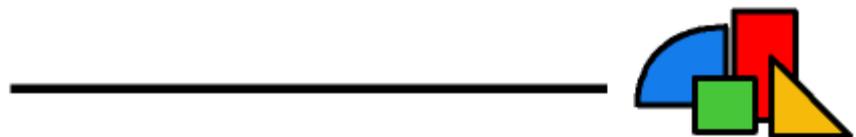


PSICOMOTRICIDAD

La práctica educativa en la
educación infantil



DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD

Bases teóricas

El término Psicomotricidad ha sido desde su surgimiento uno de los conceptos más debatidos dentro del campo de la psicología del desarrollo, y uno de los que más ligado suele estar a las concepciones que sobre el psiquismo infantil tengan aquellos que se dedican a su estudio.

En este sentido, la Educación Psicomotriz entendida como el sistema de influencias educativas dirigidas a garantizar tal desarrollo psicomotor formulado, en una época tan temprana como 1905 por Dupré, constituyó la base para un análisis de las reflexiones acerca del movimiento corporal y su relación con el desarrollo psíquico, y promovió el surgimiento de diversas tendencias respecto a la aplicación de actividades para posibilitar la más plena expresión de las potencialidades físicas y motoras de los niños, y su consecuente efecto sobre los procesos y funciones psicológicas.

Muy en estrecha relación con estas concepciones aparece igualmente el concepto de la Educación por el Movimiento, teoría surgida en la Universidad de Lovaina y que consiste en una disciplina que se centra básicamente en el desarrollo de la personalidad ejerciendo una acción sobre la conducta motora del individuo mediante su actividad corporal. Desde este punto de vista, la educación por el movimiento va a rechazar toda acción educativa basada en el acondicionamiento, el amaestramiento, la automatización, o el uso de la técnica como un fin en sí mismo, sino que plantea el reconocimiento de la acción cultural y social y la posibilidad de una elección libre de las actividades para la consecución de sus fines y objetivos.

En este sentido, va a reconocer la estrecha relación entre el psiquismo y la motricidad, y la formación de capacidades en las que ambas funciones, físicas y psíquicas, están íntimamente interrelacionadas y tienen un efecto para toda la vida del individuo.

Estos planteamientos relativos a la posibilidad de ejercer una acción sobre los movimientos corporales, derivaron en tendencias relacionadas con tal ejercitación, que según Lapierre, tratando el mismo problema, lo hicieron desde enfoques y perspectivas distintas.

Tal es el caso del concepto de **neuromotricidad**, donde se concibe la función motriz determinada por el nivel de maduración del sistema nervioso central, y donde el movimiento es un acto funcional que está determinado por un impulso motor proveniente de una estimulación nerviosa periférica. Desde este punto de vista la neuromotricidad tiene un fuerte componente anatomofisiológico, y donde los errores motrices son consecuencia del mal funcionamiento de la estructura orgánica correspondiente.

Por otra parte, la **psicomotricidad**, que plantea una relación interdependiente de la actividad psíquica y la función motriz, y donde el movimiento es visto como una forma de expresión del pensamiento e inseparable del psiquismo. Este concepto tiene una profunda base psicológica, según la cual el psiquismo determina la razón del movimiento y desde este criterio, cualquier alteración motora nunca es anatómicamente localizada y afecta a todo el sistema nervioso.

De acuerdo con este concepto, la actividad psicomotriz tiene una función preponderante en el desarrollo del niño, especialmente durante los primeros años de su vida, en los que descubre sus habilidades físicas y adquiere un control corporal que le permite relacionarse con el mundo de los objetos y las personas, hasta llegar a interiorizar una imagen de sí mismo.

Toda acción que realiza el niño, bien sea una simple actividad con objetos, un juego o una actividad motora, implica siempre un movimiento, una traslación, un desplazamiento. Así, la acción psíquica y la expresión corporal gestual y afectiva del preescolar reflejan su vida interior, sus ideas, sus pensamientos, emociones, inquietudes, y hace evidentes los procesos internos mediante los cuales estos se llevan a cabo.

M. Vial señala que el término de psicomotricidad no tiene una definición clara y precisa, dado que es muy difícil darle una categorización operacional o determinarla a partir de instrumentos de medición, y que su significación sobrepasa las posibilidades de su objetivización y de conocimiento por pruebas o tests psicológicos.

Agrega que ello determina puntos de vista divergentes y a veces contradictorios sobre que es la psicomotricidad y sobre sus límites cronológicos, para unos circunscritos solamente a los primeros uno o dos años, para otros más allá. De acuerdo con las definiciones más abarcadoras "psicomotricidad" englobaría todo el comportamiento humano, pero si todo es "psicomotor" el término pierde entonces todo sentido y no puede distinguirse de otros aspectos del comportamiento.

Esto se da porque históricamente, el análisis de la vida mental y la actividad corporal se han visto como dos realidades separadas, y el concepto ha venido a llamar la atención sobre la significación psicológica del movimiento, eliminando el concepto dualista de la personalidad por la integración de una unidad dialéctica del movimiento y la vida mental.

A su vez, distinguir entre la "motricidad" y la "psicomotricidad" no significa distinguir dos realidades diferentes, dos facultades o sectores o tipos de actividad, sino *establecer una diferencia de puntos de vista*, una diferencia de nivel de análisis de una realidad que es indisolublemente psicológica y fisiológica. Así, la motricidad puede ser valorada como el movimiento visto desde su perspectiva anatómica y su funcionamiento orgánico, es el movimiento considerado anatomofisiológica y neurológicamente, mientras que la psicomotricidad es este

mismo movimiento visto como una actividad del organismo total que expresa toda la personalidad, verla además al nivel psicológico, por lo que un mismo acto puede ser definido como motor y psicomotor, en dependencia del criterio de análisis.

Si esto es así, falta entonces comprender la psicomotricidad desde el punto de vista genético, como se sucede el movimiento en el curso de la evolución del niño, y cómo se expresa el desarrollo motor, y su relación con los otros procesos mentales, y cómo al estimular motrizmente se produce concomitantemente una estimulación psicológica. Es por ello que, aceptando conceptualmente esta relación entre lo motor y lo psíquico, no cabe establecer diferencias entonces entre la educación motriz y la psicomotriz.

Con frecuencia se tiene la idea de que el desarrollo psicomotor se debe solamente a los procesos madurativos cerebrales, y aunque esto constituye un prerequisite de primer orden, no se puede olvidar la importancia igualmente fundamental de la actividad del niño, de las interacciones sociales en las que está inmerso, de la estimulación cognoscitiva y del apoyo afectivo que recibe.

Dentro del desarrollo integral del niño, el movimiento se entiende como una vía de relación y expresión con la realidad circundante, así como la manifestación de los procesos de autoafirmación y construcción del pensamiento. Por lo tanto, el movimiento, las sensaciones, las percepciones, la experimentación de posibilidades de desplazamiento y equilibrio, el contraste entre transitar en espacios abiertos y cerrados, el control de los movimientos gruesos y finos, el cuidado e higiene de sí mismos, entre otros procesos y funciones, no pueden ser concebidos en forma aislada, sino en el contexto globalizador de toda su actividad general.

Estas afirmaciones anteriores permiten entrever que dentro de la psicomotricidad, se introducen conceptos básicos referentes a la propia consideración de sí mismo como individuo, como ser corporal. Es por ello que, dentro de la educación psicomotriz, lo referente a la comprensión del esquema corporal cobra un peso importante.

Para Pieron, el esquema corporal es la representación que cada individuo hace de su propio cuerpo y que le sirve de referencia en el espacio. Es una representación esquemática organizada sobre elementos sensoriales propioceptivos y exteroceptivos múltiples, y que se localiza orgánicamente en el lóbulo temporal de la corteza cerebral.

J. Le Bouch, por su parte, lo define como la organización de las sensaciones referidas al propio cuerpo en relación con los elementos que provienen del mundo exterior.

Para otros, la imagen corporal es el conocimiento que el niño va estructurando con respecto a su cuerpo, que incluye sus características físicas y las posibilidades

de acción que éste le ofrece, así como la constitución o formación de la identidad personal y su sentido de pertenencia a un grupo social.

Es decir, la concepción del esquema corporal incluye tanto lo referente a las posibilidades físicas y motrices, como aquellas que tienen que ver con las posibilidades de la acción psíquica derivada de estas condiciones previas.

En realidad, al introducir el término de psicomotricidad se está asumiendo una realidad incontrastable: la unidad bio-psico-social del hombre, en la que todos sus sistemas y potencialidades están en estrecha interdependencia e interrelación.

Plantear la unidad de los procesos físicos, cognitivos y afectivos constituye el acercamiento más científico a la explicación del desarrollo del ser humano, en el que cualquier acción que se realiza implica la consideración de todos los factores del desarrollo: No existe una acción cognoscitiva que no implique un componente afectivo o motor, no hay una reacción afectiva que no incluya elementos cognoscitivos o motores, no hay movimiento que no conlleve una correlación emocional o intelectual.

Así, por ejemplo, cuando un niño pequeño realiza una acción con objetos, como puede ser la construcción de una pirámide de discos superpuestos, hay un elemento cognoscitivo en la acción que realiza (como construir la pirámide), pero a su vez requiere de determinado nivel de su motricidad fina para poder ubicar los discos de acuerdo con los resultados del proceso mental, y conjuntamente siente emociones que se derivan del proceso de su acción y de las posibilidades del éxito o el fracaso al realizar la tarea. Pensamiento, emoción y movimiento unidos en la realización de una actividad eminentemente intelectual.

Pero, si el niño tiene que sobrepasar un obstáculo que su maestro de educación física le pone en su camino para estimular que trepe, éste no es un mero acto motor, sino que ha de realizar un proceso intelectual de valoración de sus posibilidades físicas para lograr rebasar el obstáculo, y esto trae consecuentemente emociones de diversa índole relacionadas con las posibilidades de culminar la acción que se les pide, en este caso predominantemente motriz.

Incluso cuando ante la lectura de un cuento por su educador, el niño siente diversos sentimientos, esto ha de depender del grado en que se comprende la trama, que es un proceso intelectual, y de sus posibilidades físicas de mantener un estado de atención, de control de sus movimientos, e incluso de imaginarse realizando la acción que se plantea en el relato, que se desenvuelve en un plano fundamentalmente afectivo.

Esto nos lleva a la consideración de que toda acción humana es psicomotriz y aún más, es una actividad *psicoafectivomotriz*, si el término fuera conceptualmente aceptado. Y por generalización, a que el sistema de influencias dirigido a la consecución de estas posibilidades físicas, motoras,

cognoscitivas y afectivas podría estar englobado bajo el único concepto de psicomotricidad, o de educación psicomotriz, si se refiriera al sistema de influencias educativas.

Pero, si bien el concepto es teóricamente válido, en el desarrollo evolutivo del psiquismo infantil surgen diferenciaciones dadas por el grado en que las funciones afectivas, cognitivas y motrices se interrelacionan durante el transcurso del desarrollo, y de cómo se relacionan con la actividad general del organismo, lo cual varía de acuerdo con las diferentes etapas de este devenir evolutivo y con el tipo de actividad rectora del desarrollo en cada una de ellas.

Así, al momento del nacimiento la actividad del niño es caótica, indiferenciada y globalizada. En este sentido responde ante la estimulación interna y externa de manera total, sin que se diferencien estímulos y respuestas. Paulatinamente, y en la medida en que progresa el proceso de mielinización de las células nerviosas y las condiciones del medio ejercen su influencia, esta actividad se va volviendo más tranquila, más organizada, más diferenciada y más relacionada con los diversos estímulos que provocan determinadas respuestas. Esto es un proceso que se da tanto en el plano particular, es decir, de cada función específica, como general, del organismo como un todo.

Por ejemplo, en el desarrollo de la actividad motora fina en la lactancia, en un principio el niño responde con todo su cuerpo ante una estimulación objetual que se le imparta, como puede ser el agarrar un objeto. Los intentos iniciales involucran todo su organismo y hay un estado de actividad general provocado por la presencia del objeto. Luego comienzan a darse movimientos gruesos de los brazos y manos en dirección al objeto, posteriormente hay intentos fallidos de asirlo, hasta que casualmente el mismo coincide en su mano y, prácticamente por reflejo, se agarra. Más tarde, el objeto es atrapado utilizando toda la mano, luego mediante los dedos apoyados por el pulgar, hasta que finalmente lo puede coger incluso utilizando los mismos como pinza, en un movimiento cada vez más fino y dirigido.

Este devenir evolutivo de la prensión, que es una expresión de la ley próximo-distal del desarrollo físcomotor, se acompaña a su vez de un proceso cognoscitivo de apropiación de la relación que se da entre el acto motor y el acto intelectual, y de conjunto significan una manifestación del desarrollo psíquico, en la que movimiento y pensamiento están conjugados en una estrecha unidad, de ahí que en la medida en que se avanza en la acción motriz con los objetos se va promoviendo a su vez la asimilación de los contenidos cognoscitivos de la acción y, como consecuencia, el desarrollo intelectual.

Esto también está acompañado durante todo el proceso de emociones que surgen en el propio proceso de la acción, que se van consolidando para formar un estado emocional característico que prepara al niño de esta edad para la actividad de tipo intelectual, en la misma medida en que sus movimientos le permiten realizar acciones más complejas con los objetos que le rodean.

Debido a esto se habla en términos de desarrollo psicomotor, de actividad sensoriomotriz, para expresar el curso del desarrollo evolutivo del psiquismo infantil en la etapa, y la valoración del desarrollo alcanzado por un niño se puede determinar por el nivel de estas acciones psicomotrices (psicoafectivomotrices) que realizan.

Pero, en la misma medida en que se da este desarrollo, y sin abandonar la concepción de la unidad de los procesos afectivos, cognitivos y motrices, el psiquismo comienza a diferenciarse en la misma medida en que la realidad se diversifica, y cada área del desarrollo va entonces a requerir de acciones estimuladoras específicas, dirigidas a su devenir evolutivo particular, surgen así acciones estimuladoras para el desarrollo físicomotor, para la percepción, para el pensamiento, entre otras y que antes estaban unidas en una única actividad psíquica.

De ahí que a partir de determinado momento, las actividades psicomotrices como tales se dividan en dominios específicos, pero manteniendo la interdependencia e interacción entre las mismas, partiendo del criterio ya establecido de la unidad de los procesos físicomotores, afectivos y psicológicos.

Desde este punto de vista, cuando un niño realiza una actividad de educación física, en la que aparentemente solo se está ejerciendo una estimulación motora por ser el contenido fundamental de la actividad, se está igualmente ejerciendo una acción sobre sus procesos psíquicos (indispensables para la comprensión y realización de la actividad motriz) y sobre sus procesos afectivos (en la medida en que la misma provoca reacciones emocionales relacionadas con el logro o fracaso de la actividad que se plantea).

Entonces, ¿qué queda para las actividades psicomotrices como tales una vez que se da esta diferenciación?

Aunque varían los enfoques, al revisar los programas educativos dirigidos a la estimulación de la psicomotricidad se destacan tres aspectos fundamentales a ejercer una estimulación:

- La imagen corporal.
- La estructuración del espacio.
- La estructuración temporal.

La **imagen corporal**, tal como se había referido anteriormente, tiene que ver con el conocimiento que el niño va progresivamente estructurando con respecto a su cuerpo, lo cual incluye sus características físicas y las posibilidades de acción motora que el mismo le ofrece, así como la constitución o formación de su identidad personal y su sentido de pertenencia a un grupo social.

La **estructuración espacial** se refiere a la noción que construye el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, tomando como

punto de relación su cuerpo, con los objetos, las personas y las situaciones del medio natural y social que le rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, adelante, derecha, izquierda, etc.).

Por **estructuración temporal** se entiende la capacidad del niño para ubicar hechos en una sucesión de tiempo, noción que le permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Otros programas educativos, al referirse a la psicomotricidad, se concretan en la actividad física y motora, sin tomar en consideración aspectos más dirigidos a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique.

Y existen otros en los que no se toma en cuenta el carácter diferenciador que los procesos psíquicos van tomando de acuerdo con su transcurso evolutivo, y se habla solamente de actividades psicomotrices, cuando en realidad son acciones de contenido cognoscitivo, o perceptual, o de conocimiento del mundo y sus relaciones, por sólo nombrar algunas.

En realidad, al analizar la psicomotricidad desde el punto de vista del desarrollo del individuo, nos lleva a considerarla como dos categorías:

La psicomotricidad como categoría psicológica, en la que está presente la concepción de la unidad de los procesos cognoscitivos, afectivos y motores, y en la que cada acción del individuo, no importa el momento del desarrollo que se considere, es un acto único de tales componentes.

La psicomotricidad como categoría pedagógica, referida a la organización del sistema de influencias educativas dirigido a la consecución de los logros del desarrollo, y que implica tomar en consideración la diferenciación de los distintos procesos y funciones, en la misma medida en que se transforma la relación entre unos procesos y otros.

La conjugación eficaz de ambas categorías sólo es posible en la medida en que las actividades educativas se adecuan a las particularidades del desarrollo evolutivo de los diferentes procesos y funciones del organismo, y guardan la misma relación entre sí que guardan estos procesos y funciones. Desde este punto de vista en un momento del desarrollo, dichas actividades serán globales y generalizadoras (como sucede en primer año y gran parte del segundo año de vida), y luego se vuelven más específicas y particulares, y dirigidas a cada área del desarrollo.

CONSIDERACIONES ANATOMOFISIOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD

J. Lora plantea que el esquema corporal se estructura a lo largo de toda la vida, en la medida en que el cuerpo humano tiene la necesidad de ir adaptándose y transformando sus propias circunstancias. De ser esto así, implica un proceso de formación y estimulación que indispensablemente tiene que partir de premisas anatomofisiológicas que siguen un curso evolutivo en la misma medida en que el niño se desarrolla. En el caso de las primeras etapas de la vida, esto cobra una particular importancia y su conocimiento es vital para los fines de la educación motriz.

La educación psicomotriz tiene que partir del conocimiento de las funciones de los diferentes órganos y sistemas del cuerpo humano, así como del desarrollo del sistema nervioso central, para organizar de manera apropiada el sistema de influencias educativas.

Así, por ejemplo, se sabe que no es hasta cerca de los siete años que el tejido pulmonar alcanza su completo desarrollo, esto unido al hecho de que los conductos nasales de los niños son aún estrechos, y de que las costillas están aún inclinadas y el diafragma alto, dificulta en su conjunto la entrada de aire a los pulmones, por lo que las actividades psicomotrices han de ser de movimientos de gran amplitud, para posibilitar el acceso del aire a los pulmones a la vez que estimulan la elasticidad de los músculos y tejidos.

Esto también está determinado por el hecho de que los niños a estas edades respiran con mayor frecuencia que los adultos y donde la espiración del aire es poco profunda.

Estos hechos hacen insuficiente la ventilación del aparato respiratorio, lo que conduce a un estancamiento del aire, que solamente se disipa mediante la realización de ejercicios motores que activen los procesos metabólicos y faciliten el suministro eficiente de oxígeno a los tejidos. Para esto se hace indispensable orientar a los niños en la forma de respirar durante los ejercicios psicomotrices, que posibiliten no retener la respiración y hacer que respiren por la nariz, como forma de mantener y educar el ritmo respiratorio y evitar así afectaciones nasofaríngeas.

A su vez, la regulación cortical de la actividad del corazón es variable en los niños de esta edad, lo que hace que el ritmo de las contracciones cardíacas se altere fácilmente y conduzca a alteraciones en el sistema circulatorio.

Por otra parte, el proceso de formación del sistema óseo no está completado sino que hasta finales de la edad preescolar, el esqueleto de los niños de esta edad es eminentemente cartilaginoso, facilitando el crecimiento, pero a su vez susceptible de sufrir deformaciones si no se ejerce una apropiada estimulación psicomotriz.

De igual manera, la lentificación del crecimiento que se da a partir de los tres años determina que la actividad psicomotriz debe contribuir a este crecimiento, mediante la inclusión de acciones motoras que impliquen estiramientos, movimientos activos y movimientos compensatorios, que garanticen una estimulación uniforme de los músculos, huesos y tejidos.

En este transcurso evolutivo del desarrollo óseo y en el que predomina el elemento cartilaginoso durante toda la edad preescolar, la osificación de todas las curvaturas de la columna vertebral solamente se alcanza hacia los finales de la etapa. Ello implica que en la realización de las actividades psicomotrices sea de gran importancia enseñar a los niños a mantener una posición adecuada, para evitar deformaciones y en aquellas en las que tengan que utilizar manos y pies (como trepar, saltar, lanzar, entre otras acciones) hacerlo con sumo cuidado, pues hasta los cinco años aún existe mucho tejido cartilaginoso en los huesos de la muñeca y de la planta de los pies, que pueden ser seriamente dañados por una ejercitación motriz mal dirigida.

En este sentido, la maduración del sistema nervioso central juega un papel también importante, y se sabe que los pequeños músculos de la mano, a los cinco años, aún no han alcanzado su plena preparación orgánica y funcional, por lo que se hace importante realizar actividades psicomotrices que faciliten su maduración.

De igual manera se hace indispensable, la variación de la actividad psicomotriz en aquellas posiciones en que se descansa fundamentalmente en los pies, en las que se deben evitar equilibrios mantenidos o estáticos.

La realización de actividades psicomotrices debe contemplar la variación de las posiciones iniciales, para posibilitar que se ejerza una acción en los distintos planos musculares y estructuras articulares de donde parten los movimientos, de esta manera se logra una compensación de la carga física que se ejerce en cada plano muscular y se favorece la buena postura.

Pero, no solamente el conocimiento de las particularidades anatomofisiológicas es importante para la realización de las actividades psicomotrices, sino también aquellas que se corresponden con el funcionamiento de la actividad nerviosa superior de los niños de esta edad.

La actividad nerviosa superior de los niños de la edad preescolar (entendida desde el nacimiento hasta la crisis del desarrollo de los seis-siete años) tiene sus propias características que difieren de los menores de otras edades y, por supuesto, de la de los adultos. Sus particularidades más significativas, entre otras de semejante importancia, radican en el predominio de los procesos excitatorios sobre los de inhibición, la falta de equilibrio entre los mismos, y las dificultades del tránsito de uno a otro proceso.

En la edad preescolar el sistema nervioso central posee una resistencia a la fatiga relativamente pequeña, y aunque durante los tres primeros años de la vida se incrementa en algo su capacidad de trabajo, aún a los cinco-seis años esta capacidad es notoriamente baja, por lo que la fatiga puede aparecer fácilmente. Esto está dado, como anteriormente se señaló, por la poca labilidad de los procesos nerviosos de excitación e inhibición, la falta de equilibrio de dichos procesos y el predominio de los procesos de excitación sobre los de inhibición.

En la realización de las actividades psicomotrices, en especial en los juegos motores, el conocimiento de estas particularidades es de suma importancia, pues el no adecuarlas a estas condiciones puede conducir fácilmente a un estado de excitabilidad exagerada, o a una inhibición prolongada, que dañe seriamente el equilibrio emocional de los niños, o redunde en un cansancio extremo y, consecuentemente, al surgimiento de la fatiga.

También, y como consecuencia de la resistencia relativamente baja de las células nerviosas, muchos estímulos del medio circundante resultan excesivamente fuertes para su sistema nervioso en plena maduración, lo que puede acarrear inhibiciones protectoras que dificultan la asimilación de las actividades psicomotrices. Estos estímulos fuertes pueden ser un grito estridente, un movimiento brusco, una iluminación solar intensa, entre otros, que aparentemente soportables por el adulto son, sin embargo, de difícil asimilación por el niño.

La formación de reflejos condicionados y de sus consecuentes estereotipos dinámicos es muy débil en la etapa, lo que trae como consecuencia la pérdida fácil de lo aprendido anteriormente, lo que unido a la sobrecarga o variación de los estímulos puede traer alteraciones de la actividad nerviosa superior y, derivado de ellas, perturbación de la conducta. En el caso de la actividad psicomotriz esto puede también conducir a la fatiga o la sobreexcitación de las neuronas, e impedir la asimilación adecuada de los movimientos necesarios para su realización exitosa.

Pero este es solo uno de los aspectos a considerar en la educación psicomotriz, y no precisamente el determinante. Esto está relacionado con las condiciones psicológicas y pedagógicas (educativas en término general) para la realización de tales actividades.

Al respecto N.M. Schelovanov, reconocido como uno de los científicos rusos que más profundamente estudiaron el desarrollo infantil, planteó que, si bien para la realización de los movimientos era necesario un cierto nivel de madurez del sistema nervioso, los procesos nerviosos complejos que demandan los movimientos corporales se organizan con la participación activa de la corteza cerebral, lo cual implica la influencia del medio circundante, expresada en la influencia educativa especializada por parte de los adultos dirigida a la consecución de los logros psicomotrices.

En sus investigaciones comprobó la interrelación existente en el surgimiento de los movimientos y el trabajo educativo realizado, y donde la existencia o ausencia de determinados movimientos era una condición dependiente de la influencia educativa ejercida, e incluso que para su transcurso evolutivo ontogenético normal era imprescindible crear las condiciones que garantizaran su surgimiento.

Así, el hecho de que en los niños del primer año de vida aparecieran dificultades en la postura erecta o sostener un objeto en la mano, tuvieran acciones motrices más complejas (como apoyarse sobre sus piernas sostenido de una baranda) mientras otras más simples estuvieran ausentes (como sentarse de forma independiente) o la presencia de saltos en el transcurso ontogenético le llevó a plantear que la variabilidad del contenido de las acciones psicomotrices en la lactancia dependía significativamente de las influencias educativas ejercidas.

Ello determina la elaboración de un sistema de acciones educativas encaminadas al desarrollo de los movimientos en los niños, mediante la creación de condiciones propicias y la utilización de estímulos apropiados que faciliten la enseñanza psicomotriz.

CONDICIONES EDUCATIVAS PARA EL DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD

Las particularidades anatomofisiológicas determinan algunas condiciones que han de ser tomadas en cuenta en la realización de las actividades psicomotrices. Así, por ejemplo, cuando el niño realiza ejercicios de este tipo se hace recomendable no excederse del tiempo asignado a esta actividad (y que depende de su edad), que durante la actividad las acciones a realizar aumenten paulatinamente, y que las mismas tengan un carácter en las que no se exija su realización rápida o el cambio brusco de un movimiento a otro. Condiciones todas que de vulnerarse pueden conducir fácilmente a la fatiga y a pérdida del interés por la realización de la actividad que realizan.

Desde este punto de vista la consecución o habilitación de condiciones que posibiliten la concentración de los niños en lo que hacen y la ausencia de estímulos externos excitantes que los distraigan (como puede ser incluso la visualización previa de los objetos que van a utilizar en la actividad, tales como pelotas, aros o bastones) son condiciones educativas básicas para el desarrollo de las actividades psicomotrices, y que están muy estrechamente relacionadas con las particularidades de su actividad nerviosa superior.

Las condiciones de tipo psicológico y pedagógico juegan el rol fundamental para la realización exitosa de tales actividades psicomotrices, destacándose en primer lugar, las que se corresponden con la motivación.

Las actividades psicomotrices pueden resultar en un momento dado repetitivas y poco estimulantes, por lo que se hace indispensable lograr una motivación apropiada en los niños para su realización. Esto se alcanza cuando para la ejecución de los movimientos, los niños comprenden lo que están haciendo y hacen uso de su propia fantasía.

Así, por ejemplo, si se pretende que ellos den un gran salto, basta que se les diga que van a "hacer como las ranas". Esto los motiva a su ejecución, pues incluyen esta actividad como un juego y no como una repetición motora de un movimiento que quizás para ellos no tiene sentido. Al incluirla en una actividad de juego se logra su participación entusiasta y el desarrollo de su imaginación.

Incluso el juego puede llegar a propiciar el control de los movimientos que de otra forma no estarían al alcance de los niños. L. Venguer, psicólogo ruso de reconocido prestigio relató una experiencia muy significativa en este sentido.

