítulo III, se trata el método auditivo, relacionando un grupo de tareas como ejemplos que contribuyen al desarrollo de esta capacidad.

Es muy importante el desarrollo del ritmo desde edades muy tempranas de la vida, para que el niño llegue a ser capaz, en edades superiores, de adquirir conciencia de su ritmo, obtener la posibilidad de influir sobre éste, variarlo, diferenciarlo, acentuarlo y crear nuevos ritmos.

La **capacidad de anticipación** se manifiesta en las combinaciones de ejercicios o complejos de habilidades y no en movimientos aislados. Por ejemplo, en la combinación de lanzar y atrapar la pelota se observa que esta capacidad se manifiesta cuando el niño logra anticiparse al movimiento de lanzar antes o durante la acción de recibir o viceversa.

La anticipación de los movimientos presupone necesariamente una experiencia motriz, adquirida en movimientos antecedentes. Un tanto lógico es dominar

Copyrighted material

Hidden page

La **capacidad agilidad** se encuentra dentro del grupo de las capacidades coordinativas complejas. Se manifiesta por medio de la integración de todas las capacidades expuestas, es por ello que la agilidad sólo se manifiesta en edades avanzadas del preescolar (6 años).

3. CAPACIDAD DE FLEXIBILIDAD

Esta capacidad no está agrupada dentro de las condicionales ni las coordinativas, esto significa que no dependerá de factores o índices bioenergéticos ni de los procesos de regulación y dirección de los movimientos. Esta capacidad dependerá, fundamentalmente, de las propiedades morfológicas del organismo, como son las estructuras articulares, elasticidad de músculos cartílagos y tendones.

La flexibilidad se define como la capacidad de realizar movimientos con una amplitud dada, según la exigencia del mismo, y se manifiesta desde la más temprana edad. Es importante tener en cuenta en todos los grupos de edades de la etapa preescolar, que durante la ejecución de la acción motriz la flexibilidad no debe exigirse al niño más allá de sus posibilidades de movimiento, a fin de evitar cualquier tipo de lesión en su sistema osteomuscular y ligamentoso. Debemos tener presente que esta capacidad es la única innata y su manifestación en esta etapa de la vida ocurre de forma natural sin tener que reforzarla.

En edades más avanzadas esta capacidad requiere mayor atención por su tendencia a desaparecer si no se ejercita el organismo.

Por tal motivo las posibilidades morfológicas del pequeño organismo, como son la propiedad de elasticidad muscular y la separación de las articulaciones en proceso de formación y crecimiento facilitan que los movimientos se logren con amplitud.



Las estimulaciones que reciben los niños en el primer año de vida y algunas de las tareas que ejecutan los niños de 1 a 2 años, como requieren de una mayor intervención del adulto, deben ser realizadas con el cuidado de no exigir al niño más allá de su capacidad para no afectar la posibilidad articular en desarrollo.

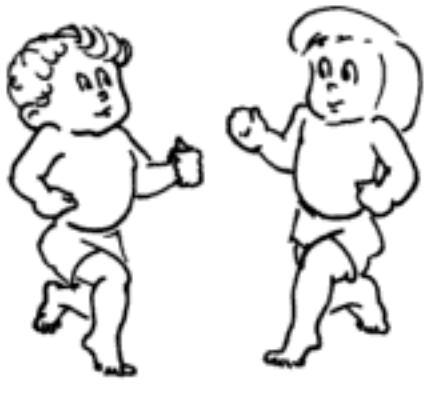
Copyrighted material

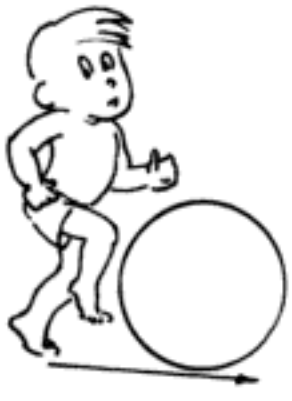
Al bebé acostado boca abajo, estimularlo a que alcance un juguete que se agita frente él, al elevar los brazos para alcanzar el juguete se provoca un arqueo del tronco del niño, facilitando la movilidad de las vértebras.

Esta capacidad se manifiesta también en grupos de mayor edad, en tareas como en la posición de acostado boca arriba, que el niño puede llevar con los pies la pelota hasta la cabeza o en la posición de pie al tocar el suelo con las manos, poniendo las piernas duras.

Por último, es importante considerar que las capacidades motrices, tanto condicionales, coordinativas como la flexibilidad, no se desarrollan independientemente una de las otras. Todas guardan una relación y como se expresó al inicio, estas capacidades son cualidades del hombre y no de la actividad, el organismo tiene las potencialidades para desarrollarlas y manifestarlas en la ejecución de las diferentes acciones.

El niño que realiza actividades motrices de forma sistemática, dirigidas o no, tiene mayores posibilidades de desarrollar las habilidades y capacidades coordinativas descritas, pero recordemos que las actividades motrices ejercen un efecto beneficioso en el organismo, cuando durante su desarrollo, se controlan los posibles riesgos que puedan ser ocasionados por la ejecución de algunos movimientos inapropiados en determinadas etapas de crecimiento infantil.





Copyrighted material

Hidden page

Piaget (1969), refiriéndose al aprendizaje, dijo que la experiencia que no hace uno mismo con toda libertad de iniciativa, no es por definición una experiencia, sino un simple adiestramiento sin valor formativo, pues se produce una insuficiencia en la comprensión de los pasos sucesivos que hay que realizar para llevarla a cabo. De acuerdo con lo expresado por Piaget, el punto de partida para que el niño logre un aprendizaje significativo es que el adulto sea capaz de establecer un equilibrio entre lo que enseña y lo que el niño es capaz de hacer por sí mismo.

La independencia del niño se puede desarrollar desde la más temprana edad si tenemos en cuenta lo siguiente:

- Evitar las excesivas manipulaciones al niño, cuando éste se enfrenta a una tarea motriz.
- Evitar facilitar todas las soluciones a las tareas propuestas.
- Evitar el uso constante del modelo para la ejecución de las acciones motrices.

El papel del educador debe estar dirigido a plantear las tareas al niño y observar la ejecución de las acciones sin conducirlas, preparar el área, los medios materiales didácticos sin condicionar la acción de los niños, mas bien tratará de estimular las posibles soluciones que darán los pequeños a las diferentes situaciones que se les presente.

En cada respuesta, el niño pondrá de manifiesto todas las posibilidades de movimiento que sea capaz de crear por propia iniciativa, la que tendrá como base la experiencia motriz que ha adquirido en su vida.

Trataremos de dar las respuestas metodológicas a las siguientes preguntas: ¿cómo lograr la autonomía en edades tan tempranas de la vida? Si en estas edades el niño requiere de la ayuda y dirección del adulto; si para lograr crear es necesario una base de conocimientos, ¿cómo lograr equilibrar la dirección del adulto sin afectar la independencia del niño?

Desde el primer año de vida, el niño se debe estimular con muy poca manipulación directa por parte del adulto. Se debe aprovechar el propio esfuerzo del pequeño sobre la base de sus reacciones sensoriales.



Estimular al niño para que alcance con sus manos y pies objetos mostrados.

Copyrighted material

A partir de los 12 meses, cuando el niño comienza a caminar, se inician una serie de cambios en el pequeño, apreciándose un mayor desarrollo del pensamiento, expresado por medio del lenguaje.

El pequeño comienza a realizar las acciones motrices con una participación más activa de su pensamiento. Ejemplo: cuando el niño salta, lo realiza pensando en el animalito que conoce. Esto se debe a que en el nivel mental del desarrollo en estas edades, los pequeños logran orientar y hacer más efectivas sus acciones por medio de las representaciones sensoriales. De ahí la importancia de aprovechar esta potencialidad para el desarrollo motor e intelectual del niño.



Saltar como el conejo.

Para mantener activo el pensamiento del niño, el adulto no debe mostrar el modelo de lo que se intenta reproducir, sino estimular el movimiento mediante narraciones de cuentos, representaciones de animales, objetos, juguetes, propiciando que éstos se enriquezcan cada vez más.

En las edades de 1 a 3 años estas representaciones son mucho mayores y los niños comienzan a descubrir diferentes formas de actuar con su cuerpo y moverse en el espacio.



Volar como el pájaro.

El educador estimula la acción del niño preguntándole:

- ¿Cómo camina el perro?
- ¿Cómo vuela el pájaro?
- ¿Cómo salta la pelota?

Al inicio se brindan al niño algunas orientaciones para facilitar sus respuestas:

- El perro camina por el suelo, los bancos, las escaleras.
- El perro no solo camina hacia delante, puede hacerlo hacia atrás, hacia un lado y otro.

Copyrighted material

Transcurrido un tiempo, el niño por sí mismo va encontrando las respuestas motrices a las tareas que se le orientan, realizando un mayor esfuerzo mental para encontrar la solución de la tarea. En este sentido, las mismas se plantean con menor orientación:

- ¿De qué otras formas puede caminar el perro?
- ¿Hacia cuántos lugares salta el conejo?

Los niños de 3 y 4 años realizan mayores variaciones de los movimientos utilizando no sólo su cuerpo y el espacio sino también el tiempo, por ello en estas edades las tareas se plantean dirigiendo la atención del niño a cada uno de estos factores (cuerpo, espacio y tiempo), ejemplos:

- ¿Por cuántos lugares puedes rodar la pelota?
- ¿Hacia cuántos lugares puede rodar la pelota?
- ¿Rueda la pelota más lento, más rápido?



Jugar con la pelota de diferentes formas.

A los 5 años, los niños son capaces, además de lo expuesto anteriormente, de valorar el resultado de sus acciones y participar en la organización y planificación de la actividad.

Los propios niños seleccionan y distribuyen los materiales a utilizar, descubriendo diferentes formas de utilizarlos. El adulto plantea las tareas haciendo énfasis, entre otras cosas, en el material que los niños seleccionaron, ejemplo:

- ¿Cuántos ejercicios sabes hacer con el aro?
- ¿Qué sabes hacer con las cuerdas?
- ¿Cuántos movimientos puedes hacer por los bancos y muros que hay en el área?

Copyrighted material

Para lograrlo, el educador debe situar al niño en un medio previsto de todos los materiales a utilizar, creando condiciones de seguridad en el área donde se realice la actividad. Observando la actividad del niño, el adulto creará nuevas situaciones para propiciar la variación a fin de obtener nuevas y mayores respuestas de los niños. Propone las tareas a partir de lo que el pequeño sabe hacer, teniendo en cuenta el aumento de las dificultades de acuerdo con las posibilidades del niño.

Cuando la actividad motriz de los preescolares se desarrolla teniendo en cuenta todo lo abordado con anterioridad, se logra una participación activa y consciente del niño en la actividad, lo que constituye la base para que se desarrolle su autonomía y creatividad.

