# Expresión Corporal en edad Pre-Escolar.

El comportamiento humano se edifica sobre una base motora, en la cual, las primeras reacciones motoras del individuo son el comienzo de un largo proceso de aprendizaje. Desde las simples acciones exploratorias del neonato se comienza el proceso de captación, de percepción del medio ambiente y es a su vez el primer peldaño a la intelectualización.

El movimiento es una experiencia que ofrece medios para un mejor desarrollo del ser humano, donde su práctica proporciona un verdadero placer para el descubrimiento del cuerpo, el movimiento y la seguridad en su dominio corporal.

No podemos olvidar la importancia de la afectividad, en el desarrollo de las actividades motrices porque ésta constituye para el sujeto, el conjunto de formas de relación que tiene con los demás, placer, alegría, tristeza, dolor.

Como resultado de las sensaciones de agradable o desagradable, la afectividad determina la conducta postural, y da al cuerpo su forma de manifestarse.
El cuerpo es lugar de impresiones y expresiones afectivas en el, el placer y la pena existen como consecuencia de sensaciones que afectan al comportamiento y modifican la actitud corporal.

Durante los dos o tres primeros años de vida, se desarrollan todas las formas básicas del movimiento, evolucionando paulatinamente por la sucesiva integración de los factores, precisión, rapidez y fuerza muscular que determinarán posteriormente la habilidad motriz en todas las conductas.

En la etapa pre-escolar es de vital importancia afinar y perfeccionar, por medio de la estimulación, la habilidad motora de que está dotado el ser humano para integrarse a su mundo y utilizar su propio cuerpo para desplazarse con seguridad, precisión y ritmo, empleando la fuerza y magnitud de sus movimientos en forma armónica y establecer una unidad con las asociaciones en tiempo y espacio que le permitirán adaptarse a nuevas situaciones de su medio ambiente, en una manifestación y afirmación de la seguridad de sí mismo.

También la expresión corporal en esta etapa de crecimiento pretende propiciar los primeros contactos con otros niños, por medio de actividades y juegos que incorporan el movimiento: se consigue así mismo, que se integre como ser social en el grupo, y que aprenda a relacionarse con el compañero, además de incorporar el movimiento como una forma más de su expresión total, es decir, funcional, expresiva, musical y creadora.
A los cuatro años de edad, el niño cuenta con la madurez necesaria para ejecutar movimientos simultáneos, alternados y disociados.

Sin embargo sus movimientos aún son torpes, todavía no hay un control adecuado de la fuerza, del ritmo y de la magnitud de los mismos.

Su marcha es rítmica, corre con facilidad, cacha una pelota, salta con los dos pies juntos, puede también saltar desde un lugar no muy alto. Mantiene el equilibrio sobre una sola pierna durante un corto lapso, logra un excelente desempeño en el equilibrio corporal.
Sus piernas, hombros, brazos y tronco, no reaccionan ya tan en conjunto, sus articulaciones son más móviles, puede llevar el brazo hacia atrás con mayor independencia, y lanzar fuertemente una pelota, consigue tomar la posición correcta para la relajación observando las partes del cuerpo cuando las aprieta, estira y afloja.

Advierte el ritmo de su respiración, comprende que al inspirar mete el aire por la nariz y al expirar lo saca por la boca. Sigue el ritmo de sencillas piezas musicales corporalmente. Entiende que los objetos y su propio cuerpo ocupan un lugar en el espacio, tomándose el mismo como punto de referencia.

Percibe el tiempo a través de las actividades que realiza, por su duración o velocidad, largo o corto, rápido o lento.
Inicia el establecimiento de su dominio lateral, utilizando preferentemente el lado dominante de su cuerpo. Localiza las partes de su cuerpo que participan en la acción, interiorizando su movimiento.

Es una edad donde los niños disfrutan de las actividades motrices, es inquieto, se mueve constantemente, corre, sube, baja, entra, sale. Con la conquista de estas actividades comienza para él una nueva etapa, una etapa más bien social al unirse a otros niños para continuar su autodescubrimiento.
Puede desplazar objetos sosteniéndolos adecuadamente, tiene disociación de movimientos de los dedos y puede levantar un cubo sujetándolo con el pulgar y el medio.
Realiza actividades básicas, como vestirse, desvestirse, abotonarse, requiriendo de ayuda. Se amarra los zapatos con cierta dificultad.