Se trataba de poder registrar mediante diversos aparatos la actividad eléctrica cerebral de un grupo de niños con motivo de una investigación de desarrollo infantil. Para el registro eficiente de los datos era importante que ellos permanecieran quietos y sin hacer movimientos superfluos, pues esto alteraba el funcionamiento de los artefactos que tenían sobre sus cuerpos. A pesar de las

orientaciones al respecto se detectaba que los pequeños no podían permanecer tranquilos (lo cual era muy lógico dado las particularidades de su actividad nerviosa superior). Entonces se introdujo un recurso lúdico: se les dijo que ellos eran robots que estaban haciendo "guardia" en la puerta de una nave espacial y que si se movían "el enemigo" podía descubrirlos. Esto bastó para que controlaran sus movimientos, permanecieran quietos durante un rato, y se pudieran registrar los datos de la actividad eléctrica cerebral como se deseaba por el investigador.

Es decir, la introducción de una motivación para la actividad facilitó que los niños, sin gran esfuerzo, controlaran sus movimientos y se posibilitara el registro apropiado de los datos que se quería obtener.

Es por ello que la formación de una motivación hacia la actividad psicomotriz constituye el primer paso para la creación de condiciones educativas favorables para su realización.

Las actividades psicomotrices han de propiciar, en la medida de lo posible, la búsqueda de las relaciones esenciales por los propios niños, ofreciendo modelos a seguir sólo en la medida en que se hagan imprescindibles. Desde este punto de vista, una simple indicación verbal del movimiento, o su acompañamiento por un ritmo y su comprensión por el niño, les permite más posibilidades de ubicarse en el espacio y de identificar las partes o segmentos de su cuerpo que intervienen en dicha acción, lo cual activa su pensamiento y amplía sus conocimientos. De esta manera la realización del movimiento implica siempre un proceso cognoscitivo de búsqueda de dicha relación esencial, y da a la actividad psicomotriz un carácter desarrollador.

La repetición de las actividades psicomotrices conduce a la formación de estereotipos dinámicos que van conformando el hábito motor. Esta repetición sin motivo puede conducir a la monotonía de la actividad y a su automatización mecánica, lo que paulatinamente ha de conllevar a la pérdida de la motivación. Para evitar esto se han de crear condiciones educativas que posibiliten el cambio de situación, a fin de diversificar la adquisición de la acción. De esta manera el hábito motor se consolida mediante la realización de acciones nuevas y cambiantes, que conducen a respuestas nuevas y originales, en la que participan un gran número de conexiones nerviosas temporales y, consecuentemente, de procesos cognoscitivos derivados de estas estructuras funcionales.

La formación de estos estereotipos dinámicos, que les permiten a los niños reaccionar a las condiciones cambiantes de la actividad, consolidan la formación del hábito psicomotor, e implican una reducción del gasto de energía nerviosa y además se facilita una mayor movilidad por eliminarse el exceso de contracción de los músculos que intervienen en la acción psicomotriz. Pero una vez consolidados resultan difíciles de modificar, por lo que, desde un inicio estas acciones han de ser realizadas con calidad, para evitar la fijación de movimientos con errores que pueden dañar su organismo tan frágil en esta etapa.

De ahí que el aprendizaje correcto de las acciones y movimientos ha de ocupar más tiempo del dedicado a la actividad motriz que el número de repeticiones o de la carga motora, es decir, lo importante no es el rendimiento motor sino la calidad de la acción psicomotriz que se incorpora, que luego, de asimilarse de manera incorrecta es bien difícil de transformar.

Esto es muy palpable en aquellas actividades que tienen que ver con la apropiación por el niño de su esquema corporal en que, por no prestarse la debida atención a la asimilación correcta de las acciones motrices, se pueden presentar confusiones en la lateralidad, la ubicación del cuerpo con respecto a distintos puntos del espacio y la denominación de las partes corporales, entre otras dificultades.

Aprender correctamente la realización de un movimiento no se refiere, resumiendo, a la calidad técnica con que se realice el mismo, sino que al hacerlo se proteja y cuide el plano muscular que interviene en la acción motora, y en el cual la orientación del educador juega un importante papel. De esta manera, combinando la orientación del adulto con la posibilidad de ejecución libre por los niños de los diversos movimientos, se logra la mejor condición educativa para la más eficiente formación de la psicomotricidad y se refuerza su carácter desarrollador.

Ello conlleva una estimulación de la iniciativa y la espontaneidad del niño que le permite solucionar los diferentes problemas del movimiento, en la medida en que es más capaz de hacerlo por haber asimilado una experiencia psicomotriz apropiada, experiencias que al ser interiorizadas sirven de base a otras nuevas, cada vez más ricas y complicadas, que se imbrican con procesos mentales cada vez más elaborados y complejos.

Esto lleva implícito que cuando el niño realice la actividad psicomotriz, logre controlar cada acción que ejecuta, piense en su resultado y no en cada paso específico, le aplique variaciones de acuerdo con su comprensión de la misma y perfeccione la habilidad motriz que realiza por su propia iniciativa y creatividad.

Es decir, la actividad psicomotriz ha de guiarse por un proceso de aprendizaje orientado por el adulto, pero en el cual el niño realiza un proceso mental de análisis de lo que hace y porqué lo hace, y no por una simple ejecución de movimientos que sigan un modelo dado. En este proceso la percepción y el pensamiento desempeñan un papel crucial, permitiéndoles valorar que ejecutan, como realizarlo de la mejor manera, como se comprueba, lo que les facilita la mejor adquisición de la habilidad motriz y llevar a cabo un aprendizaje de calidad, relacionado con su propia experiencia vital que, en el caso de la motriz es bien limitada en estas edades.

De la misma forma, al relacionar el aprendizaje motor con las particularidades de su desarrollo psíquico y las características de la edad, esto posibilita que la experiencia psicomotriz no se adquiera solamente por un proceso de

sensorio-percepción (lo que conduciría a un simple hábito motor), sino que sea producto de la acción orientadora del pensamiento, que la habilidad motriz que se adquiera sea un reflejo de la realidad objetiva que les rodea, y se asimilen también las acciones mentales de orientación que han de conducir a la formación de una capacidad, que les permite entonces orientarse y aplicarla a muchas otras actividades y no solamente las motrices.

Entendidos de esta manera motricidad y desarrollo psíquico marchan en una unidad dialéctica, que mantienen sus interrelaciones e interdependencias aunque en el proceso evolutivo se hayan diferenciado en campos particulares de la actividad.

LA FORMACIÓN DE LAS CAPACIDADES Y HABILIDADES PSICOMOTRICES

Las particularidades anatomofisiológicas y educativas previamente analizadas nos hablan de las condiciones para el logro de las adquisiciones psicomotrices en los niños desde el nacimiento hasta el fin de la edad preescolar, ahora corresponde determinar cuáles son las mismas, tanto en los primeros años de la vida en que todavía están indiferenciado lo sensorial y lo motor, como posteriormente, cuando las áreas del desarrollo infantil empiezan a diferenciarse en contenidos propios, estrechamente relacionados con el devenir evolutivo del desarrollo y en el que la relación entre unos procesos y otros (que siempre son los mismos) varían, de acuerdo con el momento del desarrollo, la actividad rectora o principal, la relación entre los procesos internos y las condiciones de vida y educación (o situación social del desarrollo).

En estos primeros años de la vida, si bien por la actividad psicomotriz se logra un cierto nivel de las capacidades condicionales o energético-funcionales (fuerza, rapidez y resistencia) esto no constituye un objetivo fundamental del desarrollo psicomotor en la edad, sino que es propio de etapas posteriores, aunque en la etapa preescolar se establecen premisas y condiciones que constituyen la base para su formación posterior.

En realidad, la actividad psicomotriz en la etapa que corresponde a la educación infantil ha de dirigirse a la formación de las **capacidades coordinativas**, que son capacidades sensoriomotrices que se consolidan a partir del rendimiento motor, y que se aplican de manera propositiva en una acción motriz para alcanzar un objetivo determinado.

Estas capacidades *no son innatas*, y aunque tienen que existir premisas biofisiológicas que las posibiliten, son un producto de las condiciones y la estimulación que el medio propicia para su surgimiento.

Las mismas se dividen en generales o básicas, referidas a la psicomotricidad concebida como un todo; especiales, dirigidas a un aspecto específico como sucede con aquellas encaminadas al esquema corporal; y complejas, que son el resultado o producto combinado de las anteriores.

Las capacidades coordinativas generales comprenden las referidas a la regulación de los movimientos y la adaptación a cambios motrices.

La capacidad de *regulación de los movimientos* es una capacidad general que está presente en todas las demás y cuya función es regular y controlar los movimientos, que de lo contrario no podrían formarse o lo harían con una calidad deficiente. Esta capacidad se manifiesta en cualquier actividad psicomotriz, donde el educador ha de orientar al niño mediante el apoyo de diversos medios y métodos de enseñanza, a que la misma se desarrolle, siendo más compleja en

la medida en que es mayor la exigencia psicomotora y la necesidad de controlar los movimientos.

La capacidad de *adaptación y cambios motrices* se refiere a la posibilidad del organismo de acomodarse a los cambios de las condiciones del movimiento, y lograr un nuevo ajuste a estas variaciones. La misma está muy relacionada con las transformaciones de la energía que tiene el organismo, que no es igual en todas las partes, y donde el cerebro procesa la información proveniente de los diferentes segmentos y husos musculares y “advierde” al niño de sus posibilidades motrices.

Las capacidades coordinativas especiales comprenden, las de orientación, equilibrio, ritmo, anticipación, diferenciación y coordinación.

La capacidad de *orientación* le permite determinar al niño de manera rápida y exacta, la variación de la situación motriz y de los movimientos del cuerpo en relación con el espacio y el tiempo. Esta capacidad es esencial para la determinación de las posiciones: arriba, abajo, a la izquierda, más tarde a la derecha, luego hacia delante, entre otras.

La capacidad de *equilibrio* pone en juego diferentes sinergias musculares de todo el cuerpo, que provocan traslado del centro de gravedad en la medida en que se cambia el movimiento, posibilitando sentir y ubicar los diferentes segmentos del esquema corporal en relación con dicho centro de gravedad y a su vez, con la base de sustentación.

La posibilidad de establecer el equilibrio depende de la propioceptividad, o capacidad de percibir el propio cuerpo y propiciar la adquisición de su imagen; el tono muscular, estrechamente ligado a las emociones y que relaciona el equilibrio con la sensibilidad tónico emocional, y el dinamismo, para mantener el equilibrio cuando hay movimiento.

La capacidad del *ritmo del movimiento* es una de las más difíciles de formar en los niños, y en la que ellos han de llegar a adquirir conciencia de su ritmo, de influir sobre este y variarlo, diferenciarlo, acentuarlo y crear ritmos nuevos. Para esto se hace necesario el acompañamiento de instrumentos musicales de percusión, la entonación rítmica de la voz del adulto, palmadas, de acuerdo con el propio ritmo interno del niño.

La capacidad de *diferenciación* permite al niño percibir las variaciones del tiempo y el espacio, así como de las tensiones musculares que se requieren en la actividad psicomotriz, y destacar sus diferencias.

La capacidad de *coordinación* que parte de la experiencia motriz anterior, la información sensorial, la anticipación y la acción cognoscitiva, significa el acoplamiento de un conjunto de habilidades. La misma se manifiesta en la edad

preescolar de forma global, en acciones que involucran todo el cuerpo del niño, tales como lanzar, saltar, correr, entre otras acciones motrices.

Esta coordinación no es uniforme durante los primeros años de la vida y mientras que en el gateo se observan movimientos coordinados de brazos y piernas ya bien estructurados, cuando escalan y trepan no es así hasta los cuatro años.

La capacidad de *anticipación* permite prever la siguiente tarea motora o la fase anterior de la misma y se expresa cuando una acción psicomotriz ha de comenzar en el momento preciso en que otra termina, tal como se observa al capturar una pelota, donde los brazos han de estar en un punto del espacio de su trayectoria, o fracasa su captura. En el niño de edad preescolar es típico que se adelante a la ejecución de la acción motriz, por lo que se impone una enseñanza psicomotriz para lograr una respuesta apropiada.

Las capacidades coordinativas complejas constituyen una combinación de las capacidades anteriores, que dan lugar a la flexibilidad y la agilidad, como una de las capacidades más significativas.

La flexibilidad consiste en la capacidad de poder realizar movimientos amplios en las articulaciones, y depende de factores morfológicos estructurales, y de la elasticidad de los músculos, cartílagos y tendones. La misma es una condición elemental para la realización adecuada de un movimiento, cualitativa y cuantitativamente, y aunque es grande en los lactantes, se va paulatinamente perdiendo si no se lleva a cabo su estimulación sistemática.

La agilidad se expresa mediante la integración de las capacidades anteriormente descritas, por lo que es característica de las edades preescolares mayores, y se expresa fundamentalmente en los juegos motrices, tales como las carreras de ida y vuelta, la persecución, el relevo. La misma consiste en la posibilidad de ejecutar los movimientos de forma fluida y sin gran costo energético y posibilita la realización de acciones psicomotrices que conjugan varias habilidades.

Estas capacidades se conjugan con las habilidades para posibilitar la actividad psicomotriz del niño que la mayoría de los autores (Fields, Gentile, Paillard, entre otros) coinciden en señalar que existe una respuesta a la tarea motriz que se plantea, que es de inicio de naturaleza cognitiva y por último automatizada., y cuyo carácter es motor, reafirmando de esta manera la relación íntima de lo psíquico con lo físico

Esto parte de la convicción que el conocimiento perceptivo y conceptual es imposible sin el movimiento, sin la realización de las acciones con los objetos y de las relaciones que se dan entre ellos, siendo indudable que la orientación en el espacio y la relación espacio-temporal, y del propio esquema corporal, son adquiridos mediante la acción cinética con el medio circundante. En este sentido, A.N. Leontiev logró demostrar las estrechas relaciones entre el

movimiento y la formación del conocimiento y el desarrollo de las acciones intelectuales, a partir del criterio de que en su origen los procesos cognoscitivos estaban dirigidos como acciones cinéticas a los objetos externos, y que con el devenir evolutivo devinieron en internos, mentales, psíquicos.

A partir de esto se impone entonces como se posibilita organizar el sistema de influencias educativas para la actividad psicomotora, lo cual nos lleva al problema de los métodos de la educación psicomotriz.

LOS MÉTODOS EN LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ

La psicomotricidad como concepto generalizador implica la necesidad de estimulación a través de numerosas vías, que incidan favorablemente en los diversos planos de la actividad del individuo. Es por eso que la educación psicomotriz requiere de la aplicación de formas de enseñanza que posibiliten la consecución de los logros psicomotores esperables en cada etapa del desarrollo infantil.

A partir del hecho de que el objetivo fundamental de la educación psicomotriz es lograr el óptimo desarrollo del movimiento, los métodos han de guardar una estrecha relación con el contenido de las actividades. De ahí que los métodos sensorio-perceptuales constituyen uno de los principales de este sistema de influencias educativas.

El método sensorio-perceptual consiste en la integración de los analizadores motor, visual y auditivo como medio de enseñanza y apropiación del movimiento. En la medida en que un analizador es preponderante se divide a su vez en métodos visuales, auditivos y propioceptivos.

El método visual implica la utilización de señales visuales directas para la reproducción de los movimientos, y en los que el niño asimila las acciones que se le demuestran. Este método es particularmente útil en la edad temprana, pues en estas edades es muy pobre el dominio del segundo sistema de señales de la realidad o lenguaje. En este caso el educador realiza las acciones motrices conjuntamente con los niños, aunque se apoya en la indicación verbal para que ellos comprendan los movimientos que realizan, conozcan las partes de su esquema corporal que intervienen en la acción, y se orienten en el espacio.

A partir de que todo conocimiento comienza con la percepción de la acción motriz, la calidad de la ejecución correcta hecha por el educador juega un rol importante para que los niños se hagan una representación mental apropiada de esta acción, y no se introduzcan errores que luego son muy difíciles de eliminar, tal puede ser el caso de una demostración incorrecta de las actividades para la flexibilidad (que se puede perder por la falta de ejercitación) y que mal realizadas pueden conducir a la pérdida de la elasticidad muscular y por ende, de esta capacidad.

Es por ello que en el momento presente se rechaza la enseñanza del movimiento mediante patrones o modelos, por lo que la demostración del educador se transfiere la creación de situaciones que les permitan a los niños vivenciar la acción y comprobar, por su propia iniciativa, la realización de la tarea psicomotriz.

El método auditivo se dirige fundamentalmente a la asimilación del ritmo, que usualmente el educador acompaña con el sonido de objetos (pandereta,

sonajero, etc.) o de su propio cuerpo (palmadas, golpeo en los muslos, entre otros). Además de educar el ritmo, este método también es útil para la coordinación de los movimientos y la regulación de la carga física, lo cual está dado por el control que la corteza cerebral ejerce sobre la realización del movimiento.

En la actualidad este método se usa principalmente para provocar vivencias perceptivo motrices que permitan hacer corresponder estas vivencias con sus percepciones visuales y auditivas.

El método propioceptivo se apoya en la inducción que se origina por la sensación del movimiento. Esto hace que al realizar una acción motriz la sensación táctil que se vivencia hace que el niño continúe su movimiento y cumpla exitosamente la acción motriz. A partir de los descubrimientos táctiles que los niños sienten al realizar la acción motriz (cuando el educador les dice “como sienten las piernas cuando las estiran o aflojan”) éstos realizan variadas alternativas motrices que permiten aplicar y aprender los movimientos.

Los métodos verbales, como lo indica su nombre, se estructuran sobre la base de la palabra y si bien son limitados en la etapa de la educación infantil, no por ello dejan de tener una cierta importancia. Así, pueden utilizarse para una explicación metafórica de un movimiento o para dar indicaciones verbales en la solución de la tarea psicomotriz que se realiza.

En este sentido hoy en día se rechazan las “explicaciones” de cómo realizar la acción motriz para recurrir a “indicaciones” sobre la base de condiciones creadas por el educador, y que permiten a los niños llevarla a cabo con una participación activa de su pensamiento.

La utilización de narraciones, representaciones de objetos y planteamiento de diversas situaciones con relación al cuerpo, el espacio y el tiempo, posibilita el desarrollo de la actividad psicomotriz en condiciones cambiantes, y le da al método verbal un carácter menos dirigido.

Estos dos métodos generales, el sensorio-perceptual y el verbal, están estrechamente relacionados. Esto se da por la unidad de lo sensorial y lo racional, de lo motor y lo psicológico.

Los métodos prácticos son aquellos que descansan en la ejercitación fragmentaria o global de la acción psicomotriz, pero que en la edad preescolar son fundamentalmente globales, dadas las particularidades de la actividad de los niños en esta etapa.

En la acción global el movimiento se asimila de manera integral, sin fraccionarlo en partes, esto implica que en cualquier acción motora que el niño ha de asimilar (salto, lanzamiento, acrobacia, captura, entre otras) ellos han de hacer la práctica total de la acción, aunque en un inicio, por el predominio de la

excitación cortical sobre los procesos inhibitorios, se introduzcan movimientos superfluos que afectan la actividad.

Además, este método se apoya en la realización variada de la tarea motriz, en condiciones que se transforman, y que permiten la expresión de las más diversas respuestas.

Sólo en el caso de niños con determinadas alteraciones de conducta, algunas técnicas como son el moldeamiento por aproximaciones sucesivas o el encadenamiento (propios de la terapia conductual) pueden ser utilizados para la realización de las acciones motrices, pero en la práctica pedagógica habitual suelen ser más recomendables las acciones globales.

El método del juego es básico dentro de la concepción de la unidad de los procesos cognitivos y afectivos en la acción psicomotriz. Su inclusión requiere muchas veces de que las acciones motrices hayan sido aprendidas mediante los métodos anteriores, que ahora se organizan dentro de un contenido lúdico. En el mismo, el educador aprovecha el impulso emocional que aparece en cada uno de los niños, para provocar situaciones lúdicas que faciliten la creatividad de manera grupal, si bien también puede utilizarse de forma individual o por parejas.

La aplicación de este método posibilita el surgimiento de sensaciones y emociones de placer, de libertad e independencia, de descubrir, de compartir con otros, por lo que es crucial para la formación de rasgos positivos de la personalidad.

Como para el niño la acción psicomotriz no puede verse como un "ejercicio" separado de un contenido lúdico, el tránsito de un tipo de aprendizaje (visual, auditivo, propioceptivo, etc.) a la situación de juego, requiere de gran maestría pedagógica del educador para alcanzar los objetivos que se propone con la actividad.

Los métodos y procedimientos de la educación psicomotriz no pueden verse con un carácter estático, y ellos en sí mismos han variado, por lo que su cambio o la inclusión de nuevas formas de la enseñanza, es una condición inherente a las actividades para el desarrollo de la psicomotricidad.

LAS ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

Las actividades para la psicomotricidad han de estar dirigidas a que la asimilación de los movimientos impliquen siempre la posibilidad del desarrollo de la iniciativa en los niños, pues en la medida en que viven diversas situaciones que les plantean diferentes problemas y que deben resolver mediante su experiencia psicomotriz, se estarán desarrollando sus procesos psíquicos.

Estas experiencias al ser interiorizadas, sirven de base a otras nuevas, que son cuantitativamente y cualitativamente más ricas y permiten al niño no solamente perfeccionar sus capacidades motrices sino también los procesos mentales concomitantes, expresando así una vez más, la estrecha unidad de los factores afectivos, cognitivos y motores.

Pero decir que los niños han de buscar por sí mismos las relaciones esenciales y que deben desarrollar su iniciativa, su independencia y su autonomía, en suma, su creatividad en la realización de las actividades psicomotrices, no implica en modo alguno que el educador no juegue un papel importante en este proceso de enseñanza y aprendizaje.

En este sentido, el educador ha de ser capaz de combinar ambos momentos: su orientación e intervención directa en los instantes en que lo requiera la actividad psicomotriz, y dar la posibilidad de que los niños ejecuten por sí mismos las más diversas formas de los movimientos que sean capaces de crear, y buscar por sí solos las relaciones esenciales, fabricar su propia base de orientación y construir ellos solos las estructuras psicomotrices que les han de permitir resolver los problemas que en este orden les plantea la vida cotidiana.

Es decir, que el trabajo del educador en la zona de desarrollo próximo de los niños, entendida ésta como la mayor posibilidad que tienen los pequeños de asimilar la experiencia de aprendizaje mediante la actividad conjunta con el adulto, ha de constituir una dirección del proceso pedagógico de las actividades psicomotrices, y que se combina de manera armónica con aquellas en las que ellos por sí solos han de adquirir esa experiencia de aprendizaje.

Para esto se requiere un profundo conocimiento del desarrollo psicomotor de los niños de esta edad, de los métodos, medios y procedimientos de la actividad, y de los objetivos que se pretendan alcanzar en cada momento del desarrollo.

Desde este punto de vista los objetivos más generales a alcanzar en la psicomotricidad en la etapa preescolar y que han de estar evidenciados en los logros del desarrollo de estos niños son:

- Tener un desarrollo óptimo de las capacidades motrices coordinativas generales, de la flexibilidad y la agilidad.

- Poseer habilidades psicomotrices que les permitan la ejecución variada de los más diversos movimientos corporales por propia iniciativa.
- Haber alcanzado un nivel de desarrollo apropiado en la asimilación del esquema corporal.
- Ser capaz de orientarse en el espacio y en el tiempo a partir de su propio cuerpo como referencia.

Alguno de estos objetivos se encuentran incluidos, a partir de determinada edad, en los contenidos particulares diferenciados de otras áreas del desarrollo, como sucede con la orientación témporo-espacial que también son trabajados dentro de los objetivos del conocimiento de la naturaleza, del lenguaje, de las nociones elementales de matemática, entre otras, si bien conceptualmente forman parte de la actividad psicomotriz cuando están referidos al propio cuerpo.

Esto está dado porque la escisión de lo motor, lo sensorio-perceptual, lo intelectual, se relaciona con la diversificación de la experiencia circundante, lo cual obliga a enfocar a la psicomotricidad como una categoría pedagógica al igual que las demás áreas del desarrollo, aunque como categoría psicológica son sólo una y misma cosa. Esto es importante de comprender conceptualmente, porque de no ser así podría valorarse al desarrollo desde un enfoque dualista ajeno totalmente a su concepción científica, que plantea su estrecha e íntima unidad dialéctica.

De igual manera la psicomotricidad en toda su consideración como categoría psicológica se relaciona de manera estrecha y directa con el desarrollo y formación de las inteligencias, si bien como categoría pedagógica guarda una relación más íntima y directa con las inteligencias física y cinestésica, o habilidad para usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como propioceptivas, táctiles y hápticas; y la inteligencia espacial, o habilidad de apreciar con certeza la imagen visual y espacial, de representarse gráficamente las ideas, y de sensibilizar el color, la línea, la forma la figura, el espacio y sus interrelaciones.

En el transcurso de las actividades psicomotrices a través de todos los años de vida están estructuradas las acciones pedagógicas para garantizar la máxima expresión de la psicomotricidad, pero a su vez están implícitas aquellas que han de posibilitar el desarrollo de estas inteligencias, las cuales no pueden verse separadas de la formación integral del niño de estas edades.

En este sentido las actividades psicomotrices han sido estructuradas de la siguiente manera:

Actividades para niños en el primer año de vida (0-12 meses), que a su vez se dividen en:

- Actividades para niños de 0 a 3 meses.
- Actividades para niños de 3 a 6 meses.
- Actividades para niños de 6 a 9 meses.
- Actividades para niños de 9 a 12 meses.

Actividades para niños en el segundo año de vida (12-24 meses), divididas en:

- Actividades para niños de 12 a 15 meses.
- Actividades para niños de 15 a 18 meses.
- Actividades para niños de 18 a 21 meses.
- Actividades para niños de 21 a 24 meses.

Actividades para niños en el tercer año de vida (2-3 años), de acuerdo con los trimestres escolares:

- Actividades para niños de 2 a 3 años (primer trimestre escolar).
- Actividades para niños de 2 a 3 años (segundo trimestre escolar).
- Actividades para niños de 2 a 3 años (tercer trimestre escolar).

Actividades para niños en el cuarto año de vida (3-4 años), como siguen:

- Actividades para niños de 3 a 4 años (primer trimestre escolar).
- Actividades para niños de 3 a 4 años (segundo trimestre escolar).
- Actividades para niños de 3 a 4 años (tercer trimestre escolar).

Actividades para niños en el quinto año de vida (4-5 años), organizadas de la siguiente manera:

- Actividades para niños de 4 a 5 años (primer trimestre escolar).
- Actividades para niños de 4 a 5 años (segundo trimestre escolar).
- Actividades para niños de 4 a 5 años (tercer trimestre escolar).

Actividades para niños en el sexto año de vida (5-6 años):

- Actividades para niños de 5 a 6 años (primer trimestre escolar).
- Actividades para niños de 5 a 6 años (segundo trimestre escolar).
- Actividades para niños de 5 a 6 años (tercer trimestre escolar).



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el primer año
de vida
(0-12 meses)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL AÑO DE VIDA

Una característica fundamental de las actividades psicomotrices en este año de vida es que la actividad psicomotriz se sustenta en la unidad existente entre el desarrollo sensorial y motor, por lo que éstas se conciben y valoran de conjunto.

Ello establece una interdependencia armónica entre ambos aspectos, tomando como punto de partida los reflejos que acompañan al niño al nacer; y a partir de esto, se organiza un sistema de influencias educativas que permite satisfacer sus necesidades de movimiento y de conocimiento del mundo circundante; lo cual se realiza en estrecha comunicación afectiva con el adulto que proporciona y estimula el desarrollo y fortalecimiento del organismo infantil, base fundamental para el logro de los objetivos en las próximas etapas.

La realización de los movimientos fundamentales de los que se apropian el niño en este período amplían sus posibilidades de desplazamiento, permiten la vigilia activa y enriquecen el desarrollo de sus potencialidades cognoscitivas al poder manipular, explorar, conocer y accionar con los objetos que les rodean en dependencia de sus propiedades y relaciones.