1. GUÍA DE OBSERVACIÓN PARA VALORAR LA AUTONOMÍA Y CREATIVIDAD

Observaciones realizadas a niños de 3 a 6 años durante sus actividades motrices facilitaron obtener una referencia sobre las actuaciones de estos; permitiéndonos constatar sus posibilidades de autonomía y creatividad.

Las observaciones se realizaron a un grupo de 65 niños que asistían a instituciones infantiles. Aunque estos niños estaban sometidos a la influencia de programas educativos, se evitó en todo momento la interferencia directa del adulto durante las observaciones. De acuerdo con lo anterior, éstas se realizaron en un ambiente natural (medio cotidiano del niño) y respetando la espontaneidad de estos.

En situaciones semejantes estas observaciones pueden ser realizadas por dos personas. Una de ellas debe crear las condiciones materiales y motivacionales necesarias para que las acciones de los niños se produzcan. La otra anotará en la guía de observación las respuestas dadas por los pequeños a los aspectos contemplados en el protocolo.

Las observaciones se anotarán individualmente, aunque se produzcan acciones grupales, de parejas y tríos, las que también se contemplan en algunas alternativas de la guía de observación. Al final se totalizan los niños observados, así como la cantidad de ellos que responden a cada aspecto de la guía (1 al 15). Los resultados numéricos que se obtienen en cada aspecto de la guía permiten el análisis cualitativo de cada uno. Como se aprecia en el protocolo de observación, los aspectos positivos son:

1; 4; 9; 10; 11; 13 y 15. El resto de los aspectos constituidos dan un nivel de ejecución con dificultad o limitaciones. Estos nos permiten valorar la respuesta de los niños para poder centrar adecuadamente la atención individualizada según los casos.

Copyrighted material

Hidden page

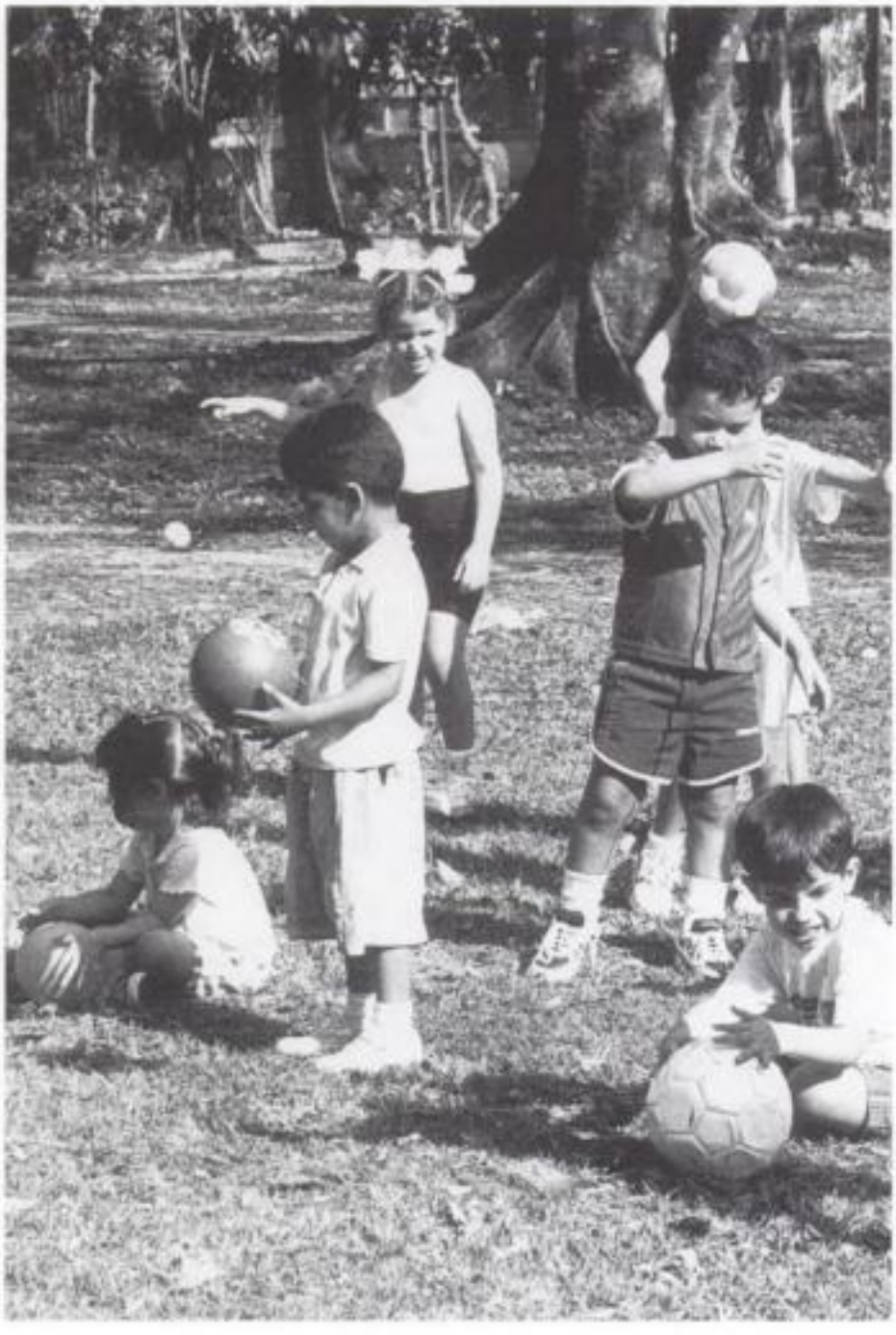
- En el grupo de niños observados se destaca que a partir de los 5 años, mayores respuestas motrices por propia iniciativa, las que se manifestaron al ser capaces de combinar dos y hasta tres materiales en una misma acción motriz.
- A partir de los 4 años se observó, además, que los niños fueron capaces de construir con los objetos y materiales que disponían, participando de forma más activa en la organización y planificación de la actividad motriz.
- En sentido general se observó en el grupo de niños investigados una buena comunicación grupal.

Tomando como base los resultados de la observación de la actividad del niño estaremos en mejores condiciones para determinar nuestro papel como facilitadores del proceso de aprendizaje del pequeño.

Mediante la observación, tanto en la clase como fuera de ella, el adulto podrá conocer mejor a sus alumnos y analizar cómo orientarlos en la organización y desarrollo de su actividad, en la utilización del espacio y materiales que dispongan, así como ayudarles a establecer una mejor comunicación y cooperación.

Durante las observaciones, el educador podrá hacer anotaciones sobre el comportamiento general del grupo o de algunos niños, lo que le facilita la información necesaria para guiar el proceso docente educativo.

Copyrighted material



Copyrighted material

Tratamiento metodológico de la actividad motriz con niños que presentan alteraciones emocionales

1. EJERCICIOS DE MOTRICIDAD FINA.
2. EJERCICIOS PARA LA RELAJACIÓN.
3. EJERCICIOS POSTURALES.

Como ya se ha expresado, el desarrollo de cada niño es diferente e individual (influencia genética, educativa y medio ambiental) y, aunque este desarrollo debe evolucionar con una secuencia esperada (capítulo I: Características motrices...), este proceso evolutivo se puede perturbar, provocando alteraciones en el sistema nervioso que afectan la motricidad y en consecuencia el proceso de aprendizaje.

Muchos padres, preocupados por el buen desarrollo de sus hijos, acuden a consultas con especialistas porque observan en ellos estas afectaciones y en algunos casos consideran que el niño manifiesta falta de concentración, problemas posturales y de conducta en general. La mayoría de las veces estos problemas corresponden a alteraciones del proceso de maduración del niño y afectan notablemente la esfera motriz, afectiva y cognitiva. En sentido general, las alteraciones del sistema nervioso en los preescolares afectan la coordinación tanto gruesa como fina, el control de la respiración y la postura.

Cuando se trata de alteraciones en el proceso de maduración del organismo, no es necesario tener que recurrir a un programa de reeducación donde se dirija actividades específicas para casos de mayor afectación como ocurre en el caso del síndrome de Down, la parálisis cerebral, etc.

En los casos que referiremos, timidez e hiperactividad, podemos brindar una atención individualizada dentro del grupo, que conlleve a un tratamiento metodoló-

Copyrighted material

gico diferenciado del contenido a desarrollar y complementar con un reforzamiento basado en tareas motoras específicas para realizar con el apoyo de los padres en el hogar. Se pretende que en un plazo de tiempo corto el niño logre su total incorporación al grupo, pero para lograrlo se debe conocer y ejercer un control de las causas que originan el problema del niño a fin de erradicarlas.

Las alteraciones en el desarrollo motor e intelectual del niño pueden provenir de diversas causas, originadas por la alteración en mayor o menor grado del proceso de maduración. En las primeras edades las alteraciones emocionales del niño pueden ser de origen genético y sociocultural, y si no son bien atendidas desatan en edades posteriores en trastornos de la conducta que traen como consecuencia dificultades en el aprendizaje, como ya hemos expresado.

Las causas de origen genético pueden generar daños cerebrales que en la mayoría de los casos son provocados por enfermedades de la madre, anomalías, irradiación en el embarazo, lesiones en el momento del parto y enfermedades que afectan el organismo del niño en el primer año de vida. Las de origen sociocultural son provocadas generalmente por cambios bruscos en la vida del niño, dentro de las que influyen: cambios de las personas que cuidan al niño, trastornos en el horario de vida y por la poca o mala atención al niño como: estimular el temor, la sobreprotección y las discusiones en presencia del pequeño, entre otras.

Mediante la actividad motriz pueden controlarse considerablemente las alteraciones emocionales del sistema nervioso pues su contenido contribuye al desarrollo de habilidades motrices que favorecen la percepción y el control del cuerpo, la ubicación en el tiempo y el espacio y el control de la respiración, aspectos que ven tan afectados cuando se presenta cualquiera de las causas anteriormente expresadas.

En el tratamiento metodológico del contenido a aplicar con los niños podemos hacer algunas precisiones cuando se manifiesten alteraciones como la timidez o hiperactividad. Desde las primeras sesiones de actividades debe tenerse una información sobre la conducta de cada niño a fin de brindarles una debida atención individual. Existen manifestaciones que nos pueden alertar ante los diferentes casos como torpeza motriz gruesa y fina que hacen al niño caerse con facilidad, tropezar con los objetos, dificultades para agarrar objetos, estar tensos, rígidos, poca concentración, rápida fatiga, inquietud y mala orientación espacial.

Puede ocurrir que el niño muestre ocasionalmente un estado de excitación o de inhibición por causas transitorias que no deben confundirnos o acelerarnos a declarar al niño tímido o hiperactivo. No obstante, cuando los estados de excitación se prolongan desatan en el niño la hiperactividad y las frecuentes inhibiciones muestran al niño cada vez más retraído, temeroso y apartado. Si estos estados se mantienen debemos prestar especial atención para poder determinar acertadamente si estamos ante un caso de timidez o hiperactividad. Ante esta situación debemos tomar las medidas necesarias para ayudar al niño.