A los cinco años de edad, las actividades motrices del niño se distinguen por su facilidad, precisión y economía de movimientos. Demuestran una mayor soltura en el control de la actividad general del cuerpo.

Al hablar de precisión nos referimos a la realización de movimientos controlados, adecuados a la acción que se ejecuta, disminuyendo el esfuerzo y la fatiga, esto producirá la calidad de las actividades motrices que se realizan. En esta edad, de acuerdo al nivel madurativo, el niño realiza movimientos armónicos y controlados que lo llevarán a la finura y disociación necesarias para la ejecución de trazos en planos gráficos.

Ejecuta con dominio movimientos voluntarios disociados con la cabeza, brazos, tronco, piernas, esta actividad la utiliza por la producción de su actividad útil y deseada.
Descubre su habilidad para ejecutar movimientos simultáneos, alternados al subir y bajar escaleras, andar bien en triciclo, brincar con los dos pies juntos, caminar intencionalmente en línea recta ejercitando su ubicación en el espacio.

Es notoria la habilidad adquirida para ejecutar sus actos motores camina de talones y puntas en distancias amplias, corre entre obstáculos, salta con los dos pies llevando un ritmo sencillo, en el momento del impulso, suspensión y caída en la que sus pies entran en contacto con el suelo, flexiona progresivamente las piernas para amortiguar el golpe. Empieza a sentirse seguro de sí mismo, obtiene una buena postura al sentarse, mantiene el tronco erguido. Realiza cambios de posición conservando el equilibrio, los desplazamientos son ejecutados con mayor precisión y seguridad, sostiene objetos sin dejarlos caer.

El niño a esta edad toma conciencia de la inmovilidad de las partes de su cuerpo, puede relajarse por tiempo determinado en forma total y segmentaria, permitiendo el acercamiento y la manipulación de otra persona para verificar su distensión muscular.

Adquiere el mecanismo respiratorio, de los elementos que lo integran (inspiración, aumento del volumen del tórax y abdomen).

Toma conciencia de la orientación de su cuerpo en el espacio, dándose cuenta de la verticalidad de su cuerpo o el ángulo formado por los miembros superiores y el tronco.

Utiliza su espacio físico al desplazarse y localiza las coordenadas básicas: arriba, abajo, adelante, atrás, dentro, fuera, a un lado al otro en función de sí mismo, como punto de referencia para identificar la posición de los objetos en el espacio.

Integra el tiempo que le permite captar el concepto de duración y velocidad según su propia realidad, al ejecutar movimientos y desplazamientos en relación a la velocidad (rápido-lento, duración, largo-corto). Comprende las nociones temporales antes, después, ahora, comparándolas con el momento preciso.

Cacha pelotas de diversos tamaños con las manos, patea la pelota impulsándola a direcciones propuestas, posee una buena coordinación ojo-pie y ojo-mano para el manejo de los objetos durante el juego.

A esta edad aparece la distinción derecha-izquierda, el conocimiento de estas nociones le proporciona referencias espaciales para reconocer y ubicar formas y grafismos, que lo preparan para el aprendizaje de la lecto-escritura.

En sus juegos reproduce, imita, crea nuevos movimientos, posturas, actitudes, aprovechando sus experiencias pasadas, para expresarse espontáneamente con su cuerpo.

Al término de la edad pre-escolar, el niño realiza movimientos corporales con mayor precisión y rapidez, hasta el logro de representaciones gráficas con la orientación, direccionalidad y aprovechamiento adecuado del espacio que le facilitarán más tarde el dominio de la lecto-escritura.

Tiene mayor conciencia de su mano como herramienta y se sirve de ella en forma experimental. Adquiere mayor precisión en el movimiento de pinza, realizando las actividades para bastarse a sí mismo; abotonar amarrar las agujetas, cepillar los dientes.

Puede llevar ritmos binarios o ternarios combinados con silencios. Identifica duración, intensidad y tono en sonidos que no presenten mínimas diferencias. Puede llevar el acento mientras otros niños marcan el ritmo, así como realizar estructuras rítmicas sencillas interpretándolas gráficamente.