Por medio de la actividad psicomotriz sistemática se logra en los niños un estado emocional positivo, una disposición general favorable a la estimulación que se les brinda, se desarrolla la motricidad fina y gruesa y los procesos cognoscitivos, todo lo cual contribuye a la comprensión elemental del habla del adulto y a reaccionar positivamente ante los estímulos del medio circundante, visuales, sonoros y musicales, entre otros.

Esto se da en una secuencia extraordinariamente rápida, desarrollo acelerado que implica cambios y transformaciones constantes, que en el caso de la psicomotricidad se suceden prácticamente de un día a otro, lo que obliga a organizar los programas de estimulación en fases bien cortas, que abarcan a lo sumo un trimestre de la vida.

Ahora bien, el hecho de que la educación psicomotriz en este año de vida mantenga una interdependencia y relación causal entre lo afectivo, lo motor, y lo sensorial, determina la organización de actividades que contengan objetivos amplios y otras que se refieran a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor. En este sentido las actividades en todo este año de vida tendrán tres formas organizativas:

- Actividades para la activación específica de complejos musculares
- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico
- Actividades modulares, que engloban varios objetivos que se han de trabajar de manera conjunta.

En las dos primeras el objetivo a desarrollar suele ser único y la estimulación va dirigida a la consecución de un logro o determinada reacción en el niño (como sucede con los masajes), en el tercer tipo de actividades modulares (o módulos de actividades) se trata de estimular simultáneamente los procesos motores y los psíquicos, partiendo de la unidad ya dicha de estos procesos en el desarrollo.

En este sentido, y aunque las actividades a realizar siguen un sentido longitudinal a lo largo de todo el año de vida, las mismas se particularizan en cada trimestre de acuerdo con el devenir del desarrollo psíquico general, manteniendo aquellas de un trimestre a otro que continúan ejerciendo una influencia en los períodos posteriores. Esto es mucho más significativo en las actividades modulares, que por la considerable amplitud de aspectos del desarrollo que estimulan, han de continuarse realizando a lo largo de todo el año de vida, haciendo solamente algunos pequeños ajustes cuando el logro haya sido ya alcanzado en un momento dado. De esta manera se aplica un enfoque dialéctico del desarrollo y se valora a la psicomotricidad como un proceso en constante formación y maduración.

Por otra parte, toda actividad estimulatoria que se realice con niños de estas edades iniciales ha de formar parte de un sistema científicamente dirigido y tomando en consideración sus particularidades del desarrollo, por lo que cada trimestre ha de estar encabezado por los índices del desarrollo que se suceden en el mismo, de tal modo que los educadores puedan comprender el sentido de las actividades que realizan con estos niños, y puedan elaborar de manera más apropiada y técnicamente mejor concebidos los objetivos y propósitos de cada una de estas actividades.

A un fin organizativo, estas actividades se estructuran de la siguiente manera:

- **Actividades para niños de 0 a 3 meses**
- **Actividades para niños de 3 a 6 meses**
- **Actividades para niños de 6 a 9 meses**
- **Actividades para niños de 9 a 12 meses**

No obstante esta estructura organizativa que determina formas de estimulación propias en cada periodo, existen procedimientos metodológicos generales que son semejantes en todos los trimestres y que han de ser tomados en consideración a la hora de concebir las actividades pedagógicas.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL PRIMER AÑO DE VIDA.

Para los niños de 0 a 3 meses y de 3 a 6 meses la actividad psicomotriz ha de realizarse preferentemente sobre una mesa en la que se le coloca un cambiador o mantita con un pañal encima de ésta. La mesa ha de estar ubicada en un área donde no existan interferencias y con buena ventilación pero sin que existan corrientes de aire. A partir de los 6 a 9 meses la misma puede llevarse a cabo en la mesa o en el suelo. Si se realiza en el suelo se han de colocar colchonetas planas y duras, bien sea en la zona donde los niños pueden gatear, en la clase de actividades u otro lugar idóneo seleccionado a propósito.

Para realizar la actividad psicomotriz se ha de mantener desnudo al niño en el verano, y en los días húmedos y fríos cubrirlos con una bata y ponerles un pañal que le queden cómodos y no muy ajustados, de forma que no le impidan el movimiento. Es necesario recordar que siempre que la actividad se realice en el suelo el lactante ha de tener siempre pañal.

Antes de comenzar, el educador se ha de lavar las manos, manteniendo sus uñas limpias y cortas, pues estos niños son muy susceptibles a enfermedades transmisibles que se propagan fácilmente donde no hay condiciones higiénicas óptimas.

En el momento inicial de todas las actividades psicomotrices, el educador ha de establecer una comunicación afectiva positiva con el niño, la cual mantendrá durante toda la actividad: le sonríe, le habla, le canta, de forma tal que el lactante reaccione fijando la mirada en su rostro. Para esto puede utilizar también algún objeto, por ejemplo, un sonajero o campanilla, lo que garantiza que el niño reaccionen ante el estímulo.

En todos los casos la estimulación se repetirá varias veces, si bien *la respuesta no siempre se da de forma inmediata*. Esto es una característica del desarrollo de los niños de esta edad, por lo que su observación continuada es la mejor vía para detectar cuándo se presentan las manifestaciones de respuesta.

Para la ejecución de la actividad psicomotriz se ha de propiciar un ambiente de calma y serenidad; en este sentido si el lactante tiene un estado emocional negativo no se le debe obligar a realizar la actividad. Para lograr su estabilidad emocional se le han de proporcionar caricias, cogerlo y luego intentar de nuevo realizar la actividad. Si aún así la situación continúa es mejor suspender la actividad para otro momento en que estén más tranquilos.

Esto nos lleva al planteamiento de que nunca se ha de forzar al niño a ejecutar tarea alguna. En este sentido se aceptarán sus reacciones propias aunque éstas se puedan apartar del objetivo planificado por el educador. Por ejemplo, si el educador pretende que el niño lance una pelota, y en el lanzamiento ellos

manipulan, golpean o exploran la pelota, se les ha de permitir y posteriormente se le estimula a lanzar; si el lanzamiento que el educador quiere enseñar es desde la posición de pie y ellos lo realizan estando sentados, se les permite y después se les estimula a que lo hagan estando de pie.

Los medios y juguetes que se utilicen para estas actividades, además de poseer colores brillantes y efectos sonoros, tendrán diferentes formas, texturas y tamaños, estarán limpios y sin partes desprendibles, para que no exista peligro.

Las actividades pedagógicas modulares se realizan a través de un módulo de estimulación sensoriomotriz que el educador ha de planificar en correspondencia con el contenido del sistema de actividades en cada periodo de edad, tomado en consideración su gradación, los logros esperables en cada momento del desarrollo, y el desarrollo individual de cada niño.

Este módulo ha de estar compuesto por cuatro a seis tareas y tendrá una planificación para quince días. En la gradación de su contenido se han de seguir los siguientes pasos:

- o Primero se utiliza un estímulo sonoro fijo para provocar la reacción del niño hacia el mismo. Después el objeto sonoro se pone en movimiento dentro de su campo visual, y posteriormente fuera de su campo visual.
- o Luego se ha de comenzar con las torsiones pasivas del tronco, y posteriormente los giros pasivos hasta estimular las torsiones y giros activos.
- o Cuando se trabaje el gateo, inicialmente se ha de realizar el gateo reflejo de espalda y de frente. Más adelante se estimulará el gateo activo.
- o La manipulación de los objetos se comienza con acciones simples tales como tocar, apretar, golpear, entre otras, y más adelante se estimula la pinza digital, hasta llegar a las acciones elementales con los objetos según su función.
- o Estas acciones con objetos se complican en sus formas más simples (como meter y sacar) hasta atraer hacia sí un objeto atado con una cuerda, que son tareas preparatorias de las acciones de correlación y con instrumentos.
- o El educador ha de alternar en cada módulo los diferentes medios de estimulación psicomotriz, tales como ejercicios activos, reflejos, pasivos y masajes.
- o También ha de tener presente el variar las posiciones del cuerpo del niño: acostados de frente, acostados de espalda, sentado, de pie, entre otras.
- o En la realización de los módulos ha de planificar movimientos compensatorios. Ejemplo: si en un módulo realiza un ejercicio pasivo de arqueado, éste se ha de combinar con otro de flexión del tronco al frente.

Los módulos que se presentan en los diferentes niveles de edad se corresponden con el nivel de desarrollo esperado en cada etapa, lo cual no excluye que existan niños con un desarrollo superior o inferior. Por tal razón, si el educador realiza sus módulos a partir de los ejemplos ofrecidos, ha de tener en consideración las probables diferencias individuales de sus pequeños, y sustituir o

variar aquellas tareas que no se correspondan con el desarrollo de cada niño, aunque ha de permitir el tiempo suficiente para obtener cada respuesta.

Por ejemplo, si se observa que un niño en el cuarto módulo del período de 3 a 6 meses, al ser estimulado para el gateo reflejo con la visualización de un objeto fijo para ser alcanzado por su mano, una vez ocurrida la respuesta refleja (extensión de las piernas) ellos son capaces de realizarlo de forma activa, se sustituye la tarea, y ahora se le estimula con un objeto en movimiento, para obtener entonces el gateo activo.

Pero si el desarrollo del pequeño es inferior a la tarea planteada en el módulo, se ha de sustituir la tarea realizando la que corresponde a la fase anterior. Por ejemplo, si en el quinto módulo del período de 9-12 meses se estimula al niño a caminar con un punto de apoyo pasando por encima de obstáculos, y no lo logra, entonces se sustituye esta acción, y se realiza con dos puntos de apoyo o se retiran temporalmente los obstáculos, que son comportamientos menos complicados.

Es decir, que el educador ha de comprender que los módulos de actividades no son secuencias fijas y estáticas, sino que se pueden adecuar conforme a las particularidades individuales de cada niño.

Estos módulos se conciben para una estimulación psicomotriz continuada de alrededor de 15 días y siguen un orden de complejidad que se ha de mantener en su realización, si bien el educador puede regresar a uno anterior si lo considera necesario por alguna situación que el niño haya pasado (enfermedad, ausencia prolongada).

A su vez el educador puede crear un nuevo módulo integrando actividades de varios módulos, si valora que por el ritmo de desarrollo irregular de un niño específico se haga aconsejable mantener una estimulación particular. En este caso ha de estructurar el nuevo módulo tomando en consideración las indicaciones señaladas en párrafos anteriores respecto a la forma de organizar sus actividades.

Para la realización de las actividades psicomotrices el educador ha de colocarse delante del niño, inclinarse y hablarle suavemente, así moviliza los recursos afectivos de los lactantes y los preparan para la acción a llevar a cabo.

Para provocar la activación de los músculos del cuello y del tronco al seguir con la mirada un objeto o juguete, este objeto se le acerca y se le aleja, moviéndolo en distintas direcciones, lentamente ante sus ojos, de forma tal que pueda seguirlo con la vista. El educador ha de tener en cuenta que ahora adquiere cada vez mayor importancia para el niño el carácter de novedad de los objetos; por lo que se detienen para mirar un juguete nuevo que aparece en su rango visual, incluso si éste no se distingue por su brillantez. La introducción de los objetos ha de ser paulatina en la medida en que los ya conocidos pierden su fuerza de atracción.

Junto a la concentración visual se desarrolla paralelamente la fijación auditiva que al igual que la primera se expresa en la detención de los movimientos generales bajo la influencia de los sonidos. En los lactantes de un mes aparece ante los sonidos bruscos, pero más adelante, hacia los dos o tres meses, surge preferiblemente con los sonidos melodiosos, y sobre todo con la voz humana, donde, además, el adulto en su contacto con el niño, atrae la vista y el oído de éstos a la vez en un solo objeto: la cara del educador que les habla.

Para formar las conexiones audiovisuales han de utilizarse objetos sonoros (sonajeros, cascabeles, campanillas, etc). Cuando el niño aprenden a seguir un objeto que se mueve, se les llama por su nombre o se les habla desde distintos lugares (parándose por detrás, por el lado, etc) estimulándolos de este modo a buscar la fuente productora del sonido dentro y fuera de su campo visual, activando mucho más los músculos mediante estos movimientos activos de mayor recorrido o amplitud, como son el arqueado y torsiones del tronco, los giros activos, entre otros.

Cuando el niño pueden agarrar un objeto (aproximadamente entre los 3-5 meses) se comienza a poner en sus manos, de forma alterna, juguetes cómodos por su tamaño y forma, incitándolos a coger los que cuelgan, realizando movimientos activos de brazos y piernas, ayudándolos a realizarlos si es necesario, llamando la atención sobre el objeto que tienen en su mano hasta que logre cogerlo sin ayuda, de esta manera se estimulan los movimientos de palpación unidos a la concentración visual. Posteriormente se estimulará la realización de esta acción psicomotriz utilizando las dos manos.

A medida que se va produciendo el acto de agarre hay que comenzar a desarrollar la habilidad de coger los objetos que se encuentran en diferentes lugares y distancias, estimulándolos a realizar movimientos activos de brazos y desplazándose hasta llegar a alcanzarlos.

Las características de la forma, el tamaño y peso de los materiales de que están hechos los objetos son los que determinan el carácter de las posibles manipulaciones prácticas con dichos objetos.

Para lograr en los lactantes el proceso de agarre de los objetos hay que tener en cuenta las siguientes condiciones:

- o La presencia de los objetos en la zona de su alcance.
- o La dirección y la distancia exacta en que se encuentran.
- o La forma, el tamaño y el peso del objeto.

Cuando ya los niños alcanzan este logro del desarrollo que es el agarre, se han creado las condiciones para introducir las acciones psicomotrices pasivas con ayuda del adulto, tales como el uso de aros, bastones, etc.

Después de los seis meses el agarre pasa por modificaciones importantes en su desarrollo, que van desde el acierto de la mano para tomar el objeto hasta obtenerlos mediante movimientos que adquieren un carácter planificado.

Del mismo modo que se perfecciona el acierto de agarrar el objeto, estas acciones se van perfeccionando y ya los lactantes son capaces, además, de mantenerlos en sus manos. Así, ya no cogen el objeto con todos los dedos, apretándolos, sino que ahora los cogen con la punta de los dedos en forma de pinza y aproximadamente a los nueve meses adaptan la posición de los dedos a las características del objeto.

En la medida del desarrollo los niños van a lograr por sí solos realizar diferentes acciones con los objetos, tales como sacudir un sonajero, golpear, agitar y apretar diferentes juguetes, sacar y meter, empujar la pelota, ... En este sentido el educador ha de crear las condiciones para que estas acciones se puedan realizar.

La búsqueda de juguetes escondidos se inicia cuando el pequeño es capaz de sentarse. En los juegos con el niño, el educador le mostrará un objeto y propiciará que se interese en el mismo, luego se lo esconde ante su vista, para hacer que reaccione desplazándose y tratando de encontrarlo (quita el pañal, destapa la caja), si por el contrario, no hiciera intentos de búsqueda, el educador le demostrará como hallarlo, lo esconderá de nuevo y estimulará la búsqueda hasta que logre realizarlo por sí solo. En estas actividades, el lactante aprende a encontrar el objeto y activa sus músculos activamente al desplazarse.

Cuando se varía en su presencia el lugar donde se esconde el juguete, en un principio se puede observar que el intento de búsqueda y desplazamiento (gateo) es hacia el lugar donde habitualmente lo había encontrado antes, solo después será capaz de encontrarlo en diferentes lugares, incluso aún cuando ya no sea visible por el niño la acción de esconder el objeto. Cuando esto ocurre el niño ha adquirido la permanencia del objeto, y ya no dudan de que el objeto no visible en un momento determinado, existe y puede ser encontrado.

Para enseñar a los niños a realizar acciones basadas en el uso de las propiedades externas de los objetos, se han de tener a su disposición pelotas, cubos de distintas dimensiones, juguetes de goma, objetos huecos, para que puedan realizar diferentes acciones: lanzar la pelota, colocar los bloques uno encima de otro, abrir cajitas, introducir anillos en un eje...

Aquí, y ya a finales del año de vida, se incluirán tareas preparatorias para la enseñanza de acciones instrumentales, tales como alcanzar un objeto mediante una cinta que lo ata, procurando que el objeto varíe para estimular al niño a realizar la acción.

Como procedimiento metodológico general para el desarrollo de las actividades de acciones con objetos se han de tener en cuenta los pasos siguientes:

- o La demostración de la acción unida a la orientación verbal.
- o Estimular al niño a realizar la acción.
- o Posteriormente cumplir las acciones sólo mediante la indicación verbal.

En los casos en que el niño no puedan realizar la acción por sí solos, el educador tomará su mano y lo harán en conjunto.

Para la percepción olfatoria se les darán a oler frutas y alimentos diversos, los cuales se les podrán mostrar, tanto en el propio proceso de la alimentación como en otros momentos de la rutina diaria, acompañándolos de expresiones verbales referentes a como huelen, lo bien que saben, entre otras frases.

Además de este sistema de estimulación psicomotriz estructurado para provocar en los niños diversas respuestas activas, existen otras actividades dirigidas a la tonificación muscular, la estimulación táctil con respuestas motrices reflejas y la estimulación propioceptiva:

La tonificación muscular se logra a través del masaje (fricción), consistente en rozar con nuestras manos la piel del niño, de manera suave, en determinadas regiones del cuerpo, por ejemplo, la espalda y los pies. El masaje tiene una gran importancia para los niños más pequeños (de cero a tres meses aproximadamente) pues produce un efecto de relajación que compensa la hipertonia fisiológica, característica de esta etapa. Las manipulaciones se explican con detalles en los módulos en los cuales se incluyen y en otras actividades simples dirigidas a la estimulación de complejos musculares.

La estimulación táctil con respuestas motrices reflejas se realiza por medio de los ejercicios reflejos, consistentes en un ligero roce de los dedos del educador (fundamentalmente dedos índice y corazón), mediante un objeto (un cepillo de cerdas suaves que se desliza en la piel del pequeño, o una superficie plana para apoyar ligeramente sus pies (reflejo de la marcha) o el pellizqueo de distintas zonas corporales y que provocan dichas respuestas motrices reflejas.

Estas acciones y estimulaciones se realizan por las partes laterales de la columna vertebral, lo que provoca el arqueado desde el final del esternón hasta la pelvis (línea alba), movilizándolo; el pellizqueo de los glúteos, así como ejercer una ligera presión en la planta de los pies para que extienda las piernas; rozar el interior de los muslos para provocar su separación; rozar con un cepillo la planta y bordes de los pies, lo cual los moviliza, entre otras estimulaciones.

La estimulación propioceptiva se realiza por medio de ejercicios pasivos que son llevados a cabo por parte del adulto, con el objetivo de activar terminaciones nerviosas en las articulaciones, que dan al niño una sensación del movimiento que se espera de él y que contribuyen a fortalecer diferentes grupos musculares y la orientación espacial (aparato vestibular del oído) tal como sucede en la torsión del tronco y giros pasivos que los preparan para los giros activos.

Los ejercicios pasivos para los brazos y las piernas se planifican a medida que desaparece la hipertonia fisiológica (sobre los tres meses aproximadamente).

Un elemento que contribuye a la realización de estas acciones psicomotrices es el dominio del agarre. Cuando esto no ha ocurrido, el educador ha de ayudar al niño colocando sus manos suavemente sobre las de ellos, sin presionar ni tirar de la articulación de la muñeca, ayuda que ha de ir disminuyendo hasta lograr el agarre de manera independiente.

Cuando el educador realiza los masajes y los ejercicios reflejos y pasivos, ha de mantener una comunicación afectiva positiva con el niño, pues los mismos pueden provocar reacciones diversas, que pueden ocasionalmente ser complicadas. No obstante, ellos contribuyen mucho al cumplimiento de objetivos relacionados con la reacción ante un estímulo visual o la voz del adulto, atender a un objeto sonoro en movimiento, seguir con la vista un objeto que se desplaza frente a sus ojos, entre otros comportamientos.

Todas las actividades psicomotrices se han de realizar sistemáticamente no solo en el horario de la actividad pedagógica, sino en cualquier momento de la vigilia activa del niño, y tomando en consideración las diferencias individuales de los niños. Hay que recordar que las actividades psicomotrices, al igual que las demás actividades que se realizan en el primer año de vida, siguen un curso individual de desarrollo, de acuerdo con las particularidades del ritmo evolutivo de cada niño, por lo que el sistema general de actividades se ha de concretar para cada caso específico.

Por otra parte, toda actividad estimuladora que se realice con niños de estas edades iniciales ha de formar parte de un sistema científicamente dirigido y tomando en consideración sus particularidades del desarrollo, por lo que cada trimestre ha de estar encabezado por los índices del desarrollo que se suceden en el mismo, de tal modo que los educadores puedan comprender el sentido de las actividades que realizan con estos niños, y puedan elaborar de la forma más apropiada y técnicamente mejor concebidos los objetivos y propósitos de cada una de estas actividades.

De igual manera el educador ha de tomar en consideración las líneas directrices del desarrollo en cada período en cuestión, y que marcan hacia donde ha de ejercerse la estimulación psicomotriz más significativa.

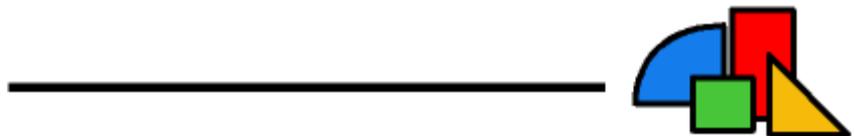
Como consecuencia de toda la estimulación psicomotriz ejercida, al final del primer año de vida se ha de lograr que estos niños:

- o Reaccionen activamente ante el sonido, el olor, la textura, el color y el movimiento de los objetos.
- o Reaccionen positivamente ante la estimulación táctil.
- o Ejecuten movimientos fundamentales como: giros, gateo, sentarse, pararse, caminar con apoyo y caminar de manera independiente.

- o Realicen diversas acciones de manipulación activa con los objetos.
- o Establezcan relaciones elementales entre los objetos e inicien la realización de acciones en correspondencia con la función social de los objetos de la vida cotidiana.



Actividades para niños de 0 a 3 meses



El desarrollo evolutivo de la psicomotricidad se caracteriza en este período por los logros del desarrollo que se muestran a continuación, los cuales están reflejados en orden cronológico a través del primer, segundo y tercer mes de vida.

- ❖ En posición supina descansa la cabeza al costado, si se le lleva a sentado, la cabeza cuelga si no tiene apoyo.
- ❖ Fija la mirada en el rostro del adulto y en los objetos brillantes.
- ❖ Hace intentos de levantar y sostener la cabeza, acostado boca abajo
- ❖ Se mantiene tranquilo durante la vigilia y observa los objetos que están colocados sobre él.
- ❖ Percibe el sonido provocado por la voz del adulto o un objeto sonoro.
- ❖ Responde rápidamente con una sonrisa cuando se le da estimulación verbal.
- ❖ Concentra la mirada en el adulto que le habla mientras le sostiene en posición vertical.
- ❖ Aparece el complejo de animación (sonrisa, movimientos estereotipados de manos y piernas, emisión de sonidos).
- ❖ Toca casualmente un objeto colgado a la altura del pecho.
- ❖ Se mantiene boca abajo acostado y sostiene bien su cabeza.
- ❖ Sostenido por las axilas, se apoya fuertemente en los pies (reflejo de la marcha), doblándose por las articulaciones coxales.
- ❖ Sostiene bien la cabeza cuando está cargado en posición vertical.

De acuerdo con estos logros, las líneas directrices a trabajar por el educador de manera más significativa en la estimulación psicomotriz han de ser:

1. Desarrollo del analizador visual.
2. Desarrollo del analizador auditivo.
3. Desarrollo de reacciones emocionales positivas.
4. Desarrollo de los movimientos.

Las líneas del desarrollo marcan las pautas particulares en las que hay que ejercer la estimulación psicomotriz más intensa en cada período de edad (en este caso de 0 a 3 meses), y que se materializan en las actividades de estimulación de complejos musculares, de objetivos concretos o específicos y las modulares, que son aquellas que engloban varios objetivos psicomotrices que se estimulan de manera conjunta.

No obstante, el educador ha de estimular también todos aquellos comportamientos que tienen una significación en el desarrollo del niño, aunque no se enmarquen en estas líneas directrices de la educación psicomotriz, como sucede en el caso de las actividades para el desarrollo del lenguaje.

El educador ha de tomar en consideración estos índices del desarrollo evolutivo de la psicomotricidad y las líneas directrices del período, y sobre esta base diseñar sus actividades. Para este trimestre se recomiendan las siguientes:

Actividad

- Estimulación pasiva de la discriminación visual y auditiva.

Objetivo

Activar en el niño la recepción de los estímulos y visuales en su vigilia.

Metodología

Estando el niño acostado boca arriba en su cuna, se le han de situar objetos móviles a una altura no mayor de 50 cms. de su rostro, los cuales a su vez han de emitir algún sonido ocasional. El educador estará al tanto de cuando el niño despierte para activar estos móviles.

De igual manera colocar en su rango de visión, para cuando se encuentre boca abajo, algunos objetos en su cuna, de colores brillantes. Es factible utilizar sábanas que puedan tener algún estampado simple que el niño pueda mirar en su estado de vigilia.

Actividad

- Estimulación de la regularización de la respiración y relajamiento de músculos.

Objetivo

Lograr una regularización del ritmo respiratorio del niño y la relajación de la hipertonía muscular.

Metodología

Teniendo al niño acostado, el educador desliza su mano rítmica y repetitivamente (no más de cuatro o cinco veces) desde la frente hasta la nuca, luego lo hace de la cabeza a los pies, y finalmente del centro del cuerpo hacia las extremidades, con lo que consigue un ritmo acompasado de la respiración del niño y un relajamiento de los músculos, que en esta etapa del desarrollo se caracterizan por su hipertonía.

Este masaje se puede combinar con otro consistente en acariciar con la mano el vientre del lactante, deslizándose hacia sus piernas, por no más de 30 segundos, lo que logra estimular los movimientos reflejos del intestino.

Actividad

- Activación del reflejo de la prensión.

Objetivo

Estimular las terminaciones nerviosas de la mano que determinan el agarre reflejo.

Metodología

Manteniendo al niño acostado boca arriba, el educador introduce su dedo índice en la palma de la mano del niño y lo desliza desde el centro hacia los dedos. Esto ha de causar que el lactante cierre su mano apretando con fuerza el dedo del educador, como reflejo.

Durante el primer mes, al cerrar el niño su mano y aprisionar el dedo del adulto, este hará una ligera tracción hasta sentir la resistencia del cuerpo, pero aún no ha de intentar llevarlo hacia sí. A partir del segundo mes, el educador continuará el movimiento llevando durante unos momentos al niño a la posición de sentado.

En este masaje, en un principio la cabeza ha de colgar hacia atrás, pero poco a poco al fortalecerse los músculos cervicales, el niño será capaz de mantener su cabeza erecta en el curso del movimiento.

Para fortalecer esta zona muscular, el educador ha de cargar al niño en posición vertical, sosteniendo su nuca, en algunos momentos de la vigilia.

Actividad

- Estimulación de las zonas nerviosas de la columna vertebral.

Objetivo

Activar las terminaciones nerviosas reflejas de la columna vertebral con estiramiento de los músculos de las piernas.

Metodología

Colocando al niño en posición prona, se le deja que se mueva unos minutos, luego el educador con sus dedos índice y corazón desliza su mano desde la columna cervical hasta los pies con suavidad, esto lo puede acompañar de una canción suave que relaje al niño.

Actividad

- Estimulación visoauditiva y propioceptiva en situación de contacto con el adulto.

Objetivo

Activar desde otro plano de sustentación la coordinación visoauditiva y propioceptiva del niño

Metodología

En este tipo de actividad, el educador se tumba de espaldas sobre una colchoneta en el suelo y coloca al niño boca abajo sobre su vientre, de modo tal que la base de sustentación ahora sea un contacto cálido y suave, y no la superficie dura de la mesa.

Una vez en posición, el educador mueve de un lado a otro un objeto que suene y de colores brillantes, a una distancia no mayor de 30 cms. del rostro del niño, también podrá mover su cabeza (del educador) de lado a lado mientras le habla o canta suavemente.