Copyrighted material

Hidden page

Ha resultado una experiencia muy positiva completar el trabajo de la institución con un reforzamiento basado en tareas motoras especificas a realizar en el hogar o en lugares al aire libre, con el apoyo de la familia. De esta forma, se logra establecer una comunicación sistemática con los padres, que permita al educador conocer y controlar las causas de los problemas del niño y brindarles a los padres la orientación que necesiten.

El contenido de las tareas motrices a desarrollar en la familia estará dirigido fundamentalmente a los ejercicios de motricidad fina, relajación y posturales. Los ejercicios de motricidad fina estimularán los pequeños segmentos del cuerpo: cara, manos y pies. Éstos tienen como objetivo básico el control de los pequeños músculos y el desarrollo psicomotriz. Es muy propicia su aplicación tanto en los casos de timidez como de hiperactividad ya que estos ejercicios contribuyen a lograr la concentración de la atención, además del desarrollo de la coordinación fina tan afectados en estos casos.

Los ejercicios de relajación se deben reforzar con el niño hiperactivo pues contribuyen al control del tono muscular. Se recomienda su aplicación acompañados de imágenes habladas por el adulto. Con estos ejercicios se logra bajar la tensión, disminuyendo la dureza y rigidez musculo-articular y, por consiguiente, la excitación del sistema nervioso.

Los ejercicios posturales se deben acentuar mucho más con los niños tímidos, ya que por sus características (se ponen de pie y se sientan encorvados, mantienen la cabeza baja, los brazos generalmente recogidos) tienden a presentar deformaciones de la postura.

A continuación relacionamos algunos ejemplos de ejercicios que se pueden realizar en el hogar con niños de 3 a 6 años. Son de fácil ejecución y no requieren de grandes recursos materiales

1. EJERCICIOS DE MOTRICIDAD FINA

Para las manos:

- Enseñar mano derecha-izquierda.
- Palmas unidas (abrir y cerrar), tocarse las yemas de los dedos, las manos se saludan, abrazan, se dan palmadas en diferentes en partes del cuerpo o en distintas superficies.
- Tocar materiales (suaves, duros).
- Apretar pelotas pequeñas, pasarla de una mano a la otra.
- Jugar con bolas, atar y desatar (cuerdas, cintas).



Jugar con las manos.

Copyrighted material

Para los pies (preferentemente sentados e individualmente):

- Con los pies: decir adiós, encontrarse, decir sí y no, rodar bolas, conos, agarrar cuerdas (tirarlas) y agarrar frazadas.

Para manos y pies:

- Unir pies y manos, alternadamente.
- Tocas con los dedos de las manos cada dedo de los pies.
- Pasar la pelota pequeña por los pies.



Jugar con las manos.

Para la cara:

- Inflar la cara y soplar, sacar la lengua, arrugar la frente.
- Abrir y cerrar los ojos, mirar arriba, abajo, a un lado y otro, sonreír y enojarse.

Cara y dedos de las manos (esquema corporal):

- Un dedo de cada mano: tocar nariz y una oreja, barbilla y la otra oreja, nariz y frente, boca y cabeza.
- En pareja: hacer el espejo, tocar con un dedo partes del cuerpo del compañero; encontrarse con las dos manos, derecha, izquierda; alternando con los codos; con las rodillas; con los pies (arriba, al frente, movimientos simultáneos).



2. EJERCICIOS PARA LA RELAJACIÓN

Mediante la palabra (imágenes habladas):

El niño sentado, preferentemente con los ojos cerrados, escuchar al adulto que expresa lo siguiente:

- "Pensamos en el mar", "cómo se mueve", "en su azul", "el viento sopla", "escuchar un sonido lento", "caminar lento como..." "derretirse como el helado".

Mediante tareas motrices:

El niño de pie, expresar con su cuerpo lo que el adulto va indicando:

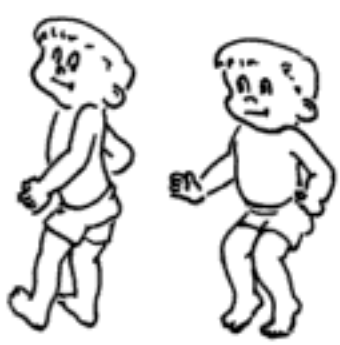
- "Moverse como el mar", "moverse como el viento", "derretirse como el helado", "caminar como el muñeco de trapo".

Copyrighted material

- Brazo arriba de una mesa o de la pierna flexionada: dejar caer el brazo que pesa, de pie igual dejar caer el brazo al lado del cuerpo "pesa mucho y cae" (alternar el brazo).
- Sentados, pierna extendida, subir un poco la pierna y dejarla caer que pesa (alternar la pierna).
- Acostado de espalda, dejar caer brazo y pierna que pesa "temblar" (alternar brazo y pierna).
- De pie, colocar una bolsa en la cabeza y después en un hombro (sentarse).
- Caminar lento llevando la bolsa, sentarse y acostarse colocando la bolsa en la barriga (subir y bajar la barriga).

3. EJERCICIOS POSTURALES

- Caminar sobre las puntas y talones de los pies.



- Caminar con los brazos arriba (estirándose bien) con movimientos simultáneos y alternadamente.



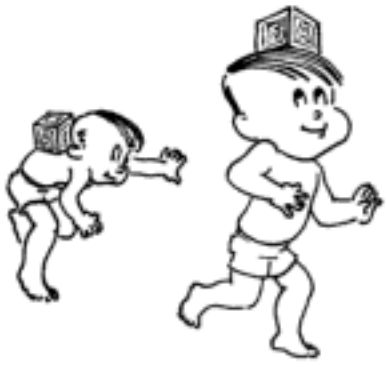
- Caminar elevando las rodillas al frente y las manos en la cintura.



Copyrighted material

Hidden page

– Caminar llevando un objeto en la cabeza y después en la espalda.



– De pie y después sentados pasar un aro por el cuerpo ("vestirse y desvestirse").





– Desplazarse lentamente introduciendo el cuerpo por el aro.



– De pie con el aro sostenido en la espalda, girar el tronco a un lado y otro.



Copyrighted material

Hidden page

Las recomendaciones para su aplicación son mínimas y se expresan a continuación:

- Pueden realizarse los mismos ejercicios con niños de diferentes edades comprendidas en la edad preescolar (3 a 6 años).
- Se eligen considerando las posibilidades de cada niño, su desarrollo y dificultades.
- Es conveniente la realización diaria, de acuerdo a las necesidades del niño.
- Esta ejercitación no reemplaza la actividad de educación física si el niño asiste a una institución.
- Pueden desarrollarse en cualquier momento del día y cualquier lugar: el propio hogar, jardín, plaza de juegos, etc.
  Si se realiza dentro del hogar, el lugar seleccionado debe tener buena ventilación.
- El tiempo máximo de ejercitación completa no excede los 30 minutos.



Copyrighted material

Contenido metodológico de la educación física para los niños de Preescolar

1. GRUPO DE 3 A 4 AÑOS.
2. GRUPO DE 4 A 5 AÑOS.
3. GRUPO DE 5 A 6 AÑOS.

La sesión de educación física constituye un momento de gran valor educativo, en el que se puede establecer un contenido programático que, sin ser estático ni esquemático, puede constituir una guía práctica para la acción pedagógica. Los contenidos que se ofrecen en este capítulo constituyen ejemplos de sesión que pueden ser modificados y/o enriquecidos según la iniciativa creadora del educador y de los propios niños.

Se ofrecen 10 ejemplos de sesión para cada año de vida, comprendido en las edades de 3 a 6 años. A partir de estos ejemplos el educador podrá elaborar el resto de las sesiones para completar el contenido del curso escolar. Para esto puede realizar variaciones de las tareas motrices y juegos que se ofrecen o crear nuevos contenidos.

En cada sesión se señalan los métodos de enseñanza (estudiados en el capítulo III) que fundamentalmente se aplicarán, los que pueden estar o no enunciados en el planeamiento de la actividad, ya que lo más importante es que el educador posea un correcto dominio y manejo de los mismos.

El objetivo de cada actividad aparece expresado en función de las habilidades motrices que el niño desarrollará. Se realizarán de dos a tres sesiones por semana.

El tiempo de duración de cada sesión se establecerá según el grupo de edad. En el grupo de 3 a 4 años, 15 a 20 minutos; de 4 a 5 años, 20 a 25 minutos, y de 5 a 6 años, 25 a 30 minutos.

Copyrighted material

1. GRUPO DE 3 A 4 AÑOS

1.

OBJETIVO: Caminar y correr con cambios de dirección libremente y por planos en el suelo.

MÉTODOS: Práctico, verbal y juego.

MATERIAL: Mariposa y flores de cartulina, tizas para dibujar.

PARTE INICIAL

- Caminar dispersos por toda el área, lentamente y/o rápidamente, moviendo los brazos lateralmente, imitando el vuelo de las mariposas.
- Cada niño se coloca agachado dentro de la flor (de cartulina) que ha sido colocada previamente en el suelo. A la señal del adulto salen a "volar" por toda el área. A la siguiente señal de "llegó el cazador", los niños corren a ocupar cada uno su flor.

PARTE PRINCIPAL

- Se estimula para que los niños corran por toda el área tratando de agarrar la mariposa que lleva el adulto. Éste se desplaza cambiando de dirección.
- Los niños dibujan líneas rectas en el suelo y con curvas para pasar por arriba: caminando hacia adelante, atrás y lateralmente (las manos se pueden llevar en diferentes partes del cuerpo). Al final corren por las líneas.

Se propone el juego: "A pasear por el campo".



Se divide el grupo a la mitad. Se trazan en el área dos líneas a la distancia de 10 m que representan dos casas. En el centro, entre las dos líneas, se dibuja un círculodonde se ubica un niño. El resto de los niños se situará sobre una de las líneas (casas). El adulto invita a "pasear por el campo". Los niños salen corriendo a tratar de llegar hasta la otra línea (casa). El niño que está en el círculo trata de agarrar al que no logre llegar a la "casa".

PARTE FINAL

- Caminar lentamente y mover el cuerpo como si el viento los llevara a un lado y otro. Soplar haciendo sonidos como "el viento".

Copyrighted material

Hidden page

3.

OBJETIVO: Realizar cuadrupedia y lanzar objetos hacia diferentes direcciones

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Pequeños muñecos en forma de animales.

PARTE INICIAL

- Caminar por el área haciendo sonidos fuertes y suaves con los pies y continuar caminando lentamente y en silencio hasta los objetos colocados en el área (animales).
- Cada niño coge su objeto (animal) para despertarlo. Llevarlo arriba (brazos arriba) para que se despierte mirando el sol. Cada niño repite el movimiento de la forma que desea expresar.
- Hacer como un reloj para despertarlo con el sonido. Los niños mueven el tronco a un lado y otro diciendo tic-tac.
- Caminar, correr y saltar libremente llevando el objeto, cada cual como desee.

PARTE PRINCIPAL

- Cada niño construye una casa con su cuerpo y coloca el objeto (animalito) dentro de la casa. Posteriormente se les propone apoyarse en las dos manos y pies, en una mano y un pie (alterno), en las dos manos y un pie. Continuar caminando con el apoyo de manos y pies (cuadrupedia) llevando el objeto en el cuerpo.
- Lanzar el objeto con una y otra mano hacia adelante, atrás, y arriba.



- Se les propone a los niños jugar "A cazar al campo". Cada niño imita un animal diferente, el adulto con otro niño serán los cazadores. Se señala un lugar del área (cueva) donde los niños se refugian. Los niños atrapados pasan a ser cazadores.

PARTE FINAL

- Caminar lento por el área, respiran "oliendo las flores del campo" y se relajan poniendo el cuerpo muy suave hasta caer al suelo.

Copyrighted material

4.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos de diferentes formas y en distintas direcciones.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual, auditivo, propioceptivo y juego.

MATERIAL: Bancos y tablas.

PARTE INICIAL

- Caminar lento y rápido dando palmadas. Cada niño sigue su ritmo.
- De pie o sentados en el lugar se indica a los niños realizar movimientos con las manos: abrir y cerrar, agitarlas, palmas arriba y abajo.
- Se les propone que todos se convertirán en mariposas. Las mariposas no pesan (sentir el cuerpo suave) y el aire se las lleva a un lado y otro, hacia adelante y atrás.

PARTE PRINCIPAL

- El educador se coloca en el centro del área y le indica a los niños que caminen hasta él imitando diferentes animales (conejos, ranas, caballos, perros y otros seleccionados por los niños). El educador se colocará cada vez en un lugar diferente del área.
- El adulto invita a los niños a jugar al "tren". Se colocan los niños uno detrás del otro, sosteniéndose por la cintura e imitando el sonido del tren. Frente a la hilera se coloca el adulto (locomotora) guiando el recorrido: sobre bancos, tablas inclinadas, por debajo de objetos y bordeando los obstáculos. Los niños hacen como el tren y caminan por los materiales haciendo equilibrio.



PARTE FINAL

- Los niños caminan cada vez más lentamente, hasta relajarse (poner el cuerpo suave) cayendo unos en el suelo, otros arriba o abajo de los objetos que están en el área.

Copyrighted material

Hidden page

6.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos por figuras geométricas y lanzar y rodar la pelota de diferentes formas.

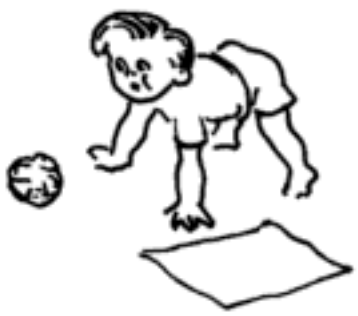
MÉTODOS: Práctico, verbal, visual y juego.

MATERIAL: Hojas de papel (grandes).

PARTE INICIAL

- Caminar por el área, llevando la hoja de papel en las manos y moverla lentamente hacia diferentes lugares (arriba, al frente, abajo, atrás).
- De pie, colocar la hoja de papel en una pierna y en la otra, evitando que se caiga y continuar caminando lentamente llevando la hoja en la cabeza.

PARTE PRINCIPAL



Colocar la hoja de papel en el suelo para pasar por ella caminando en cuadrupedia (apoyo de manos y pies), saltando, trotando (por el borde del papel, de un lado al otro y de un extremo al otro). Primero lo realizan individualmente y posteriormente pasan por todas las hojas de papel.

- Cada niño recoge su hoja y la manipula formando una bola para lanzarla y rodarla, con una y otra mano.
- Se propone el juego "Lanza la pelota". Se organizan 3 a 4 grupos de niños. Se coloca frente a cada grupo un objeto (caja, cesto) a pequeña distancia para lanzar. Se estimula a los niños para que lancen la pelota hasta el objeto. Después el adulto se desplaza llevando una caja para que los niños traten de lanzar la pelota dentro de ella. El educador se desplaza caminando rápido para estimular que le persigan y efectúen el movimiento.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente, poner la pelota en una mano y soplarla.
- Caminar apoyando pies y manos, muy lentamente y soplar la pelota colocada en el suelo, tratando de desplazarla hacia adelante.

Copyrighted material

7.

OBJETIVO: Caminar de diferentes formas y direcciones.

MÉTODOS: Prácticos, verbal, propioceptivo y juego.

MATERIAL: Pelotas y bolsas rellenas.

PARTE INICIAL

- Caminar y correr por los bordes del área, el centro, a los extremos. El educador señalará cada lugar.
- Caminar y correr dispersos, tocando diferentes objetos que han sido colocados por distintos lugares del área. Al tocar los objetos se pone el cuerpo "duro o blando" según el objeto. Caminar todo el grupo hacia diferentes lugares (hacia adelante, atrás, a un lado y otro).

PARTE PRINCIPAL

- Los niños construyen caminos con las bolsas rellenas y se les propone caminar por arriba de éstas: lateralmente, hacia adelante y atrás. Después separar las bolsas y pasar colocando un pie sobre cada una, caminar por entre ellas, bordearlas y continuar caminando por arriba de tablas y bancos llevando la bolsa en la cabeza.



- Se les propone jugar a "Pasa la pelota". Se entrega a cada niño una pelota u otro objeto. Cada uno realiza los movimientos que deseen con su objeto, estimulando realizaciones diferentes por cada uno. Posteriormente se retiran varias pelotas, dejando sólo 4 ó 5 para todo el grupo y se les propone jugar todos con esas pelotas. Después se dejan sólo 2 pelotas y se les propone: "Qué podéis hacer con 2 pelotas para todos" y por último se les sugiere: "Jugar todos con una sola pelota".
- Finaliza el juego tomando cada niño su pelota y cada cual juega con ella libremente.

PARTE FINAL

- Rodar lentamente la pelota por el suelo, por arriba de tablas, bancos, muros.

Copyrighted material

8.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos de diferentes formas por planos en el suelo.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual y juego.

MATERIAL: Figuras geométricas de cartón u otro material, cuerdas, cintas y bolsas.

PARTE INICIAL

- Se distribuyen entre los niños del grupo 4 ó 5 figuras geométricas diferentes y se les invita a caminar dispersos. Cuando el adulto menciona una figura (visible) todos los niños deben identificarla siguiendo al niño del grupo que la lleva. Se alterna caminar disperso con caminar siguiendo al niño que lleve otra figura diferente. Se pueden sustituir las figuras geométricas por letras y números.
- Caminar dispersos, al encontrarse con el amigo continuar caminando entrelazados en parejas, después en tríos y pequeños grupos, se dispersan y vuelven a agruparse. Caminar en estos grupos: hacia adelante, a un lado y otro.

PARTE PRINCIPAL

- Los niños construyen caminos rectos, con curvas y ondulados, utilizando cuerdas, cintas, bolsas, o dibujan líneas en el suelo, para pasar por estos caminos: caminando, corriendo, saltando.
- Colocan cuerdas atadas a una altura para pasarlas por abajo y por arriba en cuadrupedia (de frente, de espalda y lateralmente).
- Se les propone jugar a "El coche" organizándose varios grupos (5 a 6 niños en cada uno). El primero lleva una bolsa conduciéndola con un bastón hasta una distancia señalada, regresa al equipo y lo ejecuta el que sigue. Cada niño la conduce de la forma que desee. Se estimula a conducirla cada vez de una forma diferente.



PARTE FINAL

- Se colocan las bolsas y bastones en el suelo y todos caminan lentamente pasándoles por arriba sin tocarlos.

Copyrighted material

9.

OBJETIVO: Saltar objetos en diferentes direcciones y de diferentes formas.

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Cuerdas y aros.

PARTE INICIAL

- Caminar en grupos con los ojos cerrados (un pequeño espacio) hacia el lugar donde suena el instrumento. En cada repetición el educador varía el lugar de donde realiza el sonido.
- Cada niño con una cuerda se le indica caminar, trotar y saltar llevando la cuerda en diferentes partes del cuerpo.
- Atar unas cuerdas con otras haciendo nudos por una de sus puntas y llevarlas entre todos caminando, trotando y saltando, uno detrás del otro y posteriormente se colocan uno al lado del otro para repetir estos desplazamientos.
- Entre todos colocan la cuerda en el suelo y se les invita a sentarse. Cada niño trata de coger la cuerda con los pies para elevarla y después lanzarla hacia adelante. Esto se realiza sin tocar la cuerda con las manos. Posteriormente se desata el nudo y cada niño mueve la cuerda libremente.

PARTE PRINCIPAL

- Cada niño coloca la cuerda en el suelo para pasarla saltando de un lado al otro, con ambas piernas y alternando, hacia adelante y lateralmente, apoyando las manos. Posteriormente todos los niños saltan de una cuerda a la otra pasando por todas.



- Se propone el juego "La ardilla sin casa". Los niños se agrupan en tríos, dos se dan las manos formando una casa, el tercero se coloca en el centro (ardilla). A la señal del educador los niños que hacen de ardillas salen a caminar lejos de la casa. A la voz de "a vuestras casas", todos corren (incluyendo el educador) a ocupar cualquier casa, de manera que quede un niño sin casa. Se repite tres veces alternando al niño del centro. En la última repetición el educador no participa para que cada niño quede ocupando una casa.

PARTE FINAL

- Caminar cada vez más lentamente y emitir sonidos de silencio.

Copyrighted material

10.

OBJETIVO: Ejecutar desplazamientos de diferentes formas llevando objetos en distintas partes del cuerpo.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual y juego.

MATERIAL: Aros, cuerdas, pelotas y bastones.

PARTE INICIAL

- Caminar dispersos, detrás de un niño que nombra el educador (por su nombre) y continuar caminando detrás de él imitando sus movimientos. Vuelven a caminar dispersos y se repite, nombrando siempre a un niño diferente.
- Caminar en parejas, a la señal, uno de la pareja imita al otro, siguiendo sus movimientos (se desplazan de diferentes formas). Después de algunas repeticiones se cambian las parejas entre ellos.
- Se distribuyen aros, cuerdas, pelotas y bastones de forma que se puedan organizar grupos por material. A la señal del adulto se indica a los niños agruparse los que tienen los mismos materiales. Se repite dispersándose y volviéndose a agrupar. En cada repetición los niños se intercambian los materiales de forma que identifiquen siempre un material diferente.