Luego, ha de mover el objeto de abajo arriba para que el niño trate de levantar su cabeza, y de arriba abajo para que vuelva a la posición inicial. De igual manera puede el educador hacer círculos con el objeto, en un sentido y otro de las manecillas del reloj.

Actividad

- Ampliar la coordinación visoauditiva del niño mediante estimulación propioceptiva perceptible.

Objetivo

Lograr que el niño amplíe su rango visual ante una estimulación objetal y propioceptiva simultánea.

Metodología

Estas acciones psicomotrices se han de hacer a partir del segundo mes, cuando ya el niño es capaz de sostener su cabeza.

Tomando al niño por las axilas, poniéndolo de espaldas al educador que lo sostiene, apoyarle el pecho sobre una pelota de 40 ó 50 cms. de diámetro, y procurar que sus piernas toquen el suelo, esto hace que el niño levante alto la cabeza y mire en su entorno. Es importante controlar que sea el pecho el que se apoye y no el vientre del pequeño.

En esta posición, y tras breves momentos, el educador le bajará desde arriba y frente a su rostro un objeto que suene y sea atractivo, y una vez concentrada la vista del niño moverlo lentamente en varias direcciones, hacer círculos, etc.

Actividad

- Activación de la relajación muscular.

Objetivo

Continuar actuando sobre la hipertonía muscular del niño.

Metodología

Este masaje es una continuidad del que se realizaba en el primer mes de vida y que ahora se hace para el segundo mes.

Con la mano abierta, el educador ha de acariciar el cuerpo del niño desde la cabeza, pasando por la columna vertebral y las piernas, hasta los dedos de los pies con una presión suficiente para que no provoque cosquillas en el pequeño, pues de suceder esto puede provocar sensaciones molestas al niño en vez de aliviar la tensión que el cuerpo acumula a lo largo del día e impedir la relajación que persigue el masaje. Repetir esta acción dos o tres veces.

Actividad

- Estimulación de los músculos finos de la mano.

Objetivo

Activar la irrigación nerviosa de los dedos y articulaciones como preparación para el agarre.

Metodología

Estas activaciones psicomotrices son igualmente recomendadas a partir del segundo mes de vida.

El educador ha de colocar sus manos en el centro de la espalda del niño. A continuación acaricia hacia los hombros, pasa por los brazos y concluye en los dedos del pequeño. Esta acción se repite dos o tres veces.

Después ha de efectuar masajes en las manos con presión suave pero firme, primero en la palma, después en los dedos y finalmente en el dorso de la mano. De este modo se estimula la tonicidad y la fuerza muscular de las manos y activa la sensación propioceptiva en los dedos.

En la misma posición anterior, colocar las manos en el centro del pecho y desplazarlas por los hombros y los brazos hasta terminar en las manos.

Actividad

- Desarrollo de las premisas de los movimientos prensores de la mano.

Objetivo

Estimular las conexiones nerviosas relacionadas con la presión y la discriminación táctil.

Metodología

Teniendo cogido al niño, el educador le ha de colocar objetos en la palma de su mano, de diferentes texturas (blandos, duros, rugosos, peludos, etc.) y lo ha de estimular a que los agarre, de no darse el mecanismo reflejo de la presión, el educador le cerrará la mano sobre el objeto para que el niño sienta la sensación propioceptiva.

De igual manera, estando el niño boca arriba, le ha de mostrar estos objetos de distinta textura, luego los acerca a su pecho y los coloca en la mano del pequeño, cerrándosela suavemente y expresando verbalmente si es duro, o blando, o rugoso, etc.

Actividad

- Estimulación de dedos y manos para activación del agarre.

Objetivo

Sensibilizar propioceptivamente la zona digital para facilitar la formación del agarre.

Metodología

Esta actividad se compone de varias acciones que están relacionadas con la estimulación propioceptiva.

Estando el niño cogido o acostado, el educador con su índice ha de rozar el borde externo de la mano del niño, en un movimiento que va desde la base a la punta de los dedos, esto hace que los mismos se extiendan. Luego el educador fricciona uno por uno cada dedo, acompañando esto de referencias verbales al respecto.

Boca arriba el niño, el educador le une sus manos en el campo visual, toca con las mismas el rostro del pequeño y luego su propio rostro, haciendo referencias verbales a esta acción igual que antes.

Actividad

- Estimulación de la tonicidad muscular de los pies.

Objetivo

Activar la irrigación nerviosa de las conexiones sinápticas de los dedos de los pies.

Metodología

Teniendo al niño acostado, el educador le acaricia con las manos abiertas, desde el rostro, pasando por el pecho y las piernas, hasta llegar a los dedos de los pies. Una vez ahí, ejercer una ligera fricción de cada dedo de los dos pies desde la base hasta la punta.

Actividad

- Estimulación del reflejo de la marcha.

Objetivo

Desarrollar el apoyo de los pies, para contribuir a la preparación para la pedestación.

Metodología

El educador, cogiendo al niño por las axilas, le hace poner sus pies en contacto con una superficie dura, ejerciendo una leve presión para que el pequeño propioceptivamente sienta dicha sensación. Esto se ha de realizar en diversos momentos de la vigilia y continuar durante todo el segundo y tercer mes, tratando de ejercer cada vez una mayor presión, pero sin llegar a alterar al niño.

En todas estas actividades de masajes y fricciones se ha de mantener una cálida relación afectiva con el niño, pues algunas de estas manipulaciones provocan reacciones de extrañeza en el mismo, y en algunos puede provocar rechazo si la actividad no se realiza correctamente. Ha de sostenerlo de vez en cuando en sus brazos y hacer contacto piel con piel, para que el pequeño pueda sentir el calor, el olor corporal y los latidos del corazón del educador.

Actividad

- Estimulación del complejo de animación.

Objetivo

Lograr la activación simultánea de los movimientos, el lenguaje y la comunicación afectiva

Metodología

El complejo de animación ha de estimularse desde el segundo mes y continuar durante todo el tercero.

La estimulación del complejo de animación es un contenido de singular importancia, tanto para el desarrollo de la comunicación verbal, como para la afectiva, motora y social, y constituye igualmente la base para la realización de otras actividades.

Para lograr su manifestación, el educador ha de colocar al niño boca arriba, acostado preferentemente en el corral o sobre una mesa, y a continuación, lo estimulará verbalmente procurando centrar la visión del niño en su rostro. Es importante recordar que la cara del educador debe estar en movimiento, preferentemente de lado a lado horizontalmente (y no verticalmente), pues de lo contrario, la respuesta puede ser débil o no producirse. Esta estimulación provoca una animación general del niño, que realiza movimientos con sus brazos y piernas, a la vez que emite sonidos guturales.

La animación general que se provoca en el complejo de animación es básica para la educación psicomotriz, pues el mismo interrelaciona los aspectos cognitivos, motores y afectivos simultáneamente, y constituye la base de estos procesos.

Actividad

- Estimulación de los centros nerviosos visoauditivos y propioceptivos.

Objetivo

Lograr la activación psicomotriz inicial de los centros nerviosos relacionados con el analizador visual y auditivo, y la propioceptividad.

Metodología

Este es el primer módulo de actividades que se ha de aplicar y cuenta con cuatro actividades que se realizan de manera simultánea o consecutiva.

- Poniendo al niño acostado de espalda a la mesa, el educador sostiene la pierna del pequeño por debajo con una mano y la otra la coloca de manera que el dedo pulgar quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Una vez en esta posición el educador ha de realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en dirección hacia arriba. Esta acción la ha de repetir de dos a cuatro veces.
- Estando el niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos, el educador lo llamará por su nombre para que intente buscar con la mirada la fuente del sonido, luego agita un juguete que produzca sonidos suaves (como puede ser un sonajero) llevándolo hacia un lado, hacia otro y hacia arriba-abajo con respecto al rostro del niño, con el fin de que busque la fuente productora del sonido, que ahora es de un objeto. Repetir 2-3 veces.
- Manteniendo al niño acostado de lado a la mesa, el educador de frente a él coloca una mano en el brazo para que el pequeño se mantenga en la posición, y con la otra pasa el dorso de su mano suavemente por la espalda en dirección hacia arriba, del lado que está apoyado en la mesa. Posteriormente colocará frente al niño un juguete brillante y sonoro que moverá de un lado a otro en dependencia de la posición en que se coloque al niño para que siga al objeto dentro de su campo visual. Repetir 2-3 veces por cada lado.
- Cogiendo al niño por debajo de sus axilas, el educador apoya los pies del pequeño en su abdomen (del adulto). Desde esta posición realizar movimientos laterales, libremente, lo cual ha de realizarse conversando con él y cantándole canciones suaves. Esta acción ha de repetirse 2-3 veces.

Actividad

- Estimulación del analizador visual y auditivo y de las sensaciones propioceptivas.

Objetivo

Activar conexiones nerviosas más complejas entre la percepción visoauditiva y su componente propioceptivo.

Metodología

Este segundo módulo cuenta con cinco actividades:

- Estando el niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos, se le coloca un objeto llamativo frente a él. En ese momento el educador ha de pasarle el dorso de sus manos a ambos lados de la columna vertebral desde los glúteos hacia el cuello, y con la palma de sus manos del cuello hacia los glúteos. Esto lo ha de repetir 2-3 veces.
- Poniendo al niño en posición decúbito supino sobre una mesa, el educador lo sostiene por los tobillos y con la otra mano le pasa un cepillo de cerdas suaves por el borde externo e interno del pie. Repetir 2-3 veces esta acción en cada pie.
- Teniendo al niño acostado de lado en la mesa, el educador lo sostiene con una mano y con la otra le mostrará un juguete brillante y sonoro dentro de su campo visual para que lo siga con la vista; y mantendrá el juguete en un lugar siempre a la vista del pequeño. Posteriormente conservando esa misma posición le pasará su dedo índice por la columna vertebral en dirección a los glúteos. Luego coloca al niño en la misma posición pero del otro lado de su cuerpo. Repetir una vez por cada lado.
- Acostado el lactante de espalda, el educador ha de pasar sus dedos índice y corazón sobre la línea alba del cuerpo del pequeño, desde el final del esternón hasta la pelvis. Esto lo ha de realizar 2-3 veces.
- Estando el niño acostado de espalda, el educador coloca una mano en las plantas de los pies, la otra en las rodillas, extender las piernas poco a poco y moverlas de abajo hacia arriba sin tocar la superficie de apoyo. Repetir 2-4 veces.

Actividad

- Activación de la discriminación y concentración visual y auditiva.

Objetivo

Fortalecer las conexiones nerviosas temporales de la percepción visual y auditiva, y su relación con las sensaciones motrices propioceptivas preparatorias para la reptación.

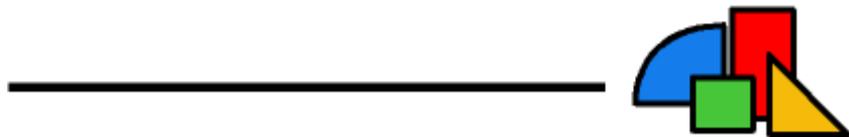
Metodología

Este módulo de actividades cuenta con cinco tareas psicomotrices:

- Poniendo al niño acostado boca abajo sobre la mesa, el educador ha de colocar una de sus manos en la planta de los pies del niño, y la otra la ha de pasar por debajo de las axilas, agarrándolo suavemente por el pecho. Al frente del pequeño situara un juguete atractivo para que el lactante intente desplazarse y trate de alcanzarlo. Repetir esta acción 2-3 veces.
- Acostado el niño de espalda, el educador le muestra un objeto llamativo a la altura de la vista, moviéndolo hacia los laterales para que lo siga con la mirada y realice torsión de la cabeza. Repetirlo unas 2-3 veces.
- Poner al niño en decúbito supino sobre una mesa, el educador lo agarra por debajo de las axilas y levanta algo el tronco para realizar un giro hacia la derecha y luego hacia la izquierda. Reproducir esta tarea 3-4 veces por cada lado.
- Estando el niño acostado de espaldas sobre mesa o superficie dura, el educador lo ha de estimular agitando un juguete sonoro a la altura de la vista y moviéndolo hacia detrás. Después ha de pasar un brazo por la espalda a la altura de los hombros, y colocando la palma de la otra mano en las plantas de los pies del pequeño le ejerce una ligera presión para que el niño extienda las piernas (empuja la mano) y se desplace hacia detrás. Esta acción se ha de repetir 2-3 veces.
- El lactante acostado de espaldas a la mesa, el educador le sostiene con una mano la pierna del pequeño por debajo, y la otra mano la coloca de manera que el dedo pulgar le quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Luego ha de realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en esa dirección. Repetir esta acción 2-3 veces con cada pie.



Actividades para niños de 3 a 6 meses



Los logros del desarrollo correspondientes a este período se muestran a continuación, en orden cronológico del cuarto al sexto mes de vida:

- ❖ Mantenido en posición ventral mantiene la cabeza en la línea media del cuerpo.
- ❖ Busca por el sonido un objeto que no está a la vista, y vuelve la cabeza hacia la fuente del sonido.
- ❖ Observa, toca y agarra los objetos o juguetes que cuelgan a la altura de su pecho.
- ❖ Llevado a sentado mantiene la cabeza erecta por un tiempo.
- ❖ Soporta un corto tiempo el ser mantenido de pie, con rodillas dobladas.
- ❖ Con un movimiento seguro toma el sonajero suspendido sobre el pecho.
- ❖ Sostiene el sonajero en sus manos.
- ❖ Patea vigorosamente estando acostado, alternando piernas y a veces al unísono, movimientos de reptación.
- ❖ Acostado boca abajo levanta el cuerpo apoyándose en las manos, estirando los brazos.
- ❖ Apoyado de espalda se gira boca abajo.
- ❖ Agita un objeto y lo golpea contra una superficie.
- ❖ Se para firme y con estabilidad cuando se le sostiene por debajo de los brazos.
- ❖ Permanece sentado con apoyo.
- ❖ Repta apoyado sobre el estómago, con movimientos activos de manos y pies.
- ❖ Explora los objetos que sostiene con sus manos, desde diferentes posiciones (de costado, boca abajo, boca arriba, etc.) y se entretiene con ellos.
- ❖ Se sonríe ante su imagen en el espejo, sostenido en los brazos del educador.
- ❖ Sigue un objeto llamativo en movimiento, hasta un arco de 180°.
- ❖ Acostado boca abajo se gira hacia arriba.
- ❖ Se mueve por una superficie dura (parque, una mesa, el suelo) ayudándose con las manos y haciendo movimientos de gateo.

En este trimestre las líneas directrices del desarrollo en la educación psicomotriz a brindar una estimulación más activa se corresponden con las siguientes:

1. Diferenciación (perfeccionamiento) visual y auditiva.
2. Manipulación de objetos (movimientos prensores de la mano).
3. Movimientos preparatorios del gateo.

Las mismas recomendaciones metodológicas del trimestre anterior (0-3 meses) se mantienen para este de 3-6 meses. Es importante recordar que estas actividades, tanto las de objetivos específicos como las modulares, tienen un carácter longitudinal, por lo que el educador ha de continuar trabajando aquellas que considere oportuno mantener del trimestre anterior, particularmente las referidos a la estimulación de los movimientos prensores de la mano y activación de la posición bípeda.

De igual manera algunas actividades de contenidos específicos pueden estar incorporadas dentro de los módulos de actividades, pues implican estimulaciones que son necesarias impartir previamente o como parte integral de dicho módulo.

Las actividades modulares tienen un carácter cíclico, por lo que al transitar hacia este trimestre, se mantendrán los módulos anteriores, haciéndoles las modificaciones pertinentes en aquellos comportamientos ya asimilados y organizándolos más complejos en el trimestre actual. Es por ello que en la siguiente recomendación de actividades psicomotrices, al iniciar la parte correspondiente a las actividades modulares de este trimestre de 3-6 meses, se vuelven a incluir algunos módulos de 0-3 meses con sus variaciones pertinentes.

Actividad

- Estimulación de la discriminación del receptor visual y auditivo en posición prona.

Objetivo

Activar los receptores visoauditivos con estímulos móviles estando boca abajo

Metodología

Teniendo al niño colocado boca abajo mover lentamente un objeto luminoso intenso, como una linterna o un encendedor, de izquierda a derecha, y a la inversa, hasta un ángulo de 180 grados, y de arriba abajo, para lograr el seguimiento visual.

El objeto con el cual se estimule esta acción, se le ha de dejar luego situado frente a sí, a una distancia de 25-30 cms. para incitarlo a que lo agarre. Propiciar a continuación que se apoye en sus manos y situarle el objeto a un costado de su mano preferencial, para que intente cogerlo apoyado en una sola mano.

Actividad

- Preparación de las premisas del conocimiento del propio cuerpo.

Objetivo

Iniciar las primeras nociones de conocimiento del esquema corporal.

Metodología

Situar un espejo grande (en el que se pueda observar todo el cuerpo) frente al niño y colocando a éste boca abajo, tratar de que fije su mirada en su imagen. Luego mover el espejo lentamente para intentar que el niño siga el movimiento de su imagen, y a continuación la acción inversa, mover al niño dejando estático el espejo.

Esta actividad persigue que el niño “descubra” su cuerpo, y lo relacione a su vez con una sensación propioceptiva.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de las extremidades inferiores.

Objetivo

Activar las conexiones nerviosas de los pies para su sensibilización propioceptiva.

Metodología

Colocando al niño en posición supina en una superficie dura, ubicar a la altura de sus pies tiras de aluminio, papel celofán o plástico, objetos de peluche y algún juguete que suene al ser golpeado, y tomando sus piernas, mostrarle cómo agitarlos, primero con un pie, luego con el otro, y más tarde uno y otro de manera alternativa, como pedaleando. Este pedaleo se puede activar también en el momento del baño o cambio de pañales, tratando de chapotear el agua con las piernas para reforzar la sensación propioceptiva.

También en vigilia inactiva, se le puede colocar objetos de diversa textura al contacto de sus pies, como una pelota suave, una esponja, una bola de algodón o semejantes, para que sienta diferentes sensaciones táctiles.

Actividad

- Estimulación de los giros del cuerpo.

Objetivo

Iniciar acciones de giros del cuerpo para propiciar el agarre posterior de objetos.

Metodología

Estando el niño situado en una superficie dura tomarle con una mano por las caderas y con la otra por el tronco y cabeza y voltearlo de lado suavemente a un lado, luego repetir la acción hacia el lado opuesto.

Una vez reforzada esta actividad y teniendo al niño acostado boca arriba, situar un objeto atractivo visible a un costado de su cuerpo, y estimularlo a que lo agarre dando la vuelta, esto unas veces a la izquierda y otras a la derecha. El educador podrá hacer una ligera presión sobre la espalda del niño, si se hace necesario, para incitar el movimiento de giro.

Actividad

- Exploración de partes del cuerpo (manos y pies).

Objetivo

Continuar desarrollando premisas del conocimiento del esquema corporal.

Metodología

Colocando al niño acostado boca arriba tomar sus manos y llevarlas a que se toquen, estimular su manipulación. Luego, en la misma posición coger sus pies y elevarlos en su campo visual, y si el niño espontáneamente no hace intención de agarrarlos, llevar ambas manos para que los explore, esto se hará varias veces hasta lograr que por sí solo, al poner los pies en su rango de visión, el niño haga intención de asirlos.

Actividad

- Estimulación de la prensión con ambas manos.

Objetivo

Activar el agarre de objetos grandes con las dos manos simultáneamente.

Metodología

Teniendo al niño sentado en el regazo del educador, ofrecerle objetos grandes para estimularlo a que los coja con ambas manos, tales como una pelota grande, una caja de cartón, un muñeco de peluche, estos objetos deben variar y tener texturas diferentes. Estos juguetes han de ir presentándose, a través de los días, en tamaños cada vez más pequeños una vez que el niño se haya acostumbrado a explorar los más grandes con las dos manos.

También se le puede ofrecer objetos geométricos volumétricos grandes, como un cubo decorado con dibujos sencillos, una pirámide coloreada, un rectángulo plástico con figuras, que son de difícil agarre, para que sienta propioceptivamente como se deslizan de sus manos, y estimule a sujetarlos más fuertemente, en este caso, el educador ha de procurar ayudarle a sostener el objeto si ve que se les va de la mano.

Actividad

- Estimulación del agarre en posición supina y relación con un resultado.

Objetivo

Lograr que el niño por iniciativa propia tome objetos que están en su campo visual, y que perciba que por su acción se da un efecto.

Metodología

Esta actividad comprende varias acciones, todas éstas persiguen que el niño cuando está en su propia actividad, se ejercite en el agarre de objetos y comience a percibir que de su acción se obtiene un resultado.

Estando en la cuna, colocar a la altura de su pecho una cuerda de la que cuelguen varios objetos llamativos, que puedan sonar al contacto, dar vueltas, emitir una luz, etc. Aquí lo importante es que en el juguete dé un efecto debido a la acción que el niño realiza, para que se pueda establecer una asociación entre ambos hechos: la acción motriz y un resultado perceptual en el objeto, por lo que se deben eliminar los juguetes estáticos o que no producen un efecto.

Los objetos han de variarse y en la cuerda se ha de comenzar por uno solo de inicio, luego añadir otro, hasta tener tres o cuatro a la vista y alcance del niño.

Actividad

- Visualización de objetos en automovimiento.

Objetivo

Llamar la atención del niño hacia objetos o juguetes que realizan una acción.

Metodología

Sosteniendo al niño sobre su regazo, el educador ha de situar juguetes de cuerda o que emitan señales luminosas o sonoras (pero que se muevan) en su campo visual, para que el niño los observe. También puede deslizar un carrito, trencito o muñeco que se mueva dentro de su campo visual.

La intención no es aún que el niño los agarre, sino que tan sólo concentre su atención en el objeto que se mueve, la estimulación al agarre se ha de hacer una vez que se haya logrado que el niño dirija su atención hacia estos objetos que se mueven a su vista.

Actividad

- Estimulación de búsqueda de objetos fuera del campo visual del niño.

Objetivo

Lograr la activación de los receptores visuales y auditivos hacia estímulos que no están en su rango de visión.

Metodología

Estando el niño acostado o sentado y sin que éste lo vea, el educador ha de hacer sonar un objeto, tal como un cascabel, una campanilla, un llavero o similar, para atraer la atención del niño. Una vez que se logra la concentración en la fuente productora del sonido, mostrar el objeto para que lo vea y desplazarlo lentamente dentro de su campo visual para que lo siga con la vista. Una vez hecho esto, hacer sonar otro desde otra posición para que el niño se dirija a la nueva fuente de sonido.

Lo importante en esta actividad es que el objeto inicie su estimulación fuera del campo de visión del niño, y que aparezca y desaparezca desde distintas posiciones.

Actividad

- Fortalecimiento de los músculos de la nuca, hombros y espalda.

Objetivo

Activar propioceptivamente zonas musculares básicas de las acciones psicomotrices.

Metodología

Teniendo al niño colocado boca abajo con las piernas estiradas, coger sus brazos por los codos y estirados hacia delante, ponerlos de manera que las palmas de las manos se toquen con los pulgares hacia arriba. En esta posición el niño levanta la cabeza fortaleciendo los músculos de la nuca, los hombros y la espalda.

Actividad

- Fortalecimiento de los músculos de los muslos, piernas y pies.

Objetivo

Activar propioceptivamente zonas musculares básicas para el futuro gateo y locomoción.

Metodología

Colocando al niño en posición supina, estirarle las piernas sujetando por encima de los tobillos, después doblarlas sobre el abdomen y volverlas a estirar. Esto se ha de repetir tres o cuatro con las dos piernas y luego otras tantas alternándolas. Con esto se pretende fortalecer los músculos de las piernas y estimular los movimientos del intestino.

Luego, y en esta misma posición anterior sujetar una pierna en alto y situar el dedo del educador en la planta del pie, bajo los dedos. Cuando el niño presione el dedo del adulto, lo desplaza ligeramente hacia los lados, procurando no exceder mucho este ángulo, pues puede molestarle. De esta manera se ejercitan los músculos de la pierna, los dedos y el arco del pie.

Finalmente, continuando el niño de espaldas, con el cuerpo bien pegado a la superficie y las rodillas hacia los lados, el educador lo agarra por los tobillos y une las plantas de los pies (los talones, el borde exterior de los pies y los dedos) mientras con los pulgares le acaricia las plantas de los pies hasta los dedos gordos, favoreciendo así la formación del arco del pie y los músculos de las piernas.

Actividad

- Fortalecimiento de los músculos de las piernas y muslos (continuación).

Objetivo

Activar propioceptivamente estas zonas musculares en etapas inmediatas al gateo.

Metodología

Hacia mediados del sexto mes se comienza a realizar esta actividad, como una de las fases preparatorias para fortalecer los músculos que han de intervenir activamente en el gateo y la posición sentada.

Estando el niño de espaldas sujetarle con firmeza por las rodillas, y estirarlas hasta llevarlas hacia el pecho, bajándolas después a la posición original.

En esta misma posición, se le colocan juntas las plantas de los pies con las rodillas abiertas (postura de rana) y sujetas por los tobillos y pies se elevan hasta acercarlos a la cara del niño. Esto fortalece los músculos de piernas y caderas.

Actividad

- Fortalecimiento de los músculos de la mano.

Objetivo

Continuar activando y fortalecimiento los pequeños músculos de la mano como premisas del agarre.

Metodología

Esta actividad es una continuidad de otras anteriores, pero en la que se hace una ejercitación más intensa de los músculos finos de la mano del niño.

Estando el niño sentado o acostado, se le sujetan sus dos manos por la zona de la muñeca, entonces el educador con su pulgar presiona con suavidad la palma de la mano del niño, mientras que con el otro pulgar separa sus dedos y los acaricia desde la base de la mano hacia las yemas. Luego voltea las manos del niño y realiza la misma acción pero ahora sobre el dorso, desde la muñeca al final de las uñas.

Actividad

- Estimulación de la columna cervical y tronco del cuerpo del niño.

Objetivo

Activar la propioceptividad de las zonas musculares de la columna cervical y tronco.

Metodología

Poniendo al niño boca abajo, y con las piernas estiradas, el educador lo agarra por encima de los tobillos y le levanta las piernas y parte del tronco, procurando que los hombros y la cabeza no se muevan ni que el arco que se logra sea extremo para no molestarle.

Luego lo sitúa sobre la espalda, y sujeta con las manos sus costados y le levanta un poco, de este modo se ejercita la columna cervical y los músculos del abdomen.

Actividad

- Estimulación activa a la posición de sentado.

Objetivo

Activar propioceptivamente y fortalecer la zona muscular como preparación para la adquisición de la posición de sentado.

Metodología

Este grupo de actividades se han de realizar hacia el sexto mes de vida, y todas ellas están dirigidas a facilitar la adquisición de la posición de sentado.

Poniendo al niño boca arriba, llevarle hasta la posición de sentado, lentamente, mediante una ligera tracción sobre sus antebrazos, tal como se ha orientado en actividades anteriores. Se puede acompañar esta acción diciendo "arriba", para que el niño relacione la acción con el estímulo verbal.

En esta acción el educador ha de ir disminuyendo progresivamente la tracción, para que el niño sujeto a sus manos vaya realizando por sí solo el esfuerzo hasta sentarse.

El educador también ha de colocar al niño, a ratos, sentado con las piernas extendidas, sujetándolo entre almohadones para que no se caiga, y le ofrecerá juguetes en esta postura.

También el educador ha de coger al niño, y colocando su espalda contra su pecho, lo ha de sujetar por la cintura e intentar que mantenga así la espalda derecha, y en la medida en que el niño domine esta posición, ir bajando progresivamente la sujeción hasta la altura de las caderas.

De igual manera el educador ha de sentar al niño sobre una superficie dura con las piernas extendidas en forma de V y las manos en el espacio que queda entre ellas, ayudándole con almohadones o saquitos de arena para que se apoye.

Actividad

- Estimulación pasiva de la posición de sentado.

Objetivo

Acostumbrar propioceptivamente al niño a estar mantenido en posición de sentado.