PARTE PRINCIPAL

- Los niños construyen caminos con aros, cuerdas y bastones, desplazándose por estos objetos: caminando, saltando, en cuadrupedia y llevando una bolsa rellena en diferentes partes del cuerpo.
- Se propone el juego "Encuentra tu pareja". Se entrega a cada niño banderas y cintas de diferentes colores, deben repetirse dos colores iguales en el grupo. A una señal los niños se desplazan por el área: caminando, saltando, trotando, a la otra señal de "encuentra el color igual", los niños se unen en parejas por las cintas del mismo color. En parejas continúan: caminando, saltando y trotando. En cada repetición se intercambian las cintas para que los niños identifiquen otros colores.



PARTE FINAL

- Caminar en parejas soplando la banera o cinta que llevan en la mano.

Copyrighted material

2. GRUPO DE 4 A 5 AÑOS

1.

OBJETIVO: Caminar y cuadrupedia de diferentes formas y hacia diferentes direcciones y lanzar hacia diferentes direcciones.

MÉTODOS: Prácticos, verbal, auditivo, propioceptivo y juego.

MATERIAL: Cuerdas, bancos, tablas, objetos pequeños, papel y juguetes.

PARTE INICIAL

- Se estimula a los niños a caminar dando palmadas en diferentes partes del cuerpo siguiendo cada niño su ritmo. Los niños caminan dispersos por el área. Los niños se encuentran y dan palmadas con una y dos manos: arriba, abajo, al frente, a un lado y otro.
- Un niño frente al otro (en parejas) realizan movimientos de imitación (el espejo): llevar la oreja hasta el hombro a un lado y otro, elevar los brazos y estirarlos, empujar algo imaginario, agitar los brazos. Realizar otros movimientos creados por los niños.
- Tocar con las manos la punta de los pies y sentir las piernas "duras". Las piernas pueden colocarse: unidas, separadas. Los niños pueden estar colocados en posición de pie, sentados y acostados.
- Caminar sobre las puntas de los pies, talones, elevando las rodillas (hacia un lado, hacia el otro) y volver a caminar normal.

PARTE PRINCIPAL

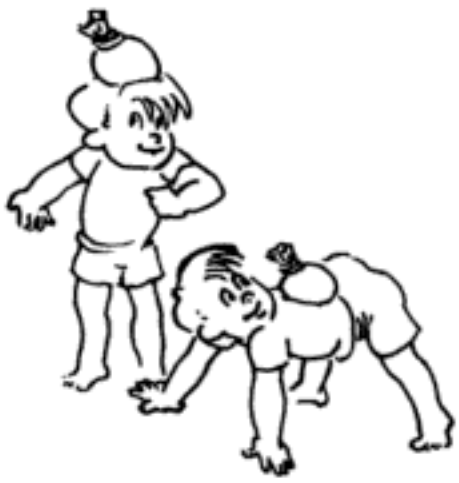
- Desplazarse en cuadrupedia (apoyo en pies y manos) primeramente por el suelo, de forma individual: hacia adelante, atrás, a un lado y otro y posteriormente en parejas: pasando un niño entre las piernas del otro, pasar por arriba y por abajo de cuerdas colocadas a altura, entre objetos: pasándole por arriba, bordeándolos. Pueden desplazarse en cuadrupedia también por arriba de muros, bancos, tablas en el suelo o planos inclinados.



- Seguidamente cada niño coge un pedazo de papel, lo manipula formando una bola y lo lanza con una mano y otra (alternadamente), al frente, hacia atrás, hacia arriba, a un objeto colocado a una altura (caja, aro, cuerdas atadas).
- Caminar por líneas trazadas en el suelo o sobre de cuerdas (caminos) llevando con una mano la pelota de papel en la cabeza y la otra mano extendida. Caminar de frente, lateralmente, hacia atrás, tratando de no salirse de la cuerda o las líneas.

Copyrighted material

Se invita al juego "Lanzar al aro". Los niños se colocan uno al lado del otro en un solo grupo. Cada uno tiene una pelota en la mano. El educador sostiene un aro para lanzarlo rodando por frente del grupo. Para esto el educador se coloca perpendicular al primer niño de la formación, indica una señal de aviso y lanza el aro fuertemente haciéndolo rodar por adelante de toda la formación. Cuando el aro va pasando frente a cada niño, éste lanza la pelota tratando de introducirla por dentro del aro en movimiento.



PARTE FINAL

– Caminar lentamente llevando la pelota en diferentes partes del cuerpo. Se les propone sentarse y rodar la pelota por los brazos y las piernas.

Copyrighted material

Hidden page

3.

OBJETIVO: Caminar y escalar por diferentes planos y saltar por encima de objetos.

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Objetos pequeños o bolsas rellenas espalderas o escaleras.

PARTE INICIAL

- Se brindan sonidos lentos y rápidos con un instrumento de percusión para que los niños caminen, corran y salten alternadamente, siguiendo su ritmo. A la señal, los niños se entrelazan por las manos y continúan caminando en parejas. Se vuelven a dispersar y cada vez que se encuentran en parejas varían la forma de trasladarse: trotando, saltando y otras.
- Los niños sentados se les propone realizar movimientos con los ojos (mirar arriba, abajo, a un lado y otro), con las cejas (arriba y abajo) con la boca (soplar, sonreír, enojarse) y otros movimientos.
- Jugar con las manos: "Las hermanas" se saludan, se agitan, golpeo con la punta de los dedos (se besan).
- Caminar llevando las manos en diferentes partes del cuerpo (cabeza, hombros, cintura, rodillas, pies).
- Caminar sobre la punta de los pies, los talones, flexionar una y otra pierna alternadamente (caminar como un gallo).

PARTE PRINCIPAL



- Caminar sobre objetos en el suelo (bolsas rellenas) y por muros y bancos a pequeña altura haciendo equilibrio. En cada repetición varia la forma de caminar (lateralmente, de puntillas, elevando rodillas).
- Saltar por encima de diferentes objetos: juguetes, equipos, sillas, que se encuentran dispersos por el área y separados a pequeña distancia uno del otro.
- Subir y bajar espalderas o escaleras, llevando la bolsa en la cabeza, tratando de que no se caiga.

Se propone el juego: "El cazador y los pájaros".

Se colocan dispersos por el terreno, bancos, espalderas, que representarán los "árboles". Los niños harán de "pájaros" y estarán en un extremo del área. Se seleccionará un niño que será el "cazador". A la voz de "el cazador se ha marchado", los niños imitando a los pájaros saltarán y comenzarán a buscar qué comer. Cuando el educador diga "ya regresa", los niños se subirán a los árboles (espalderas y bancos). El niño que sea atrapado por el que hace de cazador pasa a ocupar su lugar.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente, respirando profundamente y relajándose hasta caer al suelo "caminar como el muñeco de trapo".

Copyrighted material

4.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos de diferentes formas por planos en el suelo y en posición vertical. Rodar objetos hacia diferentes direcciones y en diversas formas.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual, auditivo, propioceptivo y juego.

MATERIAL: Papel, bancos, barras verticales o cuerdas gruesas con nudos y banderitas.

PARTE INICIAL



- Se señala un niño del grupo y se le indica al resto caminar detrás de él imitándolo. Se dispersan y se señala otro niño. Se repite alternando siempre al niño que se señala. El niño señalado deberá realizar cada vez un nuevo movimiento.
- Dar palmadas llevando los brazos (arriba, abajo, a un lado, al otro, atrás, al frente). Seguir con la vista el lugar hacia donde se realiza el movimiento.
- Con las piernas unidas (sentirlas duras) dar palmadas delante y detrás de las rodillas, a un lado y otro de los tobillos.

PARTE PRINCIPAL

- Saltito en el lugar. Puede realizarse con ambas piernas a la vez, alternando una y otra pierna, separando y uniendo las piernas.
- Pasar caminando, corriendo, saltando y en cuadrupedia, por cuerdas o cintas en el suelo o líneas dibujadas en forma recta y con curvas.
- Cada niño con un pedazo de papel lo arruga con las manos hasta formar una bola bien redonda y la rueda por el suelo de diferentes formas (hacia adelante, hacia atrás, entre las piernas, alrededor del cuerpo y por arriba de las cuerdas, cintas o líneas dibujadas.
- Subir y bajar (trepar) por barras verticales o cuerdas con nudos. Si la trepa se realiza por cuerdas, los niños realizan equilibrios.

  Se propone el juego "Encuentra tu pareja".

  Los niños dispersos por el área, el educador les entregará banderas de diferentes colores atendiendo a la cantidad de parejas que se pueden formar.

  A una señal del educador, los niños corren por el área y agitan las banderas por encima de la cabeza. A la voz de "encuentra tu pareja" los niños buscan su pareja según el color de la bandera que portan. Se repite intercambiando las banderas entre los niños para rotar los colores que identifican.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente en parejas y nombrar los colores de las banderitas que llevan. El tono de la voz cada vez más bajo hasta hacerlo casi en silencio muy bajo.

Copyrighted material

5.

OBJETIVO: Ejecutar desplazamientos de diferentes formas y direcciones, por encima de obstáculos, y conducir objetos con los pies en diferentes direcciones.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual, auditivo y juego.

MATERIAL: Objetos pequeños, cuerdas, aros, bancos y cintas.

PARTE INICIAL

- El educador brinda un ritmo con un instrumento de percusión. Los niños caminan siguiendo cada cuál su ritmo, hasta formar un círculo entrelazados por las manos. Jugar "al globo": a la señal de separarse bien, el globo se infla, y a la señal de caminar hacia el centro, el globo se desinfla. En el círculo caminar primeramente hacia un lado y después al otro según la señal del educador.
- Continuar caminando todos al centro del círculo y volverlo a abrir haciéndolo más amplio (el globo se infla hasta explotar).
- Los niños en el círculo. El círculo se cierra (todos los niños al centro) y los brazos van arriba. El círculo se abre (todos los niños hacia atrás).
- Los niños sentados en el suelo (en círculo) para "Jugar con los pies" (los hermanos) hacer aplausos con los pies, los pies se saludan, tocar dedo con dedo y talón con talón, así como otros movimientos libres.



PARTE PRINCIPAL

- Se incorporan y se les propone distribuir por el espacio objetos pequeños para pasarles por arriba: caminando, saltando, trotando (hacia adelante y lateralmente).
- Cada niño con un objeto conducirlo con uno y otro pie hacia adelante, atrás, a un lado y otro.

  Se les propone el juego: "Quién es el primero que se coloca".

  A los niños se les entregarán cintas de dos o tres colores diferentes. El educador sostendrá en sus manos una cinta de cada color entregado y se situará en el extremo opuesto del área.

  Cuando saque la cinta correrán hacia él los niños que poseen el color que les muestra colocándose en un circulo alrededor de él. Se repite hasta mostrar todos los colores distribuidos. En cada repetición el educador varía la forma de proponer la colocación de los niños (uno detrás de otro, uno al lado de otro).

PARTE FINAL

- Caminar lentamente soplando la cinta que se lleva al frente en una y otra mano.

Copyrighted material

6.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos de diferentes formas y direcciones, por arriba y por abajo de planos altura.

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Cuerdas, pelotas o bolsas.