Metodología

Situar al niño dentro de una caja pequeña de cartón que no se doble, sentándolo apoyado con un cojín en su espalda. El borde de la caja le llegará justo hasta las axilas, y dejando los brazos fuera, lo que le permite manipular los diferentes objetos que le sean ofrecidos por el educador.

También se le puede sentar en una silla y atarlo con un pañal alrededor del pecho y espalda, esta silla ha de tener delante una pieza en la que se puedan colocar diversos objetos a su vista, para que se entretenga en su manipulación.

Lo básico de estas actividades es que no se ejerce una estimulación motriz directa sobre los músculos, sino que se realiza una acción propioceptiva pasiva de los mismos.

Actividad

- Estimulación de la discriminación visoauditiva.

Objetivo

Continuar activando las relaciones entre los receptores visual y auditivo.

Metodología

Estando el niño sentado con apoyo o boca abajo, estimularle con un objeto llamativo y de colores brillantes que emita algún sonido. Después de llamar su atención, semicubrir el juguete ante sus ojos con un pañal, e incitarlo verbalmente a que lo busque.

Es importante que en esta fase el niño observe que se le oculta ante sus ojos, y que una parte del mismo quede visible (es decir, que no se cubra totalmente con el pañal).

Actividad

- Estimulación de la prensión simultánea de objetos.

Objetivo

Lograr que el niño se active a la búsqueda de objetos que cambian.

Metodología

Estando el niño sentado con apoyo, ofrecerle un objeto pequeño para que lo agarre. Una vez hecho esto, ofrecerle otro, y otro, para que agarre ambos a la vez con cada mano, suelte uno y tome el siguiente, etc.

Esto se ha de procurar hacerlo desde diferentes lugares de su campo visual (arriba, abajo, desde un lado, desde distinta distancia).

Esto también ha de hacerse desde otras posiciones, acostado boca arriba, boca abajo, de lado, en el regazo del educador, etc.

Actividad

- Estimulación del analizador visual y auditivo y de las sensaciones propioceptivas.

Objetivo

Activar conexiones nerviosas más complejas entre la percepción visoauditiva y su componente propioceptivo.

Metodología

Este es el segundo módulo del trimestre anterior, que se ha de seguir ejercitando a principios del cuarto mes, con sus modificaciones. Este módulo también cuenta con cinco actividades.

- Estando el niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos, se le coloca un objeto llamativo frente a él. En ese momento el educador ha de pasarle el dorso de sus manos a ambos lados de la columna vertebral desde los glúteos hacia el cuello, y con la palma de sus manos del cuello hacia los glúteos. Esto lo ha de repetir 2-3 veces.
- La posición del objeto ha de variarse ahora, situando también en un ángulo de su visión.
- Poniendo al niño en decúbito supino sobre una mesa, el educador lo sostiene por los tobillos y con la otra mano le pasa un cepillo de cerdas suaves por el borde externo e interno del pie. Repetir esta acción 2-3 veces en cada pie.
- Teniendo al niño acostado de lado en la mesa, el educador lo sostiene con una mano y con la otra le mostrará un juguete brillante y sonoro dentro de su campo visual para que lo siga con la vista; y mantendrá el juguete en un lugar siempre a la vista del pequeño. Posteriormente conservando esa misma posición le pasará su dedo índice por la columna vertebral en dirección a los glúteos. Luego coloca al niño en la misma posición pero del otro lado de su cuerpo. Repetir una vez por cada lado.
- Acostado el niño de espalda, el educador ha de pasar sus dedos índice y corazón sobre la línea alba del cuerpo del pequeño, desde el final del esternón hasta la pelvis. Esto lo ha de realizar 2-3 veces.
- Estando el niño acostado de espalda, el educador coloca una mano en las plantas de los pies y la otra en las rodillas, extender las piernas poco a poco y moverlas de abajo hacia arriba sin tocar la superficie de apoyo. Repetir 2-4 veces.

Actividad

- Activación de la discriminación y concentración visual y auditiva.

Objetivo

Fortalecer las conexiones nerviosas temporales de la percepción visual y auditiva, y su relación con las sensaciones motrices propioceptivas preparatorias para la reptación

Metodología

Este módulo de actividades cuenta con cinco tareas psicomotrices:

- Poniendo al niño acostado boca abajo sobre la mesa, el educador ha de colocar una de sus manos en la planta de los pies del niño, y la otra la ha de pasar por debajo de las axilas, agarrándolo suavemente por el pecho. Al frente del pequeño situara un juguete atractivo para que el lactante intente desplazarse y trate de alcanzarlo. Repetir esta acción 2-3 veces.
- Luego, en la medida en que el niño domine esta acción, el educador solamente pondrá sus manos en las plantas de sus pies, y ejercerá un pequeño empuje para estimularlo al desplazamiento.
- Acostado el niño de espaldas, el educador le muestra un objeto llamativo a la altura de la vista, moviéndolo hacia los laterales para que lo siga con la mirada y realice torsión de la cabeza. Repetirlo unas 2-3 veces.
- A partir del quinto mes, mover el objeto también de arriba-abajo, para estimular el arco del cuello.
- Estando el niño en posición de decúbito supino sobre una mesa, el educador lo agarra por debajo de las axilas y levanta algo el tronco para realizar un giro hacia la derecha y luego hacia la izquierda. Reproducir esta tarea 3-4 veces por cada lado.
- Situar un objeto al lado en que se va a girar al niño, para lograr su participación activa.
- Estando el niño acostado de espaldas sobre la mesa o superficie dura, el educador lo ha de estimular agitando un juguete sonoro a la altura de la vista y moviéndolo hacia detrás. Después ha de pasar un brazo por la espalda a la altura de los hombros, y colocando la palma de la otra mano en las plantas de los pies del pequeño le ejerce una ligera presión para que el niño extienda las piernas (empuja la mano) y se desplace hacia detrás. Esta acción se ha de repetir 2-3 veces.

- Poner al niño acostado de espaldas a la mesa, el educador le sostiene con una mano la pierna por debajo y la otra mano la coloca de manera que el dedo pulgar le quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Luego ha de realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en esa dirección. Repetir esta acción 2-3 veces con cada pie.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de planos musculares y su relación con la estimulación visoauditiva.

Objetivo

Continuar con la activación de las zonas nerviosas que relacionan la propioceptividad con la estimulación visual y auditiva.

Metodología

Este es de los módulos correspondientes al trimestre actual, que tienen sus bases en las actividades modulares anteriores. El mismo consta de cinco actividades psicomotrices.

- Estando el niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos, el educador por detrás del pequeño y fuera de su campo de visión le ha de mostrar un juguete que sitúa frente a su vista y a un lado, realizando algunos movimientos para que gire el tronco hacia ambos lados. Repetir 3-4 veces por cada lado.
- Acostado boca abajo con apoyo de antebrazos, el educador ha de estimular al niño con un objeto sonoro para la búsqueda del sonido fuera de su campo visual. Mantener el objeto de frente al niño y en esta posición hacele movimientos suaves con el dorso de las dos manos desde los glúteos hacia el cuello, y del cuello a los glúteos con la palmas. Repetir de 4 a 6 veces.
- Manteniendo al niño acostado de frente a la mesa, realizar un suave y ligero pellizqueo en los glúteos hasta lograr que extienda las piernas por reflejo. Repetir 4-5 veces.
- Boca arriba, el educador agarra al niño por debajo de las axilas y levanta algo el tronco para realizar medio giro hacia la derecha y hacia la izquierda, en una acción continuada. Repetir 3-4 veces por cada lado.
- Acostado de espalda a la mesa, se le ha de mostrar un juguete para que el niño lo siga con la vista, después se ha de pasar el dedo índice y del medio sobre la línea alba desde el final del esternón pasando por el ombligo y hasta la pelvis. Repetir 3-4 veces.

Actividad

- Fortalecimiento de planos musculares por estimulación propioceptiva.

Objetivo

Continuar fortaleciendo los músculos que han de intervenir en el gateo.

Metodología

- Estando el niño acostado de espalda a la mesa, el educador lo ha de sujetar por los tobillos y le eleva las piernas. Frente al pequeño se sostiene un juguete sonoro para que se estimule a alcanzarlo. Repetir 3-4 veces.
- En la misma posición de boca arriba, el educador ha de tomar el tobillo del niño y pasar un cepillo de cerdas suaves o el dedo por la planta del pie. Repetir 3-4 veces por cada pie.
- Estando el niño acostado de espalda a la mesa, el educador lo sostiene por debajo de las axilas con ambas manos para ponerlo en posición vertical (parado). Insistir en que el niño baile (pero no dejando que se apoye en sus pies completamente). Repetir 2-3 veces.
- Estando acostado de frente a la mesa, pasar las dos manos suavemente por la espalda del pequeño, desde los glúteos hacia arriba sin tocar la columna vertebral. Colocar objetos en la mesa para que los visualice. Repetir 3-4 veces.
- El niño acostado de espalda a la mesa, el educador ha de sostener un juguete a la altura del ombligo del niño para que intente alcanzarlo con los pies o las manos. El juguete se aleja y se acerca del niño. Repetir 3-4 veces.

Actividad

- Fortalecimiento de músculos de tronco, piernas y pies mediante ejercicios activos.

Objetivo

Activar la respuesta motriz ante estímulos diversos, físicos y perceptuales.

Metodología

Este módulo cuenta con cinco actividades:

- Boca bajo el niño, el educador lo sostiene por la axila más cercana y el muslo más separado a él, provocando un giro para llevarlo a la posición de boca arriba. Esta acción se ha de repetir hacia el otro lado. Hacerlo 2-3 veces.
- Estando el niño acostado de frente a la mesa, el adulto lo sujeta por los tobillos y le eleva las piernas. Frente al pequeño se coloca un juguete para que se estimule a alcanzarlo. Alejar el juguete para producir estiramiento, y posteriormente permitir que el pequeño lo agarre. Repetir 3-4 veces.
- Acostado de espalda a la mesa, tomar al niño por el tobillo y pasar un cepillo de cerdas suaves o el dedo por la planta del pie. Repetir 3-4 veces en cada pie.
- En la misma posición anterior, el educador le colocará un juguete que cuelgue por encima del ombligo, hacer que intente alcanzarlo con los pies o con las manos. Repetir 3-4 veces.
- Estando el niño acostado de frente a la mesa con el apoyo de antebrazos, el educador lo llamará por su nombre para que busque con la mirada, después toma un juguete que produzca sonidos suaves llevándolo hacia un lado, hacia el otro y hacia arriba-abajo con el fin de lograr que busque la fuente productora del sonido con similares movimientos de la cabeza y tronco (arriba, abajo y torsiones). Repetir 3-4 veces.

Actividad

- Activación de zonas musculares relacionadas con el gateo.

Objetivo

Activar propioceptivamente los músculos asociados a la acción del gateo.

Metodología

Esta actividad modular tiene cinco actividades:

- Poner al niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos. Acariciarle la espalda (de arriba hacia abajo para que se produzca una extensión del cuerpo). Repetir 4-5 veces.
- Acostado de espaldas, el educador le ha de brindar sus pulgares para que el niño los agarre, y una vez logrado esto, elevar los brazos extendidos hacia el lateral, al frente y flexionarlos al pecho. Repetir de 2-3 veces.
- Manteniendo esta posición se ha de pasar el brazo del educador por la espalda a la altura del hombro y colocará la palma de su mano en las plantas de los pies del pequeño estimulando el desplazamiento. Repetir 4-5 veces.
- Estando el niño acostado de frente a la mesa, el educador coloca una de sus manos en la planta de los pies del niño, y la otra la pasará por debajo de las axilas, de manera suave, a la vez que pone un juguete atractivo en su campo visual para estimular a que se desplace y trate de alcanzarlo. Facilitar que el niño lo agarre.
- Estando el niño tumbado de espaldas a la mesa, sostener la pierna del pequeño por debajo con una mano y la otra colocarla de manera que el dedo pulgar quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en la misma dirección. Repetir 2-3 veces con cada pie.

Actividad

- Estimulación del gateo y de la posición de sentado.

Objetivo

Activación de acciones psicomotrices que están en fase de adquisición inmediata.

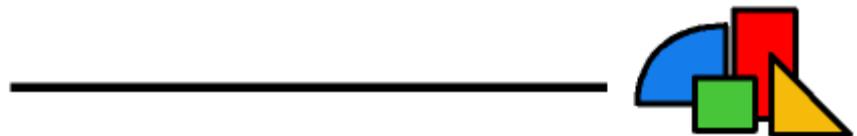
Metodología

Este módulo también cuenta con cinco actividades psicomotrices:

- Estando el niño acostado boca arriba, se le ofrecen dos aros pequeños para que tome uno con cada mano. A su vez el educador sostiene los aros de la misma forma, y le separa los brazos extendidos al niño hasta ponerlos en contacto con la mesa en posición horizontal, posteriormente los lleva al frente y luego los entrecruza. Esta acción se ha de repetir 3-4 veces.
- Acostado boca abajo, se le coloca un juguete a un lado y otro para estimular que realice giros hacia la derecha e izquierda, y agarre el objeto. Esta estimulación ha de repetirse 3-4 veces por cada lado.
- Boca arriba tomar al niño por el tobillo y pasar un cepillo de cerdas suave o el dedo por la planta del pie, y de inmediato con los dedos se ha de rozar ligeramente el interior de los muslos para que los separe. Alternar con cada pie, tres o cuatro veces.
- Acostado de espalda, el adulto sostiene las piernas y realiza flexión y extensión de forma alternada. Repetir 2-3 veces.
- Estimular con un juguete al niño para que intente gatear en diferentes direcciones por el suelo u otra superficie dura para alcanzar el objeto. Darle pequeños empujones en la planta de los pies para que se anime a desplazarse si no logra hacerlo por sí mismo.



Actividades para niños de 6 a 9 meses



En este trimestre los logros del desarrollo de los niños correspondientes al séptimo, octavo y noveno mes son:

- ❖ En posición supina, levanta la cabeza para mirar sus pies.
- ❖ Acostado boca arriba levanta los pies en vertical y agarra uno o los dos.
- ❖ Realiza acciones simples con los objetos, los golpea, los agita.
- ❖ Pasa un objeto de una mano a la otra, lo deja caer y lo recoge.
- ❖ Logra sostener un objeto en cada mano, y mira a un tercero que esté en su rango de acción, puede soltar uno para coger el otro.
- ❖ Gatea mucho y bien.
- ❖ Se sienta solo y desde la posición de sentado, se acuesta.
- ❖ Aguantándose del borde del parque o del de una silla se levanta, se para y se agacha, sin ayuda.
- ❖ Da pasitos aguantándose del borde de la cuna o el parque.
- ❖ Actúa con los objetos en dependencia de sus propiedades: rueda una pelota, saca un objeto de otro, aprieta y suelta juguetes de goma, etc.
- ❖ Camina de un objeto a otro, aguantándose ligeramente con sus manos.
- ❖ De pie, se inclina para alcanzar un objeto en el suelo.

Las líneas directrices de la psicomotricidad en este trimestre son:

1. Desarrollo del gateo y premisas de la marcha independiente.
2. Dirección de la acción motriz hacia un objetivo en dependencia de las propiedades de los objetos.
3. Correlación de las acciones motrices con su expresión verbal.

Las recomendaciones metodológicas de los trimestres anteriores (0-3 meses y 3-6 meses) se mantienen, recordando que las actividades, tanto las de objetivos específicos como las modulares, tienen un carácter longitudinal, por lo que el educador podrá continuar trabajando aquellas que considere oportuno, en particular las referidas a las de los movimientos prensores de la mano y las de la activación de la posición bípeda.

A su vez algunas actividades de contenidos específicos pueden ser incorporadas dentro de los módulos, pues implican estimulaciones que son necesarias realizar como acciones preparatorias.

También se precisa que estas actividades modulares tienen un carácter cíclico, por lo que al transitar hacia este trimestre, se mantendrán algunos de los módulos del trimestre anterior, con las modificaciones que se estimen pertinentes de acuerdo con el mayor desarrollo de los niños.

Actividad

- Percepción de objetos que desaparecen y sus acciones correspondientes.

Objetivo

Reforzar acciones derivadas de la permanencia de la imagen del objeto.

Metodología

Esta actividad es una continuidad de la realizada en el trimestre anterior, en la que los objetos se les ocultaban parcialmente a la visión del niño. Ahora se pretende que el niño reaccione ante la imagen de un objeto que desaparece totalmente ante su vista.

A partir de la estimulación que se haga para el agarre de objetos que se les ubican a su alrededor, ahora se le esconde el objeto debajo de un pañal o un cartón, sin que se vea parte alguna del mismo, y se incita al niño a que lo busque. Este juguete también puede esconderse bajo una caja, una palangana boca abajo, un jarro o similar.

También el objeto podrá ser escondido en sitios cercanos, tras un mueble, la esquina del parque, una mesa baja, entre otras opciones, y que conlleve no sólo la búsqueda al alcance de la mano, sino trasladarse para obtenerlo. En todo caso el niño debe observar cuando se le esconde el juguete que se le oculta totalmente.

Actividad

- Reforzamiento de la percepción de objetos en movimiento.

Objetivo

Estimular la percepción visual de objetos que se mueven para fortalecer los movimientos oculares.

Metodología

La intención de estas actividades es que el receptor visual del niño sea forzado a seguir un juguete u objeto que se desplaza de manera rápida ante sus ojos, y no como en el trimestre anterior en que estos desplazamientos se hacían de forma lenta.

Para este objetivo pueden hacerse varias tareas psicomotrices:

- Situar frente al niño algún objeto de cuerda que se desplace rápido y estimular a que lo agarre (lo cual ha de implicar un seguimiento correspondiente de los ojos).
- Inflar un globo frente al niño e intentar que fije la mirada en los movimientos que se realiza con el globo. En un momento determinado soltarlo dejando escapar el aire, para que siga la trayectoria con la vista.
- Hacer botar una pelota pequeña ante su vista, sobre el suelo o sobre una mesa, dependiendo de la posición del niño.
- Utilizar cajas de sorpresa en las que, ante el toque de un resorte, se expulse un acordeón con un payaso, o salten pequeñas pelotas, o se mueva un cuco acompasadamente, entre otras variantes.

Actividad

- Realización de acciones con objetos que están relacionados entre sí.

Objetivo

Activar la asociación de acciones con objetos que guardan una relación uno con otro.

Metodología

Estas actividades son preparatorias de otras más complejas que se han de iniciar en el siguiente trimestre, y donde ahora se pretende que el niño experimente hacer cosas con objetos que tienen relación entre sí.

Entre las mismas se encuentran:

- Situar un aro con una cinta atada hacia el niño, y estimular al mismo a que atraiga el aro hacia sí tirando de la cinta.
- Ofrecerle un recipiente ancho y varios objetos pequeños, e incitarlo a que los saque y los meta.
- Situarlo frente a un mueble que tenga gavetas pequeñas fácilmente deslizables y animarle a que abra y cierre las gavetas. Esta actividad puede combinarse con la anterior, para que meta y saque objetos en las acciones de abrir y cerrar las gavetas.
- Darle un tubo transparente tapado en sus extremos y que contenga en su interior bolas de diferentes colores y estimularlo a que las saque, esto hará que el niño mueva el tubo y le dé vueltas y las bolas rueden de un extremo a otro.
- Esconder una pelota de goma debajo de un tapete o mantel que la cubra sobre una mesa, y enseñar al niño como tirar del mantel para acercar y tomar la pelota, esto también puede hacerse poniendo el objeto sobre la pieza de tela, usar un cartón, etc.
- Inflar un globo en la presencia del niño, atarle un cordel o cinta, y darle el extremo libre para que tire del mismo, mostrándole el modo de hacerlo. Esto también puede ser una actividad para la estimulación de la pinza digital, si el educador refuerza que el niño tome el cordel con sus dedos índice y pulgar.

- Poner ante la vista del niño un juguete de arrastre que al tirar de la cuerda, emita sonidos al desplazarse. Ofrecerle la cuerda para que tire de ella y atraiga el objeto hacia sí, a la vez que observa movimientos y escucha sonidos.
- Darle al niño algunos juguetes u objetos con botones que al presionarlos emitan sonidos distintos, como un piano infantil, una flauta, etc. También pueden usarse para este objetivo muñecos o peluches que al presionarles en un lugar determinado reproduzcan una canción.

Actividad

- Habitación a la prensión de objetos iguales de diferente tamaño.

Objetivo

Familiarizar al niño con las distintas dimensiones de un mismo objeto.

Metodología

Esta actividad pretende que el lactante se ponga en contacto con objetos similares pero que tienen una proporción diferente, se ha de procurar que los objetos sean lo más parecidos posibles, pues esta actividad no es de generalización sino de diferenciación de tamaño.

Para esto se puede sentar al niño delante de una mesa, y mostrarle un objeto cualquiera, por ejemplo una pelota, y se le nombra. Luego cuando esté explorándolo se le ha de enseñar otro exactamente igual pero más grande, y hacérselo notar propiciando que observe y manipule los dos.

Una vez que ya el niño se ha acostumbrado a ver dos objetos iguales de distinto tamaño, se puede colocar sobre la mesa una cucharilla de café, por ejemplo, para que la observe y manipule, luego darle una más grande, y finalmente ofrecerle una cuchara sopera, estimulándole a que juegue con ellas. Estas diferencias se han de expresar verbalmente por el educador, y hablarle en todo momento del nombre y tamaño de estos objetos.

También ha de ejercitarse la acción inversa, dándole al niño un balón de playa inflable o una pelota grande y permitir que manipule el objeto. Después el educador ha de colocar a su alcance la pelota o el balón inflable de colores parecidos pero de tamaño muy inferior.

Otros objetos pueden ser usados con este propósito, así el educador podrá poner al alcance del niño un palo o barra de madera larga y después de que la explore y manipule, ofrecerle otra similar pero muy corta.

Esta tarea siempre ha de acompañarse del reforzamiento verbal por el educador de la diferencia de tamaño entre los objetos.

Actividad

- Estimulación de los músculos finos de los dedos y manos.

Objetivo

Activar las conexiones nerviosas de los músculos que intervienen en la pinza digital.

Metodología

Lo distintivo de esta actividad es que los objetos que se ofrecen al niño han de ser bien pequeños, de modo que se le incite a agarrarlos mediante los dedos índice y pulgar (pinza digital), estos objetos pueden ser bloques, cuentas, pepitas, entre otros muchos. Algo importante es que se hace necesario controlar muy bien lo que hace el niño, para impedir que se los pueda llevar a la boca y provocar un accidente. Esto lo puede favorecer el educador, poniendo los dedos índice y pulgar del niño sobre el objeto.

También se le puede dar un envase plástico transparente con tapa y estimular al niño que la enrosque y desenrosque, eso se apoya en una pastilla que se introduce en el envase. En este trimestre se le enseña como meter la pastilla en el frasco y como tapanlo, pero en el siguiente esto ha de realizarse de manera más compleja, como se explica posteriormente.

La ejercitación propioceptiva del dedo índice y el pulgar para la prensión en forma de pinza se puede hacer introduciendo primero el índice en todo tipo de espacios pequeños, tales como sortijas, cerraduras, bocas de frascos, etc., tratando de que el niño mantenga el resto de la mano cerrada. Esto se ha de repetir con su dedo pulgar.

De igual manera el educador podrá cerrar la mano del niño dejando su dedo índice libre, y con éste, enseñarle a apretar timbres, a manipular el interruptor para encender o apagar la luz, a tocar las teclas de un piano de juguete, entre otras muchas acciones. Esto también ha de hacerse con el dedo pulgar.

También el educador podrá enseñarle al niño láminas plásticas en la que se observen representados objetos y animales de forma simple, y pedirle al niño que señale estas imágenes que se le muestran, si extiende toda la mano, cerrársela dejando libre el dedo índice y llevarlo a señalar el dibujo.

Actividad

- Desarrollo de la prensión simultánea de dos o más objetos.

Objetivo

Hacer más complejas las acciones psicomotrices relacionadas con el agarre de objetos

Metodología

Utilizando objetos pequeños que quepan en la palma de la mano del niño (pieza de encajar, un cubo pequeño, una pinza de ropa, una pelotita, etc.) el educador le ofrece uno primero para que lo tome con una mano y luego otro, para que lo agarre con la otra mano.

Teniendo el niño ambas manos ocupadas se le llama la atención sobre un tercer objeto, tal como botar una pelota pequeña, o mostrar un juguete de cuerda y colocarlo sobre la mesa para que lo observe. Luego el educador lo ha de incitar a que tome este tercer objeto, a lo que el niño podrá soltar uno de los que ya tiene para agarrar el tercero, o tratar con ambas manos ocupadas de asir este último, en cualquier caso se ha logrado el objetivo de la acción psicomotriz.

La tercera acción puede ser de igual manera el inflar un globo delante de su vista y, en el momento que le preste atención, acercárselo para que intente cogerlo, o manipular un títere pequeño, o agitar un sonajero, entre otras tantas acciones.

Actividad

- Activación propioceptiva de los distintos planos musculares.

Objetivo

Estimular las conexiones y terminaciones nerviosas de diversos músculos del cuerpo mediante su activación propioceptiva.

Metodología

Las actividades de este grupo consisten en la realización de activaciones musculares o masajes que se han de realizar sistemáticamente en el trimestre con el niño, para lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, y se dirigen a estimularle desde la cabeza hasta los pies.

Entre las mismas se encuentran:

- Poner las dos manos sobre la cabeza del niño y deslizarlas suavemente desde el centro hasta la barbilla pasando por detrás de las orejas. Hacerlo de dos a cuatro veces.
- Situar luego las manos en el centro de la frente del niño, pasar por las sienes, e ir hasta la parte media trasera de su cabeza. Repetir de dos a cuatro veces.
- Estando el niño acostado boca arriba el educador ha de colocar sus manos en el centro del pecho del niño y deslizarlas hacia los brazos, para bajar por los lados hasta las caderas, y una vez allí, subirlas de nuevo al centro del pecho. Esto lo podrá repetir hasta tres o cuatro veces.
- En la misma posición pasar la palma de la mano desde la cadera derecha del niño hasta su hombro izquierdo y luego con la otra ir desde la cadera izquierda hasta el hombro derecho. Hacerlo varias veces.
- Con la mano, hacer movimientos circulares suaves sobre el ombligo del niño, en el sentido de las agujas del reloj.
- Estando boca abajo pasar las manos desde el centro de la cabeza hacia los lados y pasando por los laterales de la nuca llegar hasta los hombros. Hacer esto dos veces a lo sumo.

- Manteniendo la posición anterior el educador, con sus dedos índice y corazón en la nuca del niño, los desliza por la columna vertebral hasta las nalgas y continúa hasta los tobillos. Al hacer este masaje el educador ha de sujetar con su otra mano los dos pies del niño colocando un dedo entre ambos y elevándolos un poco.
- De igual modo, el educador con una mano sujeta la muñeca del niño y con la otra le acaricia el brazo desde el hombro hasta la muñeca, luego cambia de mano y repite el masaje otra vez a partir del hombro. Una vez hecho esto invertir para realizarlo con el otro brazo del niño.
- Estando boca arriba el niño, el educador le ha de sujetar con una mano la pierna por el tobillo, formando un ángulo recto con el tronco. Luego con la otra mano la desliza desde el muslo hasta el tobillo y una vez allí cambiar la mano que sujeta el tobillo para con la otra que queda libre realizar el mismo masaje. Repetir con la otra pierna. Es importante que el educador mantenga en todo momento sus manos en contacto con el cuerpo del niño.
- Tomando el pie del niño con las manos, el educador sitúa sus pulgares en el centro de la planta y los desplaza desde el centro hasta los dedos y desde los dedos, otra vez al centro de la planta del pie del niño. Hacerlo igualmente con el otro pie.
- Luego ha de tomar cada dedo del pie del niño y lo frota desde la base hasta la punta. Repetir con el otro pie.

Actividad

- Estimulación activa para el cambio de posición de boca abajo a boca arriba y viceversa.

Objetivo

Continuar fortaleciendo las zonas musculares que facilitan los movimientos para voltearse hacia arriba y hacia abajo.