PARTE INICIAL



- Caminar dispersos y a la señal del adulto, los niños se encuentran en parejas: de frente, de espalda, de lado, agachados, sentados. Se alterna la forma del encuentro con el caminar disperso.
- Caminar en parejas entrelazados por las manos. Se varía desplazándose trotando, saltando (de lado, hacia atrás).

PARTE PRINCIPAL

- Colocar cuerdas atadas a pequeñas alturas para pasar por debajo y por arriba: saltando, caminando, trotando, en cuadrupedia (hacia adelante, atrás lateralmente) y reptando (por abajo).
- Lanzar pelotas o bolsitas por arriba y por debajo de las cuerdas atadas a alturas.

Se propone el juego: "A cazar al campo".

Se marcarán dos áreas, una será el campo donde estarán ubicados los niños que imitarán los animales y la otra la zona de seguridad (cueva). Se agrupan los niños y se les indica que serán: "patos" "conejos", "gatos", "mariposas".

El cazador que puede ser un niño, o el educador, se coloca en un lugar señalado, cuando diga: ¿quieren los patos dar un paseo? Salen los animales que tienen ese papel, tratando de alcanzar la línea de seguridad sin ser atrapados. Si es capturado algún niño, pasa a ser cazador. Cuando se repite varía el animal nombrado.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente cantando una canción.

Copyrighted material

7.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos en parejas, de diferentes formas, direcciones y por planos a altura.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual y juego.

MATERIAL: Cuerdas, bancos, objetos pequeños (cubitos).

PARTE INICIAL

– Caminar en parejas por toda el área. A la señal unas parejas se entrelazan por las manos con otras parejas formando grupos de 4 ó 5 niños y continúan caminando (hacia adelante, lateralmente). Se alterna regresando a las parejas y volver a entrelazarse realizando un desplazamiento diferente, señalado por el educador (trotando, saltando).

PARTE PRINCIPAL

– En parejas, realizar diferentes formas de cuadrupedia (apoyo de manos y pies), alternando los movimientos en la pareja: pasar por debajo de las piernas separadas, un niño acostado en el suelo, piernas y brazos separados; el otro niño pasa en cuadrupedia por arriba de los brazos y las piernas de su compañero. Los niños proponen otras variantes.

– Encontrarse en parejas caminando por bancos o muros a pequeñas alturas. Cada niño sube al banco por uno y otro extremo de éste, caminan y se encuentran en el centro tratando de pasar, sosteniéndose ambos (sin caerse) para continuar hasta el final del banco; caminar encontrarse, girar y continuar caminando en sentido opuesto; caminar, encontrarse y saltar juntos del banco. Los niños proponen otras variantes.



– Correr en parejas entrelazados de las manos y bordear obstáculos (de fábrica o de la naturaleza) que se encuentran dispersos por el área.

Se les propone el juego: "Carrera de cubitos".

Los niños se organizan en 3 ó 4 grupos. Frente a cada grupo, a un metro de distancia se ubican dos cubitos (figuras geométricas) dentro de un círculo marcado en el suelo. En otra línea a 5 a 6 m aproximadamente del círculo se ubica una caja o cesto.

A la señal del educador, el primer niño de cada grupo sale corriendo, recoge los dos cubitos y los coloca en la caja o cesto. Regresa corriendo a ubicarse al final de su grupo. El siguiente niño recoge los cubitos de la caja y los ubica sobre el círculo marcas. El último recorrido se realiza caminando rápido.

PARTE FINAL

Se finaliza con la recogida de los objetos y caminar lentamente cantando una canción.

Copyrighted material

8.

OBJETIVO: Ejecutar desplazamientos en diferentes formas y direcciones por planos a distintas alturas.

MÉTODOS: Práctico, verbal y juego.

MATERIAL: Una cuerda larga, bolos o bastones.

PARTE INICIAL

- Caminar, saltar y trotar llevando una cuerda en diferentes partes del cuerpo. Posteriormente atar unas cuerdas con otras por cada extremo para formar un círculo grande sosteniendo todos los niños la cuerda. Caminar en el círculo hacia un lado y después al otro entonando una canción.
- Entre todos llevar la cuerda hacia arriba y después colocarla en el suelo. Volver a recogerla y lanzarla hacia adelante, recogerla y lanzarla hacia atrás por encima de la cabeza.
- Sentados en el suelo elevar la cuerda con los pies, sin tocarla con las manos, volver a elevarla y lanzarla con los pies hacia adelante.

PARTE PRINCIPAL



- Colocar la cuerda en el suelo y saltar por encima de ella con ambas piernas, con una (alternadamente), hacia adelante y lateralmente, colocar las manos en el suelo y saltar, saltar cruzando las piernas y otras variantes que propongan los niños.
- Colocar una cuerda larga elevada a 25 o 30 cm del suelo. Los niños pasan por arriba (cuadrupedia, caminando, corriendo) y por debajo (cuadrupedia y reptación).

  Se invita al juego: "Los conejos y las zanahorias".

  Los niños se formarán en pequeños grupos alrededor de un círculo grande (familias de conejos) y en el centro ubicará una caja que contiene un bolo de color (zanahoria).

El educador invitará a un conejo de cada familia a buscar la zanahoria y éstos se deben dirigir allí saltando con las piernas unidas.

La zanahoria pertenece al primero que la logre coger y la lleve a su familia. El educador colocará otro bolo en la caja (zanahoria) y se repite nuevamente la acción.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente y "estirarse", llevando los brazos arriba, alternadamente, llevar una y otra pierna al frente.

Copyrighted material

Hidden page

Hidden page

3. GRUPO DE 5 A 6 AÑOS

1.

OBJETIVO: Ejecutar desplazamientos en parejas de diferentes formas por planos a altura.

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Cuerdas, bastones, pelotas, aros, bancos, objetos varios, instrumento musical.

PARTE INICIAL

– Caminar dispersos en parejas. A la señal, se unen unas parejas con otras y continúan caminando, hacia adelante, de un lado y del otro lado, saltando hacia adelante y a un lado y otro. A otra señal vuelven a caminar en las parejas iniciales.

PARTE PRINCIPAL

– Se les propone jugar con las cuerdas en parejas: caminar y saltar por arriba de cuerdas colocadas a una altura del suelo de 25 a 30 cm. Alternar pasando lateralmente.
– Cada niño realizará lanzamiento y captura de la cuerda: hacia adelante y atrás, con dos manos y una, alternadamente.
– Conducir la pelota con la cuerda, llevándola cada niño de la forma deseada. Continuar realizando lanzamientos de la pelota individualmente, en parejas y tríos (en diferentes posiciones).
– Caminar por un banco o muro haciendo equilibrio con un objeto que se coloca en distintas partes del cuerpo: la cabeza, el hombro.



Se propone jugar a: "El salto musical"

Se marcan dos líneas una de salida y otra de llegada a una distancia de 4 metros. Los niños se organizan uno al lado del otro y se colocan en la línea de salida.

El educador con un instrumento musical (de percusión) marcará un golpe y en ese momento los niños darán un salto, si marca dos, darán dos saltos, etc. No debe dar más de tres golpes seguidos. Mediante los saltos los niños se desplazan desde la línea de salida hasta la de llegada. El primero en llegar sustituye al educador, ocupando su papel.

PARTE FINAL

– Caminar lentamente dando golpes suaves con los pies, los golpes se producen cada vez más suaves hasta caminar en silencio.

Copyrighted material

Hidden page

3.

OBJETIVO: Ejecutar desplazamientos de diferentes formas y direcciones por planos en el suelo y verticales. Conducir utilizando dos objetos.

MÉTODOS: Práctico, verbal, auditivo y juego.

MATERIAL: Aros, bastones, barra vertical o cuerda gruesa con nudos.

PARTE INICIAL

- Caminar con los ojos cerrados (un pequeño espacio) hacia el lugar donde el educador produce un sonido con el instrumento musical. Al lograrse la respuesta de los niños, se les indica abrir los ojos y observar el lugar donde se han desplazado. El educador lo repite cambiándose a un lugar diferente del área o salón.
- Cada niño camina, trota o salta según el sonido del instrumento musical que ejecuta el educador. Estos desplazamientos se realizaran dispersos.

PARTE PRINCIPAL

- Construir caminos con aros y bastones para pasar por ellos caminando, trotando, saltando, apoyando manos y pies; hacia adelante, lateralmente, y lento hacia atrás, caminando y apoyando manos y pies.
- Conducir el aro con el bastón, hacia adelante, hacia atrás, siguiendo una línea recta, curva, rápido y lento.
- Conducir el bastón con el aro, hacia adelante, hacia atrás, lento y rápido.
- Trepar (subir y bajar) por barras verticales o cuerdas largas con nudos atadas a una pequeña altura. En las cuerdas realizar equilibrios.

  Se propone jugar a: "El tren"

  Se organizan 4 grupos de niños colocándose uno detrás del otro (tren). Frente a los grupos se trazará una línea en el suelo. A partir de esta línea y perpendicular a ella, se trazarán dos líneas paralelas que sigan la dirección que ha de recorrer el tren (línea de ferrocarril).

  La separación entre líneas es de 10 centímetros.

  A la señal, los niños formados en un tren, sostenidos por la cintura caminarán entre las líneas sin tocarlas. El tren avanza rápido y lento. Se destaca el grupo que llega primero a la línea final, mantenidos en el agarre por la cintura y por dentro de las líneas trazadas.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente entre las líneas trazadas y expresar las vocales con sonidos largos.

Copyrighted material

4.

OBJETIVO: Realizar desplazamientos bordeando y pasando objetos. Lanzar objetos a distancia.

MÉTODOS: Práctico, verbal, visual y juego.

MATERIAL: Objetos pequeños, bancos y cajas.

PARTE INICIAL



- Los niños en parejas sin entrelazarse. Un niño de la pareja sigue al otro imitando sus movimientos. El adulto puede ir dando indicaciones como caminando, trotando, saltando o moverse como diferentes animales u objetos. A una señal se intercambian los papales en la pareja.
- Cada niño expresará los movimientos que puede realizar con su cuerpo cuando el educador indica las partes a mover: cabeza, brazos, tronco, piernas, pie.

PARTE PRINCIPAL





- Colocar objetos dispersos a una pequeña distancia, para caminar sobre ellos (hacia adelante, atrás y lateralmente); bordearlos: caminando y trotando; pasarles por arriba: caminando, trotando y saltando (hacia adelante, atrás y lateralmente).
- Realizar lanzamientos a cajas colocadas en el suelo (varias cajas), a una pequeña distancia del niño.
- Colocar una cuerda larga a una pequeña altura del suelo (25-30 cm), atada por los dos extremos y pasar por arriba en cuadrupedia, caminando, trotando (hacia adelante, lateralmente) y por abajo en cuadrupedia y reptando. Se pueden llevar objetos pequeños en el cuerpo.

  Se propone el juego: "Inventamos entre todos".

  Se traza en el suelo una línea de salida y otra de llegada a una distancia de 3 m. Los niños se ubican uno al lado del otro en varios grupos que se colocan uno detrás del otro. A la señal el primer grupo se desplaza completo hasta la línea de llegada. Este desplazamiento puede ser como los niños lo seleccionen: caminando, trotando, saltando, en cuadrupedia, pero el grupo que continua debe realizar un desplazamiento diferente al del grupo anterior y así sucesivamente. Se estimulan los grupos que sean capaces de realizar un desplazamiento diferente, poniéndose todos de acuerdo en poco tiempo y realizándolo en conjunto. No se deben repetir los mismos movimientos entre grupos.



PARTE FINAL

- En cada grupo los niños se entrelazan por las manos y caminan lentamente por todo el espacio.

Copyrighted material

5.

OBJETIVO: Lanzar y capturar en parejas de diferentes formas y caminar por planos a alturas llevando objetos en el cuerpo.

MÉTODOS: Práctico, verbal y juego.

MATERIAL: Papeles, pelotas y aros.

PARTE INICIAL

- Los niños caminan dispersos. Al encontrarse con el amigo continúan con el movimiento que señale el adulto: saltando, trotando, girando.
- Parados en parejas quedando de espaldas, mover la cabeza a un lado y otro mirando a su pareja "las orejas se encuentran".
- Las parejas de espalda, entrelazados por los brazos, bajar el cuerpo lentamente hasta quedar sentados y después balancearse hacia adelante y hacia atrás. Tratar de pararse sin soltarse de las manos y caminar lentamente. Cuando un niño camina hacia adelante, el otro niño camina hacia atrás y posteriormente alternan la dirección.



PARTE PRINCIPAL

- Hacer pelotas de papel para lanzarlas y capturarlas en parejas: al frente, por arriba, desde el pecho, por debajo; de espalda, lanzar y girar, lanzar y dar palmadas y otros movimientos creados por los niños.
- Cada niño camina por un banco o muro llevando un objeto pequeño en la cabeza (sin tocarlo con las manos). Se varía caminando hacia adelante, atrás, lateralmente, caminar y detenerse realizando giros, agacharse, quedarse sobre un solo pie y otros movimientos incorporados por los niños.

  Se invita al juego: "Las ardillas y sus cuevas".

  Cada niño con un aro (cueva), se coloca dentro de éste. A la señal del adulto los niños (ardillas) salen a dar un paseo. A otra indicación de "A sus cuevas", todos corren a ocupar su lugar. El adulto también corre a tratar de ocupar el aro que éste libre, quedando un niño sin aro. Cuando se repite, el niño que se quedó da las señales de salida ocupando el lugar del educador. Se repite varias veces para alternar el niño que se queda sin aro. En cada repetición el adulto y los niños sugieren una forma diferente de desplazamiento para desplazarse a las "cuevas" (imitando diferentes animales).

  En la última repetición el educador no participa para que cada niño quede con un aro.

PARTE FINAL

- Caminar lentamente pasando por todos los aros colocados en el suelo.



Copyrighted material

Hidden page

Hidden page

8.

OBJETIVO: Rodar objetos a objetivos a distancia y golpear-conducir con dos objetos.

MÉTODOS: Práctico, visual, propioceptivo y juego.

MATERIAL: Pelotas y bastones.

PARTE INICIAL

- Caminar dispersos y realizar saltos según el sonido del instrumento (dos golpes = dos saltos) y continuar caminando.
- Parados en el lugar y dispersos. Poner las piernas "duras" para tocar los pies. Se realiza en diferentes posiciones: sentados, de pie, piernas unidas, separadas.
- Poner los brazos "duros" y realizar diferentes movimientos con las manos (abrir y cerrar, unir y separar, palmear, agitar).

PARTE PRINCIPAL





- Rodar la pelota hacia objetos pequeños colocados a distancia para tratar de derrumbarlos o moverlos de su lugar.
- Incorporar bastones o aros para conducir y rodar la pelota con uno de estos materiales: individual, en parejas, tríos.

  Se invita al juego "El coche".

  Los niños organizados en varios grupos, uno detrás del otro y colocados en una línea de salida. A 3 m se dibuja una línea de llegada. Cada niño del grupo sostendrá en sus manos un bastón o aro y una pelota. A la señal del educador, los grupos salen conduciendo o rodando la pelota con el aro o bastón, como si fuera un "coche".

  Al llegar a la línea final, regresan de igual forma. Se repite cada vez llevando el "coche" más rápido.

PARTE FINAL

- El último recorrido en el juego se realiza muy lento y en silencio.



Copyrighted material

Hidden page

Hidden page

Referencias bibliográficas

ACADEMIA DE CIENCIAS DE CUBA, ACADEMIA DE CIENCIAS DE LA URSS (1978): *Metodología del conocimiento científico.* Ed.Ciencias Sociales, Ciudad de La Habana.

ALARCÓN, P. y otros (1986): *Educación preescolar comunitaria.* Centros de estudios educativos, México.

AQUINO, F. y ZAPATA, O. A. (1979): *La educación del movimiento.* Lithomex, México.

ARHEIN, D. y SINCLAIR, W. (1982): *Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud.* Trillas, México.

ARHEIN, D. y SINCLAIR, W. (1976): *El niño torpe.* Panamericana, Buenos Aires.

BERGES, J. y LEZINE, I. (1963): *Test de imitación de gestos.* Masson. París.

BERGES, J. y LEZINE, I. (1975): *Test de imitación de gestos.* Científico médica. Barcelona.

BLÁZQUEZ, D. y ORTEGA, E. (1984): *La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años.* Cincel, Madrid.

BRUNET, O. y LEZINE, I. (1980): *El desarrollo psicológico de la primera infancia.* Pablo del Río, Madrid.

COLL, C. y SOLE, I. (1989): "Aprendizaje significativo y ayuda pedagógica", en *Rev. Cuadernos de pedagogía 168,* Barcelona.

CRATTY, B.J. (1979): *Motricidad y psiquismo en la educación y el deporte.* Miñon. Valladolid.

DA FONSECA, V. (1982): *Modelo de observación destinado al estudio del perfil psicomotriz del niño.*

DA FONSECA, V. (1967): *Developmental sequences of Perceptual-motor tasks.* Educacional Activities, New York.

DÍAZ OTAÑEZ, J. (1988): *Introducción a la investigación en la educación física.* Jado. Córdoba.

DI SANTO, M. (1997): *Flexibilidad.* Sport Life. Córdoba.

DOWNEY, A. y SOLTANOVICH, A. (1990): *Manual de ejercitación psicomotora postural.* Galdoc Ltda., Santiago de Chile.

DURIVAGE, J. (1987): *Educación y psicomotricidad.* Trillas, México.

Copyrighted material

INEF DE LAS PALMAS. *Educación Física de base* (material mecanografiado), Las Palmas de Gran Canaria.

FERRARI, A. (1994): *El maravilloso mundo del juego.* Canguro. La Rioja, Buenos Aires.

FLEISHMAN, E.A. (1964): *The structure and Measurement of Physical Fitness.* Englewood Cliffs. Prentice- Hall, New Jersey.

FLAVEL, J.M. (1968): *La psicología evolutiva de Jean Piaget*. Paidós, Buenos Aires.

FONARIOV, A.M. (1980): *El desarrollo de las reacciones de orientación en los niños.* Pueblo y Educación, La Habana.

FORTEZA, A. (1989): *Las habilidades y hábitos y las destrezas. Metodología del entrenamiento deportivo*. Material de Postgrado, Colombia.

GAGNNÉ, R. (1971): *Las condiciones del aprendizaje.* Aguilar, Madrid.

GALLAHUE, D. (1982): *Understanding motor development in children*. John Wiley and sons, New York.

GESSEL, A. (1971): *Psicología evolutiva*. Paidós, Buenos Aires.

GESSEL, A. (1979): *Diagnóstico del desarrollo.* Científico Técnica, La Habana.

GESSEL, A. y AMATRUDA (1981): *Diagnóstico del desarrollo normal y anormal del niño.* Paidós. Buenos. Aires.

GONZÁLEZ, C. (1997): *Compendio de temas de educación física preescolar.* Imprenta J.A. Huelga, Ciudad de La Habana.

GONZÁLEZ, C. (1998): *Caracterización motriz del niño de uno a seis años*. Tesis Doctoral, Ciudad de La Habana.

HARRE (1973): Teoría del entrenamiento deportivo. Ed. Científico Técnico. Ciudad de La Habana.

HERNÁNDEZ CORVO, R. (1997): *Preparación biológica del calentamiento*. Imprenta de la Comunidad de Madrid, Madrid.

HILARY, P. (1967): *El juego en la primera infancia*. Calpe, Madrid.

HOHMANN, M., BENET, B. y WEIKART, D.F. (1986): *Niños pequeños en acción*. Trillas, 2ª ed., México D.F.

KIPKARD Y SCHILLING (1976): *The body Coordination test. Johper 47.*

KOSLOVA, S. *La Educación Física en la edad temprana*. Conferencias.

LAPIERRE, A. (1971): L*a reeducación física*. Científico Médica. Barcelona.

LAPIERRE, A. y AUCOUTURIER, B. (1985): *Educación vivenciada. Los contrastes y el descubrimiento de las nociones fundamentales.* Científico Médica. Barcelona.

LAZAINE, S.V. *Cultura Física para pequeños*. Prosvieschenie. Moscú.

LE BOULCH, J. (1981): *La educación por el movimiento.* Paidós. Buenos Aires.

LEWIN, K. y otros (1972): *Desarrollo motor de 1 a 7 años*. (material mimeografiado). Ciudad de La Habana.

Copyrighted material

LLEIXÀ, T. (1988): *La educación física en preescolar y ciclo inicial*. Paidrotribo. Barcelona.

LÓPEZ, J.L. (1995): "*Etapas de desarrollo*". Educación Física, 45: 8 México.

LÓPEZ HURTADO, J. (1990): *Vigencia de las ideas de L. S. Vigotsky* (material mimeografiado).

LORA RISCO, J. (1989): *Psicomotricidad, hacia una educación integral*. Desa. Perú.

MAZÓ y SOUBIRAN (1974): *La réadaptation scolaire des enfants intelligents par la rééducation psychomotrice*. Doin. París.

McCLENAGHN Y GALLAHUE (1985): *Movimientos fundamentales*. Panamericana, Buenos Aires.

MEINEL, K. (1977): *Didáctica del movimiento. Desarrollo motor de 0 a 6 años*. ORBE, Ciudad de La Habana.

OSOKINA, T.I. (1956): *La Educación Física en el Círculo Infantil*. Conferencias.

OZERETZKI (1956): *Test moteurs, Issy-les-Moulineaux*. Editions scientifiques et psycho-techniques.