Metodología

Estas actividades constituyen acciones más complejas de las usadas en el sexto mes de vida y que ahora en este trimestre, a principios del séptimo mes, se han de reforzar activamente.

- Estando el niño acostado en el suelo sobre una colchoneta o una manta, el educador ha de empujarlo suavemente por el costado para hacer rotaciones múltiples. Esto también puede hacerse tirando de las ropas del niño en el sentido del giro, hacia arriba o hacia abajo.
- Poner al niño sobre la espalda en una colchoneta o manta junto a un espejo grande situado a esa altura. Luego el educador llama su atención para que fije la mirada en su imagen reflejada e intente dar la vuelta para tocarse en el espejo.
- Acostado en posición supina el niño, el educador ha de sujetar la cadera derecha con una mano y con la otra flexionar la pierna izquierda mientras se pasa por encima de la otra pierna, luego invierte la acción, mano en cadera izquierda y flexionar pierna derecha para pasarla sobre la izquierda, para el giro opuesto. Se ha de cuidar que el brazo del niño no quede aprisionado bajo el cuerpo una vez hecho el giro.

Actividad

- Estimulación del gateo

Objetivo

Lograr que el niño se traslade por sí mismo mediante movimientos de gateo.

Metodología

Situando al niño boca abajo, se le ubica un juguete atractivo un poco más lejano del alcance directo de su mano y cuando se coloque en posición de gateo para tomar el objeto, se le aleja un poco más. Así dos o tres veces, para obligarle a que realice movimientos de traslación en esta posición, al final se le ha de permitir que lo tome.

Si no se decide a desplazarse por sí mismo, darle un pequeño empuje en la planta de los pies para que se anime (esta es una acción psicomotriz ya conocida) a la vez que se agita el juguete para reforzar el foco excitatorio.

También se puede poner al niño de rodillas y llevarlo suavemente a que apoye las manos en el suelo. Si no lo hace por sí solo, sujetarle los brazos extendidos a la altura del codo y llevarles hacia delante. Si se observa que no consigue la postura para el gateo, se le ha de pasar una toalla por debajo de su vientre y tomando los extremos de la toalla desplazarle ligeramente hacia delante y hacia atrás. Ya en posición de gateo, hacer balanceos para conseguir el apoyo alternativo en manos y rodillas.

Otra forma de estimular el gateo consiste en poner al niño en posición boca abajo, luego levantarlo el cuerpo sujetándolo por la cintura e incitarle a que se desplace por medio de las manos.

Actividad

- Fortalecimiento de músculos para la posición de sentado.

Objetivo

Estimular propioceptivamente zonas musculares que intervienen directamente en la permanencia en posición de sentado.

Metodología

Esta estimulación comprende varias actividades, todas dirigidas al fortalecimiento de los planos musculares que posibilitan la posición de sentado.

- Sentar al niño en una silla pequeña, de forma tal que pueda apoyar las plantas de los pies en el suelo en ángulo recto con los tobillos. Sujetarlo por los muslos para enderezar la espalda e ir progresivamente eliminando la ayuda.
En esta posición darle algunos juguetes para que los manipule mientras se le suelta la ayuda sobre los muslos.
- Poner al niño sentado en una superficie dura y colocar las palmas de sus manos apoyadas a ambos lados de su cuerpo tocando el suelo, entonces el educador lo ha de empujar suavemente hacia un lado y otro para que se apoye en la mano opuesta para mantener la posición y facilitar la aparición de los reflejos secundarios o respuestas posturales reflejas.
- Sentar al niño sobre un rodillo grande, sujetándolo por los muslos y rodillas. Luego, con precaución, el educador ha de deslizar suavemente el rodillo hacia delante y hacia atrás, para que el niño realice esfuerzos por enderezarse y mantenerse sentado en rulo.
Esto también puede hacerse poniendo al niño sentado sobre un balón o pelota grande y moverlo para que trate de mantener el equilibrio.
- Sentado el niño explorando y manipulando objetos, ofrecerle juguetes y objetos llamativos y moverlos circularmente en distintas direcciones para estimular el giro del tronco, la cabeza y el cuello mientras permanece en posición sentada.
- Sentar al niño frente a un espejo sin apoyo en la espalda y abriendo sus piernas en forma de V, se le colocan las manos en el espacio que queda entre sus piernas y se intenta llamar su atención para que fije la mirada en el espejo.
Esta actividad puede usarse también para reforzar el conocimiento de la imagen corporal.

Actividad

- Estimulación activa a sentarse y acostarse por sí solo.

Objetivo

Lograr que el niño de la posición de acostado vaya a la de sentado y a su vez de esta, o de la posición de pie, se acueste.

Metodología

Estando el niño acostado, ubicar un juguete cerca de sí pero en una posición más alta, y estimularlo a que lo agarre. Si solo tiende la mano desde acostado, girar el objeto un poco atrás de su rango de visión para lograr torsión del tronco, lo que propioceptivamente le hace ir a buscar la posición de sentado, esto se puede facilitar con una ligera manipulación para ayudarlo, pero el objeto se le ha de entregar una vez que se siente completamente.

Cuando esté sentado, se le puede situar otro objeto bien llamativo fuera del rango de su alcance directo, esto lo ha de incitar a acudir a la posición de gateo, o a acostarse para obtener el juguete. Esto también puede lograrse cuando, estando parado con apoyo, se le ubica el objeto junto a sus pies, y se le incita a que lo tome. Es posible que se contorsione o se agache para cogerlo, pero esto también es un logro psicomotor.

Actividad

- Estimulación para la posición de pie.

Objetivo

Hacer que el niño, desde cualquier posición, se incorpore y se ponga de pie.

Metodología

Acostado o sentado el niño en la cuna o el parque, ubicar un objeto bien atractivo (si tiene sonido y luces mejor) en la baranda, y agitarlo en su rango de visión, solicitándole también verbalmente que lo tome, esto le impulsará a que se acerque a la baranda, se agarre de la misma y se incorpore para tratar de alcanzar el objeto.

Las piernas del niño se pueden ejercitar y fortalecer colocándolo descalzo sobre el abdomen del educador, que está boca arriba en el suelo, y sujetándole por las axilas durante algunos segundos. Esto le da confianza al niño para mantenerse luego quieto por sí solo.

También el educador lo podrá sujetar por debajo de las axilas o por la cintura, e impulsarle para que dé pequeños saltos, aumentando cada vez más el tiempo que tiene apoyados los pies en el suelo.

Así, poniendo al niño de pie sobre una colchoneta, el educador sujetándolo por los dos brazos le pedirá que salte. Aunque el niño no pueda saltar, el hecho de que flexione las piernas ayuda a fortalecer los músculos y preparan para mantenerse de pie. Esto lo puede repetir frente a un espejo, para continuar aumentando el caudal de imágenes del niño sobre su esquema corporal.

Para inducir la posición de pie, el educador ha de colocar al niño parado con la espalda pegada a la pared y retirar las manos durante unos instantes. Si el pequeño se mantiene en esta postura sin dificultad, aplaudir el logro. Luego, y en la medida en que aumente el tiempo que puede permanecer así, le ha de ofrecer algún juguete para que lo sostenga en la mano, procurando estar bien cercana para evitar cualquier percance.

Cuando el educador observe que el niño se mantiene bien con este apoyo, intentar que pueda separarse unos centímetros de la pared, brindándole la seguridad de su mano y luego soltándolo suavemente. En ocasiones se le podrá ofrecer un objeto para que lo estimule a separarse un tanto, esto cuando ya se comprueba que se mantiene firme y no hace ademanes de caerse.

Es conveniente situar en el parque junto al pequeño que está empezando a gatear a otros niños que ya lo hagan bien, para que trate de imitarlos.

Actividad

- Estimulación a dar pasos.

Objetivo

Lograr que el niño se anime a dar pasos apoyándose en sus manos.

Metodología

A partir de la metodología anterior en la que ya se ha logrado que el niño se incorpore agarrado a la baranda de la cuna o parque, alejar sucesivamente el juguete fuera de su alcance a lo largo de la baranda, esto ha de conseguir que sosteniéndose con sus manos se traslade mediante pasos cortos y lentos. Tras dos o tres alejamientos dejar que tome el objeto.

También, estando en el suelo, colocar el juguete en el extremo de una mesa baja y poner al niño al otro extremo, lo cual lo ha de incitar a trasladarse apoyándose con sus manos en el borde de la mesa.

Para esto se pueden utilizar igualmente dos sillas que se coloquen cercanas. En una se sitúa el juguete y junto a la otra se pone al niño de pie. Este irá poco a poco dando pasos para acercarse a la silla que tiene el objeto y en un momento dado intentará el cruce para cogerlo. Como esta es una acción motriz compleja y delicada y que de ser mal realizada puede provocarle una situación de desasosiego (y consecuentemente instaurar el temor a caminar) el educador ha de estar bien al tanto de los movimientos del niño y no alejarle el objeto como en actividades anteriores, sino permitirle, después de realizar el cruce de silla a silla que lo agarre de inmediato, para reforzar positivamente la acción realizada.

Actividad

- Activación de zonas musculares relacionadas con el gateo.

Objetivo

Activar propioceptivamente los músculos asociados a la acción del gateo.

Metodología

Este módulo del trimestre anterior ha de continuar ejercitándose en el actual. En algunas tareas se han realizado modificaciones dado el mayor desarrollo psicomotor del niño.

Esta actividad modular tiene cinco actividades:

- Colocar al niño acostados de frente a la mesa con apoyo de antebrazos. Acariciarle la espalda (de arriba hacia abajo para que se produzca una extensión del cuerpo). Repetir 4-5 veces. Luego se puede mostrar un objeto hacia un costado de su cuerpo, para que trate de girar para tomarlo.
- Acostado de espaldas, el educador le ha de brindar sus pulgares para que el niño los agarre y una vez logrado esto, elevar los brazos extendidos hacia el lateral, al frente y flexionarlos al pecho. Repetir de 2-3 veces.
- Manteniendo esta posición se ha de pasar el brazo del educador por la espalda a la altura del hombro y colocará la palma de su mano en las plantas de los pies del pequeño estimulando el desplazamiento. Repetir 4-5 veces. Ubicar luego un objeto llamativo que se traslade de frente a su rostro en dirección atrás.
- Estando el niño acostado de frente a la mesa, el educador coloca una de sus manos en la planta de los pies del niño y la otra la pasará por debajo de las axilas, de manera suave, a la vez que pone un juguete atractivo en su campo visual para estimular a que se desplace y trate de alcanzarlo. Facilitar que el niño lo agarre.
- Estando el niño tumbado de espaldas a la mesa, sostener la pierna del pequeño por debajo con una mano y la otra colocarla de manera que el dedo pulgar quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en la misma dirección. Repetir 2-3 veces con cada pie.

Actividad

- Estimulación del gateo y de la posición de sentado.

Objetivo

Activación de acciones psicomotrices que están en fase de adquisición inmediata.

Metodología

Este módulo también cuenta con cinco actividades psicomotrices:

- Estando el niño acostado boca arriba, se le ofrecen dos aros pequeños para que tome uno con cada mano. A su vez el educador sostiene los aros de la misma forma y le separa los brazos extendidos al niño hasta ponerlos en contacto con la mesa en posición horizontal, posteriormente los lleva al frente y luego los entrecruza. Esta acción se ha de repetir 3-4 veces.
- Acostado boca abajo, se le coloca un juguete a un lado y otro para estimular que realice giros hacia la derecha e izquierda, y agarre el objeto. Esta estimulación ha de repetirse 3-4 veces por cada lado. Complicar la misma ubicando objetos que se desplacen lentamente, para que el niño se active más para hacer el giro.
- Boca arriba tomar al niño por el tobillo y pasar un cepillo de cerdas suave o el dedo por la planta del pie y de inmediato con los dedos se ha de rozar ligeramente el interior de los muslos para que los separe. Alternar con cada pie, 3 ó 4 veces.
- Acostado de espalda, el adulto sostiene las piernas del niño y realiza flexión y extensión de forma alternada. Repetir 2-3 veces.
- Estimular con un juguete al niño para que intente gatear en diferentes direcciones por el suelo u otra superficie dura para alcanzar el objeto, darle pequeños empujones en la planta de los pies para que se anime a desplazarse si no logra hacerlo por sí mismo. Esta actividad puede combinarse con "juegos de escondite", en los que el objeto se esconde tras una esquina de un mueble, o detrás de una caja, etc.

Actividad

- Estimulación de diversas zonas musculares que ejercitan para el gateo.

Objetivo

Activar en una misma actividad acciones psicomotrices combinadas dirigidas a consolidar los movimientos del gateo.

Metodología

Este es el primer grupo de actividades modulares específicos de este trimestre, por lo que el educador ha de garantizar su realización sistemática. El mismo cuenta con cinco tareas:

- Estando el niño acostado de espalda, colocarle juguetes a la distancia de su brazo para que lo flexione y extienda. Cuando lo agarre, estimularle a que lo apriete y lo agite. Esto ha de hacerse primero con un brazo y después con el otro. Repetir 3 veces con cada brazo.
- Se sitúa al niño acostado boca arriba. Se le presentan objetos de diferentes tamaños para que los agarre, luego el educador lo tomará por los antebrazos, tratando de incorporar al pequeño verticalmente. Repetir esta acción 3 veces.
- Acostado de espalda tomar al niño por el tobillo y pasarle un cepillo de cerdas suaves por la planta del pie, sobre el borde externo y el interno. Repetir la tarea 3-4 veces en cada pie.
- En la misma posición, pasar el dedo índice de la mano sobre la línea alba desde el final del esternón, pasar por el ombligo y llegar hasta la pelvis. Repetir 3-4 veces.
- Estimular el gateo libre, apoyado por objetos llamativos que puedan emitir luces o sonidos al contacto del niño.

Actividad

- Ejercitación de movimientos combinados de manos y pies, con agarre de objetos.

Objetivo

Activar la flexibilidad de los músculos del tren superior y el inferior, con agarre de objetos pequeños para ejercitación de pinza digital.

Metodología

Este segundo módulo tiene seis actividades.

- Desde la posición de acostado de frente al educador, éste le ha de colocar juguetes de diferentes tamaños y texturas a la distancia de su brazo, para que lo flexione y extienda, primero con un brazo y después con el otro. Repetir 3 veces.
- Estando el niño acostado de espalda, el educador lo sujeta por los tobillos y le eleva las piernas. Frente al rostro del pequeño se sitúa un juguete para que trate de alcanzarlo. Alejar el juguete para producir estiramiento. Permitir que en esta posición lo apriete, agite, golpee. Repetir 3 veces.
- Mantenido en la misma posición boca arriba, el educador con una mano sujeta las piernas y en la otra sostiene un juguete o aro pequeño que se coloca encima del tronco hacia la derecha para estimular que el niño lo agarre con esta mano y con la otra se incorpore a sentarse apoyado en su antebrazo izquierdo y con el brazo derecho extendido. Repetir 3 veces.
- Estando el niño boca abajo y con apoyo de manos y antebrazos, el educador ha de colocar un juguete sonoro frente a él fuera de su campo visual para que trate de localizarlo. Acariciarle la espalda de arriba hacia abajo con las palmas de las manos, para que extienda y levante la cabeza y el tronco. Repetir 3-4 veces.
- Estando el niño acostado de espalda, el adulto lo toma por las piernas y le realiza flexión y extensión de las piernas, de manera simultánea y alternando las extremidades. Se repite 3-4 veces.
- En la posición de sentado poner al niño a sacar y meter objetos muy pequeños en un recipiente de boca ancha, para la ejercitación de la pinza digital.

Actividad

- Estimulación combinada de acciones psicomotrices preparatorias para fortalecimiento de distintas posiciones del cuerpo.

Objetivo

Continuar estimulando propioceptivamente conexiones nerviosas relacionadas con la habilidad de mantenerse en diversas posiciones.

Metodología

Este tercer módulo del trimestre también consta de cinco actividades psicomotrices:

- Estando sentado estimular al niño a sacar y meter objetos de diferentes tamaños y texturas, usando un envase de boca ancha.
- Acostado el niño de espalda con las piernas flexionadas, el educador le coloca una pelota frente a él para que el pequeño trate de tocarla primero con una mano y después con la otra. Repetir 3 veces con cada mano.
- Mantenido de espalda, se le ofrece sostener un aro en cada mano, que a su vez el educador también sostiene en cada mano. Separar los brazos extendidos hasta ponerlos en contacto con la mesa en posición horizontal, posteriormente llevarlos al frente y entrecruzar los brazos. Repetir 3 veces.
- Estando el niño acostado boca abajo y apoyado en sus antebrazos, el educador pasará el dorso de las manos a ambos lados de la columna vertebral del niño, desde los glúteos hasta el cuello y con la palma de las manos desde el cuello hasta los glúteos. Repetir 3 veces.
- Estando el educador sentado en el suelo con sus piernas, primero unidas y luego extendidas, poner al niño a su lado en posición de gateo. Luego lo estimulará para que trepe por encima de las piernas. Repetir 3 veces.
- Sentado el pequeño en un rodillo, el educador lo sostiene por los muslos. A continuación ha de mover el rodillo hacia atrás y hacia adelante, hasta que el niño pase de la posición de sentado a parado. El movimiento se debe realizar lentamente. Repetir 3 veces.

Actividad

- Activación del gateo y la marcha.

Objetivo

Combinar ejercitaciones psicomotrices de planos musculares diferentes

Metodología

Este módulo comprende cuatro actividades:

- Colocando al niño de pie, el educador lo sostiene con una mano por el abdomen y con la otra estimula con un juguete a realizar la flexión del tronco. Repetir 3 veces.
- Estando el niño acostado de espalda, el educador lo sostiene por las axilas y trata de incorporarlo a la posición vertical (ponerse de pie). Una vez que ya lo está, estimularlo para que baile. Repetir 3 veces.
- El educador sostiene al pequeño que se encuentra de pie, colocando un brazo por debajo de las axilas. Estimularle a extender los brazos para alcanzar el juguete que sostiene frente a él, variando su altura. Repetir 3 veces.
- Estimular a que el niño gatee por el suelo colocando un juguete llamativo, posteriormente se coloca en su camino un recipiente con objetos pequeños, para que se sienta a meter y sacar objetos.

Actividad

- Activación de la posición de pie y marcha.

Objetivo

Consolidar los logros motrices de la bipedestación.

Metodología

Esta actividad modular, al igual que la precedente, consta de cuatro tareas:

- Estando el niño acostado de espalda, el educador frente a él con un bastón lo ha de estimular para que eleve las piernas hasta tocar el bastón con las plantas de los pies. Repetir 3 veces.
- Acostado de espalda, pasar el dedo índice de la mano sobre la línea alba, desde el final del esternón, pasando sobre el ombligo, hasta la pelvis. Repetir esta acción 3-4 veces.
- El educador sostiene por el abdomen al niño en posición de pie y lo estimula con un juguete a realizar torsión del tronco hacia ambos lados. Repetir 3-4 veces por cada lado.
- Sentado el niño, lanzar una pelota desde su vista rodando por el suelo, para que se desplace gateando a cogerla. Repetir 2-3 veces.
- De pie, con ayuda del educador, subir y bajar un cajoncito de 5-10 cms. de altura. Repetir 3 veces.

Actividad

- Activación de acciones motrices manuales desde la posición de sentado y de pie.

Objetivo

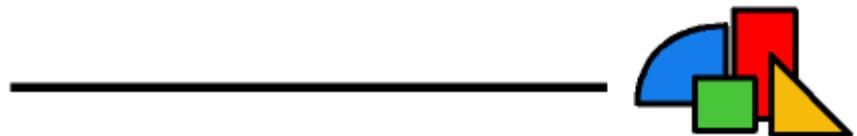
Realizar acciones motrices más complejas sobre habilidades motoras gruesas.

Metodología

- Colocado el niño sentado en una silla pequeña con los pies apoyados en el suelo y el educador situado por detrás, le sostiene por los muslos con una mano y con la otra le presenta al niño un juguete que se encuentra al nivel del rostro y que se mueve hacia los lados. El niño tratará de alcanzarlo, flexionando y extendiendo los brazos y realizando torsión del tronco. Repetir 3 veces.
- El niño acostado de espalda a la mesa, el educador le sostiene la pierna por debajo con una mano y la otra la coloca de manera que el dedo pulgar quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en dirección hacia arriba. Repetir 2-3 veces con cada pie.
- Sentado o parado con un punto de apoyo (la mano del educador) ofrecerle pelotas en una caja para que las saque y las lance. Ofrecer el segundo punto de apoyo para caminar y recoger las pelotas, guardarlas en la caja. Hacerlo alternando las manos. Repetir 3 veces.
- Estando sentado, realizando acciones que ejerciten la pinza digital, con objetos de distinto tamaño, color y textura.



Actividades para niños de 9 a 12 meses



Los logros del desarrollo de los niños en la psicomotricidad durante el décimo, undécimo y duodécimo mes de vida, que aparecen en orden cronológico son los siguientes:

- ❖ Busca y entrega un objeto conocido a petición del adulto.
- ❖ Realiza distintas acciones aprendidas con los objetos: saca uno dentro de otro, introduce varios en otro, abre, cierra, entre otras acciones.
- ❖ Se acuesta y se levanta solo, desde la posición de sentado o parado, y a la inversa.
- ❖ Es capaz de mantenerse de rodillas.
- ❖ Puede bajar o subir tres o cuatro escalones de una escalera, gateando o sujetándose de la baranda.
- ❖ De pie, puede volver el cuerpo para mirar a los lados, mientras se estira para tomar un objeto que se balancea o yace en el suelo.
- ❖ Se para o sienta agarrándose de los muebles.
- ❖ Extiende los brazos y las piernas al ser vestido por el adulto.
- ❖ Realiza distintas acciones aprendidas con los objetos, a sugerencia del adulto: mece la muñeca, la peina, señala los juguetes, etc.
- ❖ Aprende nuevas acciones con los objetos: coloca un cubo sobre otro, sitúa anillos en una pirámide, encaja una pieza en un tablero excavado, entre otras acciones.
- ❖ Se mantiene de pie sin apoyo.
- ❖ Camina solo.

Durante este período las líneas directrices del desarrollo psicomotor son:

1. Desarrollo de la marcha independiente.
2. Realización de acciones de correlación simple, atendiendo a las propiedades externas de los objetos.

Actividad

- Realización del gateo con movimientos complejos.

Objetivo

Reforzar los movimientos adquiridos mediante el gateo libre.

Metodología

Las actividades previstas aquí se encaminan a que el niño logre un mayor dominio de los movimientos del gateo, como fase preparatoria para la posición de sentado y de ahí a ponerse de pie.

- Colocar algunos obstáculos bajos en el camino del niño y estimularle a que gatee pasando sobre los mismos. Luego poner otros obstáculos un poco más altos e incitarle a que los sortee.
- Situar obstáculos altos, tales como sillas, mesas, muebles con patas, etc, e incitar al niño a que pase debajo de ellos.
- Llevar al niño ante una escalera, poner un objeto llamativo tres o cuatro escalones arriba, y ayudarle a subir uno o dos peldaños, utilizando el gateo. Luego enseñarle como bajarlos arrastrándose sobre el abdomen.
- Poner al niño frente a un plano inclinado o una rampa, y estimularle a que los suba y baje gateando.

Actividad

- Estimulación de la posición de arrodillado.

Objetivo

Reforzar movimientos antecesores de la posición de pie.

Metodología

Ponerse de rodillas activa y fortalece músculos que luego tienen una función en el logro de la postura de pie. No obstante, los niños de esta edad no tienden a hacerlo con frecuencia, por lo que hay que incitarles a que lo hagan.

- El educador ha de poner al niño de rodillas, colocando un objeto en el suelo para que intente cogerlo. Al hacer esto ha de sostenerlo por la cintura para mantenerlo en dicha posición, soltando poco a poco hasta que domine la postura.
- Estando el niño en posición de gateo, frente a un mueble bajo, poner un objeto a su vista. Entonces, tomarlo por los brazos y llevarlo suavemente a quedar de rodillas. Una vez arrodillado, estimular al agarre del objeto, liberándolo de la sujeción de los brazos.
- Estando el niño de rodillas, empujarle suavemente hacia delante, hacia atrás y hacia ambos lados. En un principio se le ha de sujetar por la cintura, pero poco a poco irlo liberando del sostén en la medida en que mantiene el equilibrio.
- En la misma posición de rodillas, el educador le libera una pierna y, tomándolo por un brazo, lo lleva a ponerse de pie, para esto puede darle un pequeño empuje por los glúteos. No debe soltarse el brazo de apoyo durante la ejecución de esta acción.

Actividad

- Estimulación de la posición de pie.

Objetivo

Fortalecer los músculos que intervienen en la marcha y acostumbrar al niño a mantenerse parado.

Metodología

- De vez en cuando, poner al niño de pie, sujeto a una mesa, una silla u otro mueble del que pueda afianzarse. Valorar si mantiene el equilibrio, e ir aumentando el tiempo de permanencia en la medida en que domine esta posición.
- Estando el educador sentado en una silla, ha de colocar al niño de pie entre sus piernas, de frente uno al otro. Iniciar cualquier juego motor que implique que el niño tenga que ocupar sus manos. Ocasionalmente, ha de separar las piernas un instante, para comprobar si mantiene el equilibrio. Ir incrementando el tiempo en que el niño permanezca por sí solo soportando su peso.
- Situar un objeto en la baranda de la cuna o parque y llamar la atención del niño. Entonces manipularle piernas y manos para llevarle a ponerse de pie. En esta acción se le ha de ayudar poniendo sus manos en los balaustres y ejerciendo algún empuje para forzar el despegue.
- Una vez que el niño domine como ponerse de pie agarrándose de un objeto que permite la prensión (borde de una mesa, los balaustres de la cuna o parque, patas de una silla, etc.) enseñarle cómo lograr esto apoyándose en una superficie lisa como es la pared. Estar bien al tanto por si hay pérdida de equilibrio, e ir aumentando progresivamente el tiempo que permanece de pie con este apoyo.

Actividad

- Estimulación a dar pasos con dos y un punto de apoyo.

Objetivo

Activar propioceptivamente las acciones psicomotrices que han de facilitar la marcha independiente.

Metodología

El conjunto de actividades que hay a continuación se dirigen a fortalecer los músculos y activar las acciones motrices que han de posibilitar el caminar de manera autónoma al niño, siguiendo una racional de ejercitación: primero la estimulación pasiva, luego el dar pasos mediante dos puntos de apoyo y finalmente hacerlo con un solo punto.

- Situar al niño de pie y manteniéndole sujeto por las axilas, elevarle ligeramente de manera alterna por una axila y luego por la otra, para que apoye su peso en un pie y libere el otro pie hacia delante
- De pie el niño, el educador se agacha frente a él y lo toma por sus muñecas y antebrazos, luego los eleva al nivel de los hombros, tirando suavemente para animarle a dar pasitos hacia delante.
- Poniendo al niño de pie el educador se sitúa por detrás de él y lo toma por ambas manos, luego camina haciendo una ligera tracción con sus manos hacia delante, para que el niño tenga que dar pasitos. Esto debe acompañarse de alguna canción como "Andando, andando, el niño va caminando..."
- Una vez que el niño camina con dos puntos de apoyo, el educador se sitúa a su lado y, tomándolo por una mano, lo lleva a caminar junto con él, procurando que mantenga el equilibrio.
- Ubicar al niño de pie sujeto a un mueble, luego poner un juguete fuera de su alcance, de forma que tenga que dar un paso para cogerlo. En esta actividad, ir aumentando paulatinamente la distancia del objeto y el niño progresivamente.
- Colocar al niño junto a una barra de sujeción que tenga el pasamanos a una altura entre la cintura y sus hombros. Hacer que se agarre del pasamanos y animarle a caminar, primero agarrado a la barra con una

mano y con la otra cogiendo la mano del educador, luego sólo agarrado con una mano a la barra y, por último, incitarlo a dar algún paso sin apoyo.

- Poner al niño entre dos bastones, barras o muebles paralelos, hacer que se agarre y, situándose el educador frente a él, animarle para que se desplace caminando agarrado.
- El educador ha de ofrecerle una barra o palo de forma horizontal al niño para que lo agarre con las dos manos, luego tira suavemente del palo para que el niño se desplace.
- Poner al niño entre dos bancos rectangulares separados a la extensión horizontal de sus brazos y por uno de los extremos el educador pedirle que vaya hacia él, lo cual el niño hará apoyándose en las dos manos, en una sola y posteriormente sin ponerlas en los bancos.

Actividad

- Estimulación a la marcha independiente.

Objetivo

Lograr que el niño se desplace por sí mismo de manera autónoma.

Metodología

- Situar al niño de pie entre dos mesas o dos sillas estables separadas medio metro entre sí, y sujeto a uno de los muebles, animarle a pasar al otro colocando un objeto llamativo que motive su agarre. Ir separando progresivamente la distancia en los dos muebles.
- Entre dos educadores agachados frente a frente, poner al niño con la espalda apoyada en las piernas de uno de ellos, y la otra que extienda sus brazos pidiendo al niño que camine hacia él. Esto debe acompañarse de palabras que relacionen el gesto con la acción, como "Ven, ven..." o "Andando, andando..."
- El educador frente al niño de pie, sostiene una pelota colgada de una cuerda. La acerca para que intente cogerla con las manos, lo cual hace que el niño tenga necesidad de dar pasos en su busca.
- Una vez que el niño pueda realizar pasos por sí solo, darle un objeto para que lo sostenga o un carrito del que pueda tirar mientras camina, estimulándolo a que se desplace en todas direcciones.

Actividad

- Realización de acciones simples de correlación.

Objetivo

Estimular la realización de acciones simples de correlación por la diferenciación visual y auditiva.

Metodología

Las acciones de correlación son aquellas en la que para su solución se hace necesario que el niño establezca relaciones entre las diferentes propiedades de dos o más objetos. Estas tareas se resuelven básicamente mediante la percepción.

En esta etapa las acciones de correlación son muy simples, e implican meter, sacar, abrir, cerrar, encajar, insertar, entre otras.

- Estando el niño en el suelo o en la cuna, esconder un juguete a su vista bajo un pañal o cartón, y estimular a su búsqueda. Una vez consolidada esta acción, esconderlo sin que lo vea ubicar debajo de la pieza, y decirle que lo busque de nuevo.
- Realizar demostraciones de realización de diversas acciones para que el niño se percate de lo que puede hacerse con los distintos objetos: rodar una pelota, abrir y cerrar una gaveta, meter y sacar de un envase, superponer una pieza sobre otra, colocar anillos en un eje, entre otras.

Luego estimularle a que las haga por sí mismo, primero demostración del educador e indicación verbal, y luego solo mediante la incitación verbal.

- Situar un tablero de encajes que tenga una sola figura (círculo) y estimular al niño a que saque la pieza que tiene insertada. Una vez consolidada esta acción incitarle a que la coloque. Ejercitar a que meta y saque repetidamente la pieza. Dar luego otro tablero con otra figura (cuadrado) y posteriormente el triángulo. Las tres figuras podrán trabajarse simultáneamente, pero siempre se ha de comenzar por el círculo para consolidar la acción.
- Situar una caja de cartón o envases plásticos con tapa y enseñarle al niño a tapar y destaparlos.

- Estimular a tomar objetos pequeños (pelotitas, cubos de madera, etc.) y lanzarlos en una dirección, luego embullar a que los recoja para repetir la acción.
- Ofrecerle al niño una caja cerrada de madera o plástico que tenga una ranura ancha y varias fichas del mismo material o de cartón, y que quepan fácilmente por la hendidura. Demostrarle cómo meter las fichas y luego estimular a que el niño realice esta acción por sí mismo.
- Una vez que el niño domine la acción de introducir fichas en una ranura, se le ha de proporcionar una caja de inclusión con hendiduras diversas, para que introduzca las distintas piezas por el orificio que desee. En esta etapa es importante que cualquier pieza quepa en cualquier hendidura de la caja.
- Dar al niño una botella de plástico de cuello ancho y enseñarle cómo poner y quitar el tapón de goma o corcho. Luego usar una que sea transparente e introducir algunas bolas dentro, para estimular al niño a desenroscar la tapa para obtener las bolas.
- Dar al niño anillas para meter en un soporte, acción que se ha de enseñarle a realizar. Luego se le estimula a que lo haga por sí mismo, en un principio el educador ha de colocar el eje inclinado hacia el niño, para facilitarle la inserción, pero luego lo ha de ir levantando poco a poco hasta la posición vertical a medida que aprenda a meter la anilla.

Una vez que sea capaz de meter las anillas, el educador le ha de enseñar como a sacarlas de una en una, poco a poco irá retirando la ayuda hasta que el niño sea capaz de hacerlo por sí solo.

Actividad

- Estimulación de los músculos finos de la mano y dedos

Objetivo

Consolidar el agarre en forma de pinza con los dedos índice y pulgar.

Metodología

Las actividades que se sugieren a continuación se dirigen a la activación de las conexiones nerviosas de los músculos finos de la mano y dedos, y requieren de una atención cuidadosa por parte del educador, pues se trabaja con objetos muy pequeños (pastillas, semillas, bolas, etc.) que pueden ser llevados a la boca por el niño y ser ingeridos.

- Estando el niño sentado frente a una mesa baja, tomar una pelotita pequeña o bola y rodarla lentamente cerca de este, para que se anime a agarrar este objeto cilíndrico que le obliga a cogerlo con oposición del pulgar.
- En la misma posición colocar encima de la mesa objetos muy pequeños de diversa forma y hacer que los coja, uno a uno entre el pulgar y el índice, y se los entregue al educador
- Situar algún objeto pequeño dentro de un recipiente estrecho, de modo que quede trabado y que no se caiga aunque se gire boca abajo, para obligar al niño a que para sacarlo, como no le cabe toda la mano, tenga que meter solamente el dedo índice y el pulgar.
- Poner pastillas coloreadas en un tubo plástico transparente, enseñar al niño a voltearlo para que se desparramen sobre la mesa, y luego pedirle que las introduzca una a una de nuevo en el tubo, para lo cual tiene que utilizar los dedos pulgar e índice como pinza.
- Usar un libro de cuentos de hojas gruesas de cartón plastificado, de plástico, etc., e incitar al niño a pasar las hojas, tratando de que lo haga con el pulgar y el índice. Combinar esta actividad con la de estimulación del lenguaje, describiendo los objetos que aparezcan o relatando cosas de las figuras que aparecen.

Actividad

- Reconocimiento de diversas partes del cuerpo.

Objetivo

Continuar la asimilación de nociones sobre el esquema corporal.

Metodología

En las actividades que lo posibiliten, nombrar las partes del cuerpo del niño que intervienen, así como referirlas a sí mismo el educador. De ser posible, trabajar frente a un espejo bajo para que el niño las observe.

También el educador podrá esconder un objeto en diferentes partes de su cuerpo, tales como debajo de la mano, en la espalda, debajo del abrigo, etc, nombrándolas, y luego hacer lo mismo en el cuerpo del niño. Preguntarle "¿Dónde está?" despacio, y hacer exclamaciones: "¡Aquí en tu brazo!", "Mira, ¡en tu espalda!" y similares.

Durante el acto de vestir al niño se pueden introducir acciones que refuercen la percepción de la imagen corporal. Por ejemplo, en el momento de ponerle la camiseta o jersey, etc., decirle siempre "mete la mano", ayudándole al principio y reforzando cualquier intento de acercar la mano a la manga.

De igual manera al desvestirlo se le ha de decir "saca la mano" y hacerlo de la misma forma con los pies ("mete o saca el pie"), para que lo extienda y vaya reconociendo estas partes del esquema corporal.

Siempre que se le lleve a pasear, o se le traslade caminando de un lado a otro, pedirle que de la mano, observar si hay obstáculos en el camino para reforzarle que cuide donde ponga el pie, y acciones semejantes en que se nombren las partes del cuerpo.

Actividad

- Activación propioceptiva de los distintos planos musculares.

Objetivo

Continuar estimulando las conexiones y terminaciones nerviosas de diversos músculos del cuerpo mediante su activación propioceptiva.

Metodología

Las actividades de este grupo consisten en la realización de activaciones musculares o masajes que se han de realizar sistemáticamente en el trimestre con el niño, para lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, y se dirigen a estimularle desde la cabeza hasta los pies. Estos masajes son semejantes a los que se hacían en el último mes del trimestre anterior, añadiendo algunos que se recomiendan para este periodo actual.

- Poner las dos manos sobre la cabeza del niño y deslizarlas suavemente desde el centro hasta la barbilla pasando por detrás de las orejas. Hacerlo de dos a cuatro veces.
- Situar luego las manos en el centro de la frente del niño, pasar por las sienes, e ir hasta la parte media trasera de su cabeza. Esto también hacerlo de dos a cuatro veces.
- Colocar las manos a los lados del cuello, y con los pulgares acariciar desde los labios hacia los lados de dos a cuatro veces. Subir con los pulgares desde la punta de la nariz hasta el puente y bajar por los lados de la nariz hasta las comisuras de los labios.
- Estando el niño acostado boca arriba el educador ha de colocar sus manos en el centro del pecho del niño y deslizarlas hacia los brazos, para bajar por los lados hasta las caderas, y una vez allí, subirlas de nuevo al centro del pecho. Esto lo podrá repetir hasta tres o cuatro veces.
- En la misma posición pasar la palma de la mano desde la cadera derecha del niño hasta su hombro izquierdo, y luego con la otra ir desde la cadera izquierda hasta el hombro derecho. Hacerlo varias veces.
- Hacer con la mano movimientos circulares suaves sobre el ombligo del niño, en el sentido de las agujas del reloj. Luego, poniéndolo boca

abajo, con los dos pulgares describir círculos pequeños en sentido contrario a las agujas del reloj, desde la nuca hasta los talones.

- Estando boca abajo pasar las manos del centro de la cabeza hacia los lados, y pasando por los laterales de la nuca llegar hasta los hombros. Hacer esto dos veces a lo sumo.
- Manteniendo la posición anterior el educador, con sus dedos índice y corazón en la nuca del niño, los desliza por la columna vertebral hasta las nalgas, y continúa hasta los tobillos. Al hacer este masaje el educador ha de sujetar con su otra mano los dos pies del niño colocando un dedo entre ambos y elevándolos un poco.
- De igual modo, el educador con una mano sujeta la muñeca del niño y con la otra le acaricia el brazo desde el hombro hasta la muñeca, luego cambia de mano y repite el masaje otra vez a partir del hombro. Una vez hecho esto invertir para realizarlo con el otro brazo del niño.
- Boca arriba el niño, el educador le ha de sujetar con una mano la pierna por el tobillo, formando un ángulo recto con el tronco. Luego con la otra mano la desliza desde el muslo hasta el tobillo, y una vez allí cambiar la mano que sujeta el tobillo para que con la otra que queda libre, realizar el mismo masaje. Repetir con la otra pierna. Es importante que el educador mantenga en todo momento sus manos en contacto con el cuerpo del niño.
- Tomando el pie del niño con las manos, el educador sitúa sus pulgares en el centro de la planta y los desplaza desde el centro hasta los dedos, y desde los dedos otra vez al centro de la planta del pie del niño. Hacerlo igualmente con el otro pie.
- Luego ha de tomar cada dedo del pie del niño y lo frota desde la base hasta la punta. Repetir con el otro pie.

Actividad

- Activación del gateo y la marcha.

Objetivo

Mantener la estimulación propioceptiva de ejercitaciones psicomotrices combinadas de planos musculares diferentes.

Metodología

Esta actividad modular corresponde a las que se hacían a finales del anterior trimestre, que se mantienen en este con sus modificaciones aconsejables. Este módulo comprende ahora cinco actividades.

- Estando el niño de pie, el educador lo sostiene con una mano por el abdomen y con la otra estimula con un juguete a realizar la flexión del tronco. Repetir 3 veces.
- Poniendo al niño acostado de espalda, el educador lo sostiene por las axilas y trata de incorporarlo a la posición vertical (ponerse de pie). Una vez que está, estimularlo para que baile. Repetir 3 veces.
- En la misma posición hacer que agarre los pulgares del educador, llevarle a la posición de pie permitiendo que el niño haga un empuje con las caderas. Hacer esto dos o tres veces.
- El educador sostiene al pequeño que se encuentra de pie, colocando un brazo por debajo de las axilas. Estimularle a extender los brazos para alcanzar el juguete que sostiene frente a él, variando su altura. Repetir 3 veces.
- Estimular a que el niño gatee por el suelo, colocando un juguete llamativo. Posteriormente se coloca en su camino un recipiente con objetos pequeños, para que se sienta a meter y sacar objetos.

Actividad

- Activación de la posición de pie y marcha.

Objetivo

Consolidar los logros motrices de la bipedestación.

Metodología

Esta actividad modular, al igual que la precedente, consta ahora de seis tareas:

- Estando el niño acostado de espalda, el educador frente a él con un bastón lo ha de estimular para que eleve las piernas hasta tocar el bastón con las plantas de los pies. Repetir 3 veces.
- Acostado de espalda, pasar el dedo índice de la mano sobre la línea alba, desde el final del esternón, pasando sobre el ombligo, hasta la pelvis. Repetir esta acción 3-4 veces.
- Estando el niño de pie, el educador lo sostiene por el abdomen y lo estimula con un juguete a realizar torsión del tronco hacia ambos lados. Repetir 3-4 veces por cada lado.
- Sentado el niño, lanzar una pelota desde su ángulo de visión rodando por el suelo, para que se desplace gateando a cogerla. Repetir 2-3 veces.
- De pie, con ayuda del educador, subir y bajar un cajoncito de 5-10 cms. de altura. Repetir 3 veces.
- Utilizar una base de madera que tenga un escalón a cada lado, hacer que el niño suba el escalón, dé un par de pasos, y luego baje por el otro escalón, cogido de la mano del educador. Repetir dos veces.

Actividad

- Activación de acciones motrices manuales desde la posición de sentado y de pie.

Objetivo

Realizar acciones motrices más complejas sobre habilidades motoras gruesas.

Metodología

Este módulo tiene solamente cuatro actividades:

- El niño sentado en una silla pequeña, con los pies apoyados en el suelo, el educador situado por detrás, le sostiene por los muslos con una mano y con la otra le presenta al niño un juguete que se encuentra al nivel del rostro y que se mueve hacia los lados. El niño tratará de alcanzarlo, flexionando y extendiendo los brazos y realizando torsión del tronco. Repetir 3 veces.
- Estando el niño acostado de espalda a la mesa, el educador le sostiene la pierna por debajo con una mano, y la otra la coloca de manera que el dedo pulgar quede en la planta del pie y el resto en el empeine. Realizar movimientos suaves con el pulgar desde los dedos hasta el talón, siempre en dirección hacia arriba. Repetir 2-3 veces con cada pie.
- Sentado o parado con un punto de apoyo (la mano del educador) ofrecerle pelotas en una caja para que las saque y las lance. Ofrecer el segundo punto de apoyo para caminar y recoger las pelotas, guardarlas en la caja. Hacerlo alternando las manos. Repetir 3 veces.
- Estando sentado, realizando acciones que ejerciten la pinza digital, con objetos de distinto tamaño, color y textura.

Actividad

- Fortalecimiento y activación de músculos de piernas y pies.

Objetivo

Estimular propioceptivamente zonas musculares preparatorias de la marcha independiente.

Metodología

Este módulo, que comprende seis tareas, es el primero de los correspondientes a este trimestre en específico:

- Poniendo un rodillo en el suelo, el educador apoya el abdomen del niño en el rodillo, sosteniéndolo por las piernas. Luego imprime un suave movimiento al rodillo para que el pequeño apoye las manos y las rodillas alternativamente. Repetir 3-4 veces.
- El niño sentado en un banquito con los pies apoyados en el suelo, el educador por detrás le sostiene por los muslos y le llama su atención, para que el pequeño busque de donde procede la voz y realice torsión del tronco. Repetir 3 veces por cada lado.
- El niño acostado de espaldas a la mesa, el educador lo sostiene por los tobillos y con la otra mano le pasa un cepillo de cerdas suaves por el borde externo e interno del pie. Repetir 2-3 veces en cada pie.
- Poniendo al niño de pie, el educador lo ha de sostener por debajo de las axilas y tratar de que dé algunos pasos por el suelo. Esto se acompaña de expresiones verbales que apoyen la marcha.
- De pie con ayuda del adulto, subir y bajar un cajoncito de 5-10 cms. de altura. Repetir 3 veces. De inmediato usar la base de madera del módulo anterior y hacer dos veces el ejercicio en direcciones opuestas.
- Estando sentado el niño: Abrir y cerrar una caja, meter y sacar objetos de la misma. Luego abrir una gaveta que esté a la altura de su cintura, y darle objetos para que los introduzca, lo cual le fuerza a pararse para poder hacerlo.

Actividad

- Activación de movimientos y conexiones nerviosas para la posición de pie.

Objetivo

Continuar ejercitando propioceptivamente zonas nerviosas y musculares relacionadas con la bipedestación.

Metodología

Esta actividad modular tiene cinco tareas psicomotrices:

- El niño, colocado en posición de gateo se le coloca un juguete a una altura en un mueble, y se trata de que desde esa posición avance hacia él y se pare para alcanzarlo. Repetir 2-3 veces.
- Estando de pie el niño y el educador a su espalda, lo sostiene por la cadera y lo llama por su nombre para que realice torsión del tronco hacia la derecha e izquierda. Repetir 3 veces a cada lado.
- El niño estando de pie se sostiene de dos bastones que se encuentran colocados verticalmente en el suelo. El educador se coloca por detrás y pone sus manos por encima de las del pequeño, estimulándolo a dar pasitos, moviendo los bastones y cantando "Andando, andando"... Repetir 3 veces.
- Acostado de espaldas, el educador pasa el dedo por la línea alba desde el final del esternón, al ombligo, hasta la pelvis. Repetir 3-4 veces.
- Sentado el niño, el educador le ofrece objetos duros y pequeños para golpear entre sí, combinándolos con acciones de meter y sacar objetos de un recipiente e introducir fichas en una caja con ranuras.

Actividad

- Estimulación de torsiones, cuclillas y otras acciones psicomotrices.

Objetivo

Activar propioceptivamente fortalecimiento de músculos de piernas y espalda.

Metodología

Este módulo consta de cuatro actividades.

- Estando el niño sentado, se le coloca un objeto a un lado y se le estimula a que lo recoja realizando torsión del tronco. Repetir 3 veces por cada lado. De vez en cuando esconder el juguete para que lo busque.
- El niño desde la posición de pie, el educador lo sostiene por los antebrazos y lo lleva a realizar cuclillas para recoger uno de cada vez objetos pequeños, dos o tres, que se les sitúan a su alrededor en el suelo, para que los coloque en un recipiente de boca ancha. Posteriormente, y desde la posición de sentado, sacarlos. Hacer esta tarea tres o cuatro veces.
- Poniendo al niño acostado de frente a la mesa con apoyo de antebrazos, pasar el dedo de arriba hacia abajo por el centro de la espalda para que se produzca una extensión del cuerpo. Repetir 3-4 veces.
- El niño parado se sostiene de un aro, junto a él está el educador que lo agarra a su vez, y lo atrae hacia sí para que el pequeño dé pasitos pasando entre tres o cuatro objetos colocados en el suelo.

Actividad

- Estimulación a dar pasos y caminar.

Objetivo

Continuar perfeccionado la habilidad de dar pasos como fase previa de la marcha.

Metodología

Esta actividad modular se compone de cinco tareas.

- Estando el niño y el educador frente a frente parados agarrando un bastón con las manos, el educador lleva al pequeño a realizar flexiones al frente y cuclillas. Repetir tres veces esta acción.
- Estando el niño de pie, el educador le coloca un pañal alrededor del tronco y lo sostiene por detrás, estimulándolo a caminar por una senda formada por dos bastones que se encuentran en el suelo, con una separación aproximada de 30 a 40 cms. Repetir 3 veces
- Hacer al niño subir y bajar tres o cuatro peldaños de una escalera con la ayuda del educador. Esto se promoverá colocando un juguete arriba en la escalera. Repetir 3 veces.
- Desde la posición de sentado o parado, rodar una pelota y estimular al niño para que gatee o dé pasitos para alcanzar el juguete. Repetir 3 veces.
- Estando sentado el niño darle un juego de inclusión que permita colocar uno o dos cubos dentro de uno más grande, sacarlos, invertirlos y poner uno sobre otro, realizar esta acción varias veces mientras el niño esté atraído por la misma.

Actividad

- Realización de acciones psicomotrices combinadas.

Objetivo

Estimular diferentes habilidades adquiridas o en vías de adquisición.

Metodología

Este módulo tiene cinco actividades:

- Estando sentado el niño continuar realizando acciones de introducir un objeto dentro de otro, colocar anillos en una varilla, insertar una pieza en un tablero de encaje. Repetir mientras el niño esté entusiasmado con la tarea.
- En la misma posición el educador le brindará un bastón al niño para que lo agarre con ambas manos, y luego le llevará los brazos arriba, al frente, con flexión y extensión. Se repite 3 veces.
- Sentado el pequeño en un rodillo, el educador lo sostiene por los brazos. Llevar el rodillo hacia atrás y luego hacia adelante para que el niño quede en cuclillas y pase de esa posición a parado. El movimiento debe hacerse lentamente. Repetir 3 veces.
- Desde la posición de gateo colocar un juguete en el suelo para que el niño trepe por encima de las piernas del educador, que se encuentra sentado en el suelo. Hacerlo un par de veces.
- Estando el niño de pie, se le estimula a que camine con un punto de apoyo por encima de tres o cuatro obstáculos colocados en el suelo (cuerdas, bastones). Se le brindará ayuda si es necesario. Repetir 2 veces.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de manos y pies.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas de músculos conectados al agarre y desplazamiento motor.

Metodología

Este último módulo del trimestre cuenta con cinco actividades:

- Sentando al niño frente a una mesa baja, colocar un objeto que se encuentre unido a una cuerda, y hacer que atraiga el objeto atado manipulando el cordel.
- Poniendo al niño acostado de frente al educador, éste le brinda un bastón para que lo agarre, entonces elevar los brazos (arqueo). Repetir 3-4 veces.
- En la misma posición y usando el bastón, el educador lo coloca en los pies del niño y le eleva las piernas. Repetir 3 veces.
- Desde la posición de sentado o parado, darle una pelota e incitarlo a que la lance con una mano. Repetir 3 veces con cada mano.
- Situar al niño frente a una escalera y estimularle a subir y bajar tres o cuatro peldaños con la ayuda del educador, esto se incita poniendo un juguete al final de la misma. En algún momento liberar el agarre del niño para observar si sigue subiendo o bajando agarrado del pasamanos o la pared. Repetir 3 veces.



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el segundo
año de vida
(12-24 meses)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL SEGUNDO AÑO DE VIDA

Los logros del desarrollo alcanzados durante el primer año de vida permiten al niño de este segundo año enfrentarse al mundo que le rodea con una mayor independencia. Esto es consecuencia de tres determinantes básicos que se han alcanzado en el año anterior:

- ❑ La marcha erecta, que le proporciona más posibilidades de ponerse en contacto e intercambio por sí mismo con el medio.
- ❑ La asimilación de las primeras formas de comunicación mediante la lengua materna, que le permite comprender lo que se espera de él y expresarse de manera oral.
- ❑ La realización de acciones cada vez más complejas con los objetos, que pasa a ser la actividad fundamental para su formación y desarrollo.

Estas adquisiciones en su conjunto, sientan las bases para un proceso continuado de perfeccionamiento de las posibilidades psicomotrices de los niños a partir de los doce meses de edad, y donde el dominio de la marcha autónoma, que es cada vez más amplio, le permite desplegar una actividad intensa para entrar en relación con los objetos y los adultos que le rodean, actividad que es aún fragmentaria y no completamente organizada, por lo que fácilmente estos niños se fatigan y pueden presentar alteraciones en su comportamiento.

No obstante, estos niños quieren caminar por todo tipo de superficies, subir, bajar, gatear, trepar, encaramarse, se ponen en marcha, se detienen. Poco a poco van desarrollando una mayor vitalidad y resistencia física, lo que les hace ganar confianza en sus posibilidades.

El progreso en su control postural, les facilita ponerse de pie y caminar sin ayuda del adulto, con cierta habilidad y rapidez, aunque los movimientos son aún incoordinados. La autonomía progresa mucho y esto hace que no tengan que depender de los mayores continuamente, concentrándose por tiempo relativamente largo en su propia actividad. Por eso son capaces de entretenerse jugando solos durante un buen rato y reclaman menos la ayuda del adulto.

Debido a un mayor control de los músculos extensores, la prensión y la relajación voluntaria de los dedos es más fina y precisa, lo que le facilita hacer acciones con los objetos que son cada vez más complejas. La exploración y la manipulación de los mismos permiten a su vez la asimilación de relaciones entre dichos objetos que colaboran considerablemente a su desarrollo cognoscitivo.

La actividad con objetos constituye la actividad fundamental o rectora del desarrollo en esta etapa, por lo que cualquier acción psicomotriz está directamente conectada a la complejización progresiva de esta actividad.

Así, este segundo año se caracteriza por la incorporación de habilidades psicomotrices primarias mediante las cuales los niños continúan el largo camino en la ejecución de los movimientos. Estas actividades motrices que el niño realiza son una continuidad al desarrollo psicomotor alcanzado en el primer año de vida con una participación cada vez más activa e independiente, lo que propicia una mayor información motriz, y los prepara para llevar a cabo acciones cada vez más complejas.

En este sentido, el niño de este grupo de edad comienza a realizar las tareas psicomotrices con una participación cada vez más activa de su pensamiento. Esto se debe a que el nivel mental del desarrollo alcanzado en estas edades, les permite orientarse y hacer más efectivas sus acciones por medio de las representaciones sensoriales, así como aprovechar esta potencialidad para el conocimiento del cuerpo y el espacio.

La realización de los movimientos fundamentales de los que se apropian el niño en este período (caminar, trepar, saltar, agarrar, etc.) amplían sus posibilidades de desplazamiento, permiten la vigilia activa y enriquecen el desarrollo de sus potencialidades cognoscitivas al poder manipular, explorar, conocer y accionar con los objetos que les rodean en dependencia de sus propiedades y relaciones, de manera directa y por su propia iniciativa.

Pero, ya en la misma medida en que se da este desarrollo, y sin abandonar la concepción de la unidad de los procesos afectivos, cognitivos y motrices, el psiquismo en este año de vida comienza a diferenciarse en la misma medida en que la realidad se diversifica, y cada área del desarrollo empieza a requerir de acciones estimuladoras específicas, dirigidas a su devenir evolutivo particular, surgen así acciones estimuladoras para el desarrollo fisicomotor, para la percepción, para el pensamiento, entre otras, y que antes estaban unidas en una única actividad psíquica.

Desde este punto de vista y, aunque todavía hay muchas actividades que conjugan lo motor y lo psíquico, lo afectivo y lo psicomotor, la ampliación cognoscitiva de la actividad psicomotriz del niño, dada por la diversificación de la realidad que les rodea y la necesidad de su apropiación, determina que el sistema de influencias educativas empiece a diferenciarse por áreas de desarrollo, y con acciones que son propias para cada una de ellas.

Es por eso que ya en las actividades para los niños en este segundo año, comience a darse un predominio de las actividades motrices sobre las correspondientes a la sensorialidad que, en muchos programas educativos, comienzan a agruparse en lo referente a la educación sensorial o el conocimiento del mundo de los objetos y sus relaciones, pero manteniendo la

interdependencia e interacción entre las mismas, partiendo del criterio ya establecido de la unidad de los procesos fisicomotores, afectivos y psicológicos.

Desde este punto de vista, cuando un niño realiza una actividad de educación física, en la que aparentemente solo se está ejerciendo una estimulación motora, por ser el contenido fundamental de la actividad, se está igualmente ejerciendo una acción sobre sus procesos psíquicos (indispensables para la comprensión y realización de la actividad motriz), y sobre sus procesos afectivos (en la medida en que la misma provoca reacciones emocionales relacionadas con el logro o fracaso de la actividad que se plantea).