OZERETZKI (1936): *Echelle métrique du développment de la motricité chez l'enfant el l'adolescent.*

Pedagogía 95. (1995): *La Educación Física en Cuba,* Palacio de las Convenciones, Ciudad de La Habana.

PERRET (1961): (Tomado de J. Kramer. Linkshandigkein, pág. 68).

PIAGET, J. (1969): *El nacimiento de la inteligencia en el niño.* Aguilar, Madrid.

PICQ, L. y VAYER, P. (1971): *Education psychomotrice et arriération mentale*. 3ª ed. Doin. París.

RIGAL, R. (1987): *Motricidad humana*. Pila Teleña, Madrid.

RIGAL, R., POTTMAN, M. y PAOLETTI, R. (1993): *Motricidad. Aproximación psicofisiológica*. Pila Teleña, Madrid.

RODRÍGUEZ, S. y otros: *Escala de evaluación del desarrollo psicomotor.* Material de fotocopia.

RUIZ, A. y otros (1981): *Gimnasia básica*. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana.

RUIZ, A. y otros (1986): *Metodología de la Enseñanza de la Educación Física*. Ciud. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana.

RUIZ, L.M. (1987): *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnos, Madrid.

SÁNCHEZ, F. (1986): *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Ed. Gymnos, Madrid.

SAMPIERI, R., FERNÁNDEZ, C., COLLADO, P. y BAPTISTA, L. (1991): *Metodología de la investigación.* Litográfica Imgramex, México.

SAVIN, N.V. (1972): *Pedagogía*. Pueblo y Educación, La Habana.

Copyrighted material

SCHILLING, F. (1974): *KoperKoordinationtest fur Kinder. KTK. Weinheim Beltz test.*

SCHILLING, F. (1976): *Normal and pathological development of motor behavior.* En DE POTTER. J.C. (Comp.) Psychomotor Learning. Univ. De Bruxeiles. Bruxeilles.

UNESCO-OREALC (1995): *Hacia una nueva etapa del desarrollo educativo.* Pedagogía 95. La Habana.

USOVA, A.P. (1979): *El papel del juego en la educación de los niños.* Pueblo y Educación. La Habana.

VARIOS AUTORES (1996): *Programa de Educación preescolar.* Pueblo y Educación. Ciudad Habana.

VARIOS AUTORES (1988): *Maduración morfofuncional de los principales sistemas fisiológicos del organismo de los niños de edad preescolar.* Uneshtoreizdat. Moscú.

VARIOS AUTORES (1992): *Colección "Educa a tu hijo"* (folletos del 1 al 9). Pueblo y Educación. Ciudad Habana.

VAYER, P. (1977):): *El niño frente al mundo.* Científico Médica. Barcelona.

VAYER. P. y L. PICQ (1977): *Educación psicomotriz y retraso mental. Científico médica. Barcelona.*

VAYER, P. (1980): *El equilibrio corporal.* Científico Médica. Barcelona.

WALLON, H. (1979): *Evolución psicológica del niño.* Grijalbo. Barcelona.

WILLIANS, H. (1983): *Perceptual and motor development.* Prentice Hall. New Jersey.

YANKELEVICH, E. (1982): *Cultura Física para los niños de 3 a 7 años.* Raduga. Moscú.

ZATSIORZKI, V.M. (1989): *Metrología deportiva.* Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana.

ZAZZO, R. (1969): *Manual para el examen psicológico del niño.* Delachaux et Niestlé. Neuchátel.

ZAZZO, R. (1971): *Manual para el examen psicológico del niño.* Fundamentos. Madrid.

ZUCKRIGL, A. (1983): *Los niños zurdos.* Herder. Barcelona.

ZHUKOVSKAIA, R.I. (1978): *La educación del niño en el juego.* Pueblo y Educación. La Habana.

Copyrighted material

COLECCIÓN VERDE

Cuerpo, Dinamismo y Vejez
Antonia de Febrer de los Ríos y Ángeles Soler Vila

Educación de la respiración.
Pedagotecnia para el rendimiento físico y la fonación
Francisco Escolá Balagueró

Fundamentos del Aprendizaje de la Técnica y la Táctica Deportivas
Joan Riera Riera

Evaluar en Educación Física
Domingo Blázquez Sánchez

La Animación Deportiva
Miguel Ángel Soria Verde y Antonia Cañellas Mayoral

Fundamentos del deporte.
Análisis de las estructuras del juego deportivo
José Hernández Moreno

Deporte y Ciencia. Teoría de la actividad física
Juan Rodríguez López

Estudio y génesis de la Psicomotricidad
Vítor da Fonseca

La investigación-acción: un reto para el profesorado.
Guía práctica para grupos de trabajo, seminarios y equipos de investigación
Julia Blández Ángel

La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas
Herminia M.ª García Ruso

Manual de observación psicomotriz
Vítor da Fonseca

Creatividad y motricidad
Coordinado por Eugenia Trigo

Historia del deporte
Juan Rodríguez López

El cuerpo en la escuela en el siglo XXI
Jean Le Boulch

Copyrighted material

COLECCIÓN
PSICOLOGÍA DEPORTIVA

Cerebro y motricidad
Jean Massion

Cognición y rendimiento motor
Jean-Pierre Famose (director)

Estrés y rendimiento
Christine Le Scanff y Jean Bertsch (directores)

Personalidad y deporte
Hiram M. Valdés Casal

La preparación psicológica del deportista. **Mente y rendimiento humano**
Hiram M. Valdés Casal

Entrenamiento mental. **Un manual para entrenadores y deportistas**
Hans Eberspächer

COLECCIÓN
EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

La iniciación deportiva y el deporte escolar
Dirigido por Domingo Blázquez Sánchez

Actividades físicas extraescolares. **Una propuesta alternativa**
Dirigido por Marisa Santos y Álvaro Sicilia
Autores: Higinio Arribas, José Ignacio Barbero, Antonio Fraile, Santiago Gutiérrez, Azucena Hernández, Hugo Rodríguez y Carlos Velázquez

Enseñar balonmano para jugar en equipo
Robert Né, Georges Bonnefoy y Henri Lahuppe

Enseñar voleibol para jugar en equipo
Georges Bonnefoy, Henri Lahuppe y Robert Né

La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica
Aplicación a la Educación Física Escolar y al Entrenamiento Deportivo
Dirigido por José Hernández Moreno
Autores: Ulises Castro, Heriberto Cruz, Guillermo Gil, Guzmán Guerra, Miriam Quiroga y Juan Pedro Rodríguez

Copyrighted material

Hidden page

Hidden page

COLECCIÓN
BIBLIOTECA TEMÁTICA DEL DEPORTE

Educación Física

El ser humano y el esfuerzo físico
Montserrat Comes,
M.ª Luisa de Fuentes,
Paloma García, Ramón Roig y
Olga Cases

Actividad física, deporte y salud
José Devís Devís (coordinador)

Deportes individuales
Albert Batalla Flores

Deporte recreativo
Oleguer Camerino Foguet

Manifestaciones de la motricidad
Eugenia Trigo y Sofía de La Piñera

Habilidades motrices
Albert Batalla Flores

Andar y correr
Isidoro Hornillos Baz

Deportes de equipo
Jesús García Eiroá

Actividades en la naturaleza
Roberto Guillén, Susana Lapetra y Jaime Casterad

Cualidades físicas
Enric M.ª Sebastiani y
Carlos González

***Noviolencia* y deporte**
M.ª José Mosquera, Ángela Lera y
Antonio Sánchez

Relajación creativa
David de Prado y Martina Charaf

Atletismo
Isidoro Hornillos Baz

Actividades acuáticas recreativas
Carlos González y
Enric M.ª Sebastiani

Expresión corporal y danza
Marta Castañer Balcells

Juegos y deportes populares-tradicionales
Pere Lavega Burgués

Aeróbic
Julio Diéguez Papí

Deportes de lucha
David Atencia Henares

Educación postural
José Luis Aragunde y
José María Pazos

Tendencias y corrientes de la Educación Física
M.ª Luisa Zagalaz Sánchez

Copyrighted material

COLECCIÓN
FICHEROS DE JUEGOS Y ACTIVIDADES

Fichero
Juegos individuales y de grupo

Fichero
Juegos de equipo

Fichero
Habilidades motrices básicas

Fichero
Educación física de base

Fichero
Gimnasia natural

Fichero
Cualidades físicas y motrices

Fichero
Juegos deportivos recreativos
Oleguer Camerino

Fichero
Juegos de escalada

Fichero
Juegos malabares
Montserrat Comes, Iván García, Mercè Mateu, Olga Cases y Luis Pomar

Fichero
Juegos alternativos para Primaria
José Luis Garijo, M.ª Dolores Serrano y M.ª Cruz López

Fichero
Juegos de relevos

Fichero
Actividades acuáticas básicas
Marta Capllonch Bujosa

Copyrighted material



Copyrighted material

Hidden page

Otros títulos publicados
en esta colección:

Iniciación al atletismo en Primaria
Dionisio Alonso y Juan del Campo

El currículum de la Educación Física en Primaria
José Sales Blasco

La Educación Física en la Educación Infantil de 3 a 6 años
Pilar Aznar, José Luis Morte, Ramiro Serrano y Jesús Torralba

Los juegos en la Educación Física de los 6 a los 12 años
Varios autores

La utilización del material y del espacio en Educación Física. Propuestas y recursos didácticos
Julia Blández Ángel

Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje
Julia Blández Ángel

Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria, Vol. I
Varios autores

Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria, Vol. II
Varios autores

Globalidad e interdisciplina curricular en la Enseñanza Primaria. Propuestas teórico-prácticas
Marta Castañer y Eugenia Trigo

La evaluación de la Educación Física en Primaria. Una propuesta práctica
José Sales Blasco

La Educación Física en la Enseñanza Primaria
Marta Castañer y Oleguer Camerino

Las canciones motrices. Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil y Primaria a través de la música
José Luis Conde, Carmen Martín y Virginia Viciana

Las canciones motrices II. Metodología para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación Infantil y Primaria a través de la música
José Luis Conde, Carmen Martín y Virginia Viciana

Copyrighted material

Copyrighted material

La presente obra, fruto de la dedicación de muchos años de su autora, llena un vacío en la literatura pedagógica en materia de educación física en preescolar.

Los conocimientos que contiene constituyen el compendio de un conjunto de resultados científicos que brindan novedosa información a los educadores y, en general, a los especialistas que trabajan en la atención al desarrollo y educación de los niños menores de 6 años.

En sus siete capítulos, el libro presenta una caracterización motriz del niño en la infancia temprana y preescolar, utilizando para ello, un sistema instrumental para la medición de la motricidad de los niños de 1 a 6 años, propuesto por la propia autora, todo ello, producto de su vasta experiencia adquirida en su labor sistemática y esforzada que incluye estudios e investigaciones así como trabajos metodológicos, elaboración de programas y de procedimientos didácticos, seguimiento de su aplicación y evaluación con niños.

ISBN 84-95114-55-0

9 788495 114556