No obstante, en las actividades que han de ser referidas en este material, se continuarán introduciendo aquellas tareas sensoriomotrices que se consideren pertinentes, dado que la diferenciación plena de las áreas de desarrollo no se alcanza sino a partir del tercer año de vida.

Es por eso que, además de las actividades motrices, se tratarán aquellas que se refieren a la imagen corporal, la estructuración del espacio partiendo del cuerpo del niño, y algunas referidas a la estructuración temporal, que es muy limitada en este año de vida.

La imagen corporal, tal como se había referido en el año de vida anterior, trata del conocimiento que el niño va progresivamente estructurando respecto a su cuerpo, lo cual incluye sus características físicas y las posibilidades de acción motora que el mismo le ofrece, así como la constitución o formación de su identidad personal y su sentido de pertenencia a un grupo social.

La estructuración espacial implica la noción que construye el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, con respecto o tomando como punto de relación su cuerpo, con los objetos, las personas y las situaciones de su medio natural y social que les rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, adelante, derecha, izquierda, etc.).

La estructuración temporal comprende la capacidad del niño para ubicar hechos en una sucesión de tiempo, noción que les permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Todos estos aspectos toman en consideración a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique, y las actividades para su desarrollo han de tomar en cuenta este criterio. Desde este punto de vista en un momento del desarrollo dichas actividades serán globales y generalizadoras (como sucede en el lactante y gran parte del segundo año de vida), y luego se vuelven más específicas y particulares, y dirigidas a cada área del desarrollo, en la misma medida en que el medio circundante se diversifica.

La actividad psicomotriz sistemática logra en los niños de este año de vida un

estado emocional positivo, una disposición general favorable a la estimulación que se les brinda, se desarrolla la motricidad fina y gruesa y los procesos cognoscitivos, lo cual contribuye a la comprensión del habla del adulto y a comunicarse de manera elemental con estos, y a reaccionar positivamente ante los estímulos del medio circundante, visuales, sonoros, musicales, entre otros, lo que les permite actuar consecuentemente y en dependencia de las condiciones en que se desenvuelva la actividad.

Esto se da en una secuencia extraordinariamente rápida, que determina cambios y transformaciones constantes, que en el caso de la psicomotricidad se suceden muy aceleradamente, lo que obliga, como sucedía en el primer año de vida, a organizar los programas de estimulación en fases bien cortas, que abarcan a lo sumo también un trimestre de la vida.

De igual manera, el hecho de que la educación psicomotriz en este año de vida todavía mantenga una interdependencia y relación causal entre lo afectivo, lo motor, y lo sensorial bastante estrecha, determina que la organización de actividades siga en términos generales la misma que se tenía en el año de vida anterior, con la realización de aquellas que contienen objetivos amplios y otras que se refieren a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor.

En este sentido las actividades en este segundo año de vida tendrán tres formas organizativas:

- Actividades para la activación específica de complejos musculares.
- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico.
- Actividades modulares, que engloban varios objetivos que se han de trabajar de manera conjunta.

En las dos primeras el objetivo a desarrollar suele ser único, y la estimulación va dirigida a la consecución de un logro o determinada reacción en el niño (como sucede con los masajes). Las actividades modulares (o módulos de actividades) tratan de estimular simultáneamente los procesos motores y los psíquicos, partiendo de la unidad de estos procesos en el desarrollo. No obstante, y debido a la progresiva diferenciación de las áreas de desarrollo, los módulos organizados como aparecen en este material se han de concretar básicamente en los dos primeros trimestres.

Esto está dado porque la actividad psicomotriz ha de ser preferentemente realizada en forma de módulos, que incluyan actividades de contenidos específicos, de complejos musculares, de acciones con objetos. Esto implica que el educador ha de organizar sus propios módulos, incluyendo en los mismos varias tareas que estarán en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades psicomotrices a formar.

En este sentido, cabe recordar que las actividades, de carácter específico o modulares, tienen un sentido longitudinal a lo largo de todo el año de vida, por lo que se pueden mantener aquellas de un trimestre a otro que continúan ejerciendo una influencia en los periodos posteriores. De esta manera se aplica un enfoque dialéctico del desarrollo y se valora a la psicomotricidad como un proceso en constante formación y maduración.

De igual manera, como toda actividad estimuladora que se realice con niños de estas edades iniciales ha de formar parte de un sistema científicamente dirigido y tomando en consideración sus particularidades del desarrollo, cada trimestre se inicia por los índices del desarrollo que se suceden en el mismo, de modo tal que los educadores puedan comprender el sentido de las actividades que realizan con estos niños, y puedan elaborar de manera mas apropiada y técnicamente mejor concebidos los objetivos y propósitos de cada una de estas actividades.

A fines organizativos estas actividades se estructuran de la siguiente manera:

- Actividades para niños de 12 a 15 meses.
- Actividades para niños de 15 a 18 meses.
- Actividades para niños de 18 a 21 meses.
- Actividades para niños de 21 a 24 meses.

No obstante esta estructura organizativa que determina formas de estimulación propias en cada periodo, existen procedimientos metodológicos generales que son semejantes en todos los trimestres, y que han de ser tomados en consideración a la hora de concebir las actividades pedagógicas.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL SEGUNDO AÑO DE VIDA

Las actividades psicomotrices en el segundo año de vida incluyen contenidos que posibilitan que el niño realice diversas acciones con los objetos; que se relacionan con diferentes tipos de movimientos, teniendo en cuenta la gradual complejidad de los mismos y la posibilidad de uso de variados objetos para la realización de una misma acción psicomotriz.

Las acciones que se proponen ahora tienen su antecedente en aquellas que se realizaban en el primer año de vida, por lo que es recomendable determinar el grado en que el niño domina estas acciones más simples. Este año de vida constituye un momento ideal para enriquecer la actividad con objetos, eje fundamental del desarrollo psicológico en esta etapa. Es en este sentido que al niño se le debe crear condiciones para lograr la familiarización con las propiedades de los objetos y la posibilidad de que accione con múltiples y diversos objetos cuando realiza sus actividades motrices.

El dominio progresivo por los niños de los modos de actuar con los objetos les permitirá no sólo conocerlos, sino también establecer relaciones entre ellos. Estas acciones se van perfeccionando conjuntamente con los movimientos que las posibilitan, y progresivamente el niño será capaz de establecer relaciones entre los objetos tomando en cuenta sus propiedades externas (las que percibe por la vista y el tacto) y sus relaciones (espaciales y cuantitativas).

La unidad entre lo psíquico y lo motor se expresa también en el hecho de que, para que se de una asimilación del contenido cognoscitivo de las actividades, es imprescindible que el niño realice acciones prácticas con los objetos, que tenga variadas experiencias en el desarrollo de la actividad con ellos.

En este sentido las actividades psicomotrices en el segundo año de vida se caracterizan por la realización sistemática de estas acciones con objetos, estimuladas por el adulto en función del movimiento, con la incorporación de habilidades motrices primarias que facilitan un mayor control de las mismas, y que propician establecer relaciones espaciales con objetos reales tomando como punto de partida su cuerpo en movimiento o acompañando con movimientos corporales los estímulos sonoros.

Las mismas se organizan tomando en cuenta dos formas principales:

- La actividad pedagógica psicomotriz.
- La actividad psicomotriz libre o independiente.

El objetivo fundamental de la primera consiste en la acción que ejerce el educador para la orientación de la actividad psicomotriz, posibilitando a su vez que el niño establezca y se apropie de las relaciones esenciales por sí mismo. Esta

acción sobre la zona de desarrollo próximo de los niños, es básica para la asimilación adecuada de los contenidos.

En la actividad psicomotriz libre o independiente, el niño pone en práctica lo asimilado en las actividades pedagógicas, determinando por sí solo que hacer, como hacer, cuando hacer, lo cual colabora al desarrollo de su iniciativa y su autonomía.

Estas actividades psicomotrices en este año de vida podrán durar entre 8-10 minutos, y se caracterizan por la atención individual, las reacciones y respuestas de cada niño a las tareas que realizan. Es por eso que durante el primer y segundo trimestres con los niños de 12 a 18 meses, el educador solamente ha de trabajar con un máximo de cuatro pequeños a la vez, y en los mayorcitos de 18 a 24 meses, llegar hasta ocho, grupos que pueden variar dentro de ciertos límites atendiendo al desarrollo alcanzado por los niños.

En los niños las actividades psicomotrices que se realizan incluyen ejercicios reflejos, pasivos y activos, tales como los desplazamientos, las acciones para el desarrollo físico general, las acciones para la formación de habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

Los ejercicios reflejos se estructuran sobre la base de reflejos incondicionados, para lo cual se aplican estímulos táctiles que provocan respuestas motrices en los niños. Así, por ejemplo, la estimulación de los músculos del abdomen se logra desde la posición de acostado, trazando suavemente con la yema del dedo del educador una línea desde el esternón hasta la pelvis (línea alba); para estimular los músculos de la espalda se coloca al niño acostado boca abajo y se pasa el dedo delicadamente por la columna vertebral, de arriba hacia abajo.

Los ejercicios pasivos son aquellos que se realizan con la dirección y ayuda directa del educador, utilizando diferentes utensilios tales como el bastón gimnástico, aros, palos, etc. Estos ejercicios contribuyen a formar una estructura del movimiento en los pequeños, acondicionan los diferentes planos musculares y los fortalecen y han de realizarse de forma suave sin ejercer resistencia al niño, y teniendo en cuenta sus posibilidades de movimiento, para lo cual el educador se colocará preferiblemente arrodillado, o en una posición cómoda frente a ellos.

De acuerdo con el desarrollo de los niños los ejercicios pasivos pueden combinarse con desplazamientos hacia diferentes direcciones.

Los ejercicios activos son los que el niño realiza de manera libre. Este tipo de acciones psicomotrices contribuyen a organizar y acondicionar los diferentes planos musculares y a desarrollar la coordinación, el equilibrio y las habilidades físicas.

Estas acciones abarcan los desplazamientos, los ejercicios para el desarrollo físico general, ejercicios para habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

Los desplazamientos están dirigidos a organizar a los niños para lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, el espacio y los medios de enseñanza, en cualquier momento de la actividad. Para los desplazamientos se utiliza todo el espacio disponible, evitando la manipulación innecesaria de los pequeños y velando por la postura correcta.

Se realizan acompañados de un ritmo, canción o rima para motivar la actividad, pero sin que tengan que seguirlo con exactitud. Los niños pueden llevar objetos en las manos, cabeza, hombros, cambiándolos de posición o moviéndolos libremente, como puede ser llevar un pañuelo en la cabeza, luego colgarlo en el antebrazo, agitarlo con las manos al frente, arriba, entre otras formas.

Atendiendo a las características de los niños en el segundo año de vida se trabajará solamente el caminar, bordeando y pasando obstáculos.

Estas actividades se planifican de manera que se alternen los ejercicios activos con los pasivos y reflejos, para evitar la fatiga en los niños.

Los ejercicios para el desarrollo físico general están dirigidos al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo de los niños, al desarrollo de la coordinación y la flexibilidad. Se pueden realizar en el lugar o con desplazamientos, dispersos, y desde diferentes posiciones iniciales que varían en dependencia del desarrollo de los niños y las condiciones del área en que se realizan. En el segundo año incluyen acciones motrices para los brazos, el tronco y las piernas, así como sencillas combinaciones que facilitan la coordinación.

La cantidad de ejercicios dependerá de las necesidades del grupo y de las combinaciones que se ejecuten, considerando las posibilidades morfofuncionales y psíquicas de los niños, pudiendo realizarse hasta cuatro tareas psicomotrices distribuidas para las diferentes partes del cuerpo, incluyendo las muñecas y los dedos.

La realización de las tareas se orienta por indicaciones verbales (arriba, abajo, al frente, atrás, a un lado, etc.); empleando imágenes y metáforas como: el elefante, el caballito, el reloj, las hojas de los árboles movidas por el viento, decir adiós a los pajaritos, alcanzar la naranja, enseñar las manos, abrirlas, cerrarlas, jugar con ellas o esconderlas; paseos imaginarios, canciones y rimas conocidas o creadas por el educador que sugieran un movimiento, entre otras.

Según el desarrollo de los niños y el grado de sus vivencias motrices, el educador puede, si lo considera necesario, acompañar la indicación verbal con la demostración a la vez que ellos tratan de hacer el movimiento. Estas formas de orientación se seleccionan y combinan racionalmente, contribuyendo así a la participación independiente, al conocimiento del cuerpo y a la orientación espacial.

Para llevar a cabo estas acciones motrices se pueden utilizar diferentes objetos

como cintas, aros, flores, pelotas, cubos plásticos, hojas de árboles, entre otros.

Los ejercicios para las habilidades motrices generales son los encargados de la enseñanza de las acciones motrices para desarrollar las habilidades, las capacidades coordinativas y la flexibilidad. También contribuyen a sentar las bases para la formación de cualidades de la personalidad, como la voluntad, la perseverancia y el valor, entre otras.

En el segundo año de vida las habilidades a trabajar son: caminar, lanzar, rodar, gatear, reptar, y trepar.

Tomando en cuenta el desarrollo de los niños se realizan dos o tres de estas acciones motrices separadas o combinadas, también se pueden realizar varias acciones de una misma habilidad pero siempre procurando un balance en el trabajo de los diferentes planos musculares.

Es importante mantener la motivación desde el inicio de la actividad, y proponer a los niños diferentes representaciones, por ejemplo, al caminar por planos el educador puede decir que son caminos, calles, puentes; al trepar o escalar, simbolizar montañas; al saltar, reptar o hacer cuadrupedias decir que son animales u objetos, además de otras formas que se puedan crear o surjan para que ellos comprendan, realicen y disfruten plenamente de la actividad.

En las tareas motrices relacionadas con el caminar el educador velará por la postura correcta, e insistirá en que los niños mantengan el tronco y la cabeza erguidos. Estos ejercicios contribuyen al desarrollo del equilibrio y la coordinación.

Si se camina por una barra de equilibrio, el educador puede brindar ayuda a los niños según las necesidades de éstos, disminuyendo su apoyo en la medida en que su equilibrio y coordinación aumentan. Las sendas que se utilizan en este grupo han de tener un ancho aproximado de 30 cm, al igual que las tablas. Los planos inclinados tendrán una altura de 10 a 30 cms. de acuerdo con el nivel de desarrollo.

La habilidad motriz general de lanzar posibilita la coordinación, la orientación y la flexibilidad. En el segundo año de vida es necesario ejercitar previamente a los niños en tomar, sostener y trasladar una pelota, un saquito relleno, juguetes pequeños u otros objetos, realizándolo con una mano alternando y con dos manos.

Con posterioridad lanzarán con una mano de forma alterna, primero libremente y después el educador los estimula a que se la lancen a él.

El rodar contribuye a la coordinación y la orientación espacial. Estos ejercicios se inician en el primer trimestre y se realizan desde la posición de sentado, cuclillas, de pie, entre otras. Los diferentes planos se trabajarán desde el suelo, por una tabla en el suelo, a una altura o banco, a un plano inclinado, entre otros, y hacia

diferentes direcciones, pudiendo ser al frente, hacia detrás, a los lados, alrededor del cuerpo, sobre el propio cuerpo o de otro niño.

Para lanzar y rodar se pueden utilizar pelotas industriales, artesanales, saquitos rellenos, bastones, cilindros, cestos, dianas, pañuelos, cintas, cuerdas, aros, bolos y otros objetos creados por el educador.

Mediante la cuadrupedia se fomenta la coordinación, la orientación y el equilibrio. En el segundo año se realiza en forma de gateo. La cuadrupedia puede hacerse dispersos los niños bajo la orientación del educador, puede ser libre y entre obstáculos. También hacia diferentes direcciones, lo cual se motiva colocando objetos a cierta distancia para llegar a ellos, y que el educador puede cambiar de lugar. Las sendas deben tener un ancho aproximado de 50 cms. y pueden ser rectas, onduladas y en zig-zag, describiendo caminos.

Si se utiliza una tabla, tendrá un ancho aproximado de 30 cms. y si se coloca inclinada ha de tener entre 15 y 30 cms. de altura, que se gradúa atendiendo a las posibilidades de los niños.

Reptar desarrolla la coordinación de los movimientos; por ello es necesario que el educador insista y si es vital demuestre como se hace el movimiento, cuestión que estimula al niño a alternar los movimientos de brazos y piernas.

La reptación puede hacerse mediante obstáculos para pasar por debajo, su altura debe ser pequeña (aproximadamente 20 cms.) para facilitar que se arrastre. Los obstáculos cubrirán un área que permitan al niño desplazarse de esta forma una cierta distancia. Para esta actividad pueden utilizarse mesas, tablas, bancos, escaleras y algún juguete para motivar.

Trepar, al igual que las otras habilidades generales, estimula la coordinación y el equilibrio. En esta edad se realiza a partir de objetos con una altura de 10 cms. y extender más en la medida en que el desarrollo de los niños lo permita. La superficie debe ser amplia para garantizar su seguridad. Para ello se utilizan tablas a las que se le da la altura requerida, tapas de cajón, bancos, muros, entre otros.

En los juegos de movimiento se ejercitan las acciones motrices aprendidas, por sus características mantienen la motivación para realizar las actividades a la vez que contribuyen a sentar las bases para el desarrollo de cualidades positivas de la personalidad. Las repeticiones del juego dependen de su dinamismo, contenido y carga física a que sean sometidos los niños. Así, ellos ejecutan sencillas acciones lúdicas motivados por el educador, como, por ejemplo, correr detrás de la mariposa, lanzar y recoger pelotas, entre otros.

A partir de los juegos originales el educador puede elaborar variantes que mantengan el objetivo del juego (acción principal) o crear algunos, teniendo en cuenta las características de estos niños. Estos juegos en la edad no han de tener carácter competitivo ni eliminar a ningún pequeño.

En la realización de las actividades para la formación de habilidades motrices generales es importante la recuperación. La misma se realiza para lograr un equilibrio entre las diferentes funciones que tienen su expresión y reflejo en pulsaciones cardíacas, frecuencia respiratoria, sudoración, coloración de la piel, entre otras; evitando la aparición de síntomas de fatiga, cansancio, excitación u otros que pudieran presentarse.

La recuperación incluye ejercicios respiratorios y de relajación. Entre los respiratorios se encuentran el caminar lentamente, elevar los brazos hasta el lateral (sin elevar los hombros) inspirando el aire por la nariz y espirando por la boca. Para ello se utilizan diversas formas de motivación como "oler la flor", "inflar la barriga", al inspirar, y "soplar el globo", "inflar la pelota" al espirar; así como otras que la propia educadora pueda crear.

Los de relajación se combinan con la respiración y el caminar lento. Durante su ejecución se realizan ligeras flexiones del tronco acompañado de un suave balanceo de los brazos hacia abajo para relajar los músculos de las extremidades superiores. La motivación puede ser "caminemos como el elefante", "tiemblan los brazos", etc. La relajación de los músculos de las piernas se realiza de igual forma que los brazos: movimientos de las piernas, indicando "tiemblan las piernas", etc.

Esta recuperación debe finalizar con la relajación de todo el cuerpo: la caída suave hasta quedar sentado o acostado atrás; en esa posición realizar nuevamente la respiración profunda (inspiración-expiración) y relajación de brazos y piernas. Ejemplo: "caminemos como el muñeco de trapo" y acostarse lentamente, "nos derretimos como el helado", entre otros.

Para lograr la recuperación física y psíquica el educador ha de bajar su tono de voz, tornándolo cada vez más suave a medida que se introducen estos ejercicios. El tiempo dedicado a esta parte depende de las necesidades de los niños, que serán valoradas por el educador a través de la observación de sus reacciones externas como: sudoración, movimientos respiratorios, etc.

En este año de vida, sobre todo al principio, la recuperación se hace mucho más simple, y solamente se toman algunos de estos aspectos, por ejemplo: caminar lentamente acompañados de una canción, o caminar lentamente y sentarse al finalizar el juego, diciéndoles que "estamos cansados", "como hemos jugado", entre otras frases.

Para el desarrollo exitoso de las actividades psicomotrices el educador seleccionará y preparará los medios de enseñanza que ha de utilizar en su realización, así como los objetos que los niños han de manipular, con tiempo de antelación, y velará para que éstos se encuentren en buenas condiciones para garantizar la seguridad de los pequeños.

Al planificar una actividad no la recargará de estos medios, pues ello puede provocar fatiga en los niños, contando con que, además, un mismo material

puede tener varios usos en una actividad. Aunque pueden ser de origen industrial, es conveniente que el educador elabore sus propios materiales, en particular aquellos que necesite y no estén a su disposición, como pueden ser, por ejemplo: pelotas de tela, papel y cartón, bolsas de arena, conos de hilo, palos gimnásticos, envases diversos, bastones, banderas, cintas, sonajeros, mariposas de papel, dianas y aros, entre otros.

En este año de vida, la mayoría de las actividades psicomotrices se realizan en la clase u otro lugar apropiado, y los niños han de estar descalzos. En los días húmedos o fríos, podrán usar zapatillas.

El vestuario que han de usar los niños serán preferentemente un pantalón corto y una camiseta, aunque en los días muy cálidos se puede realizar la actividad sin camiseta. La ropa ha de estar de acuerdo con la talla de los niños, y tener un diseño que permita la amplitud de movimientos.

Es importante disponer de espacio suficiente para que los niños se desplacen libremente y desarrollen los movimientos en su accionar con los objetos.

La actividad psicomotriz posibilita que el educador organice la misma por parejas o tríos de niños, y también en pequeños grupos, si bien en algún caso podrá también trabajar de manera individual, si fuera necesario.

Estas formas de trabajo cuando se seleccionan y aplican acertadamente facilitan la carga física, la ejercitación necesaria, y la manipulación adecuada de los objetos, utilizando óptimamente el tiempo. Es importante conocer que en una actividad pueden combinarse estas formas de trabajo.

El dominio del contenido de las actividades es esencial para el logro de la coherencia y la continuidad en la realización de las diferentes tareas y cumplimiento de objetivos, particularmente en las modulares, que han de realizarse sin que se den cortes bruscos al pasar de una acción a otra. Este conocimiento cabal del contenido facilita la formación y desarrollo de las habilidades coordinativas y de la flexibilidad, así como de las relaciones que se dan entre los objetos.

En todas las actividades psicomotrices se ha de insistir en la flexibilidad y la postura, que se trabajan de manera conjunta, lo cual se logra combinando movimientos compensatorios alternadamente dentro de una misma actividad, por ejemplo: caminar en punta y luego en talón, hacer flexión del tronco al frente y arqueado, y luego flexión del tronco a un lado y al otro, o movimientos de brazos al frente-arriba con movimientos laterales hacia atrás.

El ritmo individual de cada niño ha de ser respetado y observando que la actividad del menor sea de forma moderada.

La amplitud del movimiento ha de aumentarse poco a poco durante la realización de una actividad psicomotriz, y de una sesión a otra. El educador motivará a los niños para que amplíen el movimiento de las diferentes partes del cuerpo con frases tales como: "más amplio, más grande, profundo, abajo, arriba", etc., " y con imágenes como: "somos un muellecito, una mariposa, un sapito, una bolita, un aro, un elástico", entre otras.

La motivación se basará en el juego corporal y en la variedad de tareas que se sugieran a los pequeños, para evitar la monotonía y enriquecer sus vivencias motrices.

El desarrollo de la coordinación se logra, entre otros aspectos, cuando se realiza de manera simultánea el movimiento de diferentes partes del cuerpo, por ejemplo, pararse en punta de pies a la vez que se elevan los brazos hacia arriba y se sigue el movimiento con la vista (piernas, brazos y cabeza).

También se logra combinando movimientos de una o varias partes del cuerpo, como puede ser hacer un salto al frente y cucullas, o brazos arriba y dar palmadas, o flexión del tronco al frente y palmada abajo. De igual manera alternando la posición o movimiento de una parte del cuerpo, por ejemplo, flexión alterna de piernas, en parejas de frente con las manos entrelazadas; flexión alterna de brazos al frente.

O combinando habilidades: caminar por una barra de equilibrio y pasar obstáculos a una altura, o caminar sobre un banco y dar un salto de profundidad, entre otras formas.

El equilibrio, en el que intervienen los receptores visuales, auditivos y vestibulares, se desarrolla al realizar las acciones motrices por diferentes planos, diferentes dimensiones, alturas, posiciones del cuerpo, entre otros. Así, el grado de dificultad para mantener el equilibrio se aumenta cuando el niño tiene que pasar de una tabla colocada en el suelo a una tabla que esté inclinada, cuando camina por una senda a hacerlo sobre una línea, cuando pasa de un banco colocado a una altura a otro que está a una altura mayor, cuando camina sobre un banco y luego ha de hacerlo en cuadrupedia.

En el segundo año de vida la aplicación del método apropiado para la realización de la actividad psicomotriz cobra particular importancia, dadas las características de la edad.

La aplicación de los **métodos verbales**, aunque limitada dado el insuficiente desarrollo del lenguaje de estos niños, sirve para activar la motivación, la comprensión del habla del educador, y colabora a la independencia de los niños al hacerlos partícipes directos del proceso de aprendizaje. Por ejemplo, si en una actividad se les dice "Vamos por un camino", "Crucemos el río", "¿Cómo podemos lanzar la pelota?", "¿Cómo podemos llegar hasta...?", son formas efectivas de estimular la propia acción.

El lenguaje utilizado será sencillo, adecuado a la edad, sin tecnicismos, con buena dicción, expresividad y utilizando metáforas, paseos imaginarios, etc. El educador ha de estimular este lenguaje también por medio de las acciones con los objetos y los resultados que con ellos se obtienen.

Entre los **métodos sensorio-perceptuales**, el auditivo contribuye a motivar, a desarrollar el oído, la percepción del tiempo y el ritmo en el movimiento corporal, por ejemplo: sugerir un movimiento o cambiar su ritmo por medio de un sonido, o un instrumento sonoro.

El **método propioceptivo** es muy efectivo en la fase de aprendizaje de una acción corporal, y propicia información motriz que sirve de base para la realización de movimientos más complejos.

El **método visual** es uno de los más importantes en esta edad, pues estos niños requieren mucho de la observación, la demostración y la realización conjunta con el educador para una adecuada percepción y representación de una tarea psicomotriz.

Los **métodos prácticos** son aplicados durante todas las actividades psicomotrices, entre ellos la ejercitación y el juego. Este último contribuye al desarrollo de capacidades físicas, cualidades de la personalidad, regula la conducta, eleva el estado emocional y la intensidad del trabajo físico.

El educador *enseñará a respirar* a los niños. Los movimientos de inspiración y de espiración contribuyen a desarrollar el ritmo respiratorio, favoreciendo la capacidad de trabajo. Para ello indicará o demostrará, de modo que sea apreciable por los niños, cuándo es necesario inspirar y cuándo espirar. Pueden utilizarse diversas formas para motivar a los niños, por ejemplo, soplar, emitir sonidos, oler el perfume de una flor, entre otras acciones.

La actividad psicomotriz en este año de vida ha de estar en función de la variedad de las vivencias motrices y no en la calidad técnica de los movimientos, así, por ejemplo, al saltar se ha de hacer sobre una superficie suave y lograr la semiflexión de las piernas, para proteger de esta manera la estructura y función de los huesos, músculos y articulaciones, y por tanto de la postura y la salud.

Por su importancia se hace necesario recordar, aunque se haya planteado previamente, que la actividad psicomotriz en este año de vida, se ha de realizar principalmente en forma de módulos, que incluyan tanto las tareas motrices como aquellas referentes al esquema corporal, la orientación espacial, las acciones con objetos. Estos módulos creados por el educador incluyen varias tareas que están en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a desarrollar.

En los dos primeros trimestres se combinan los ejercicios reflejos, pasivos y activos y en los restantes, además de los pasivos y activos, se comienzan a desarrollar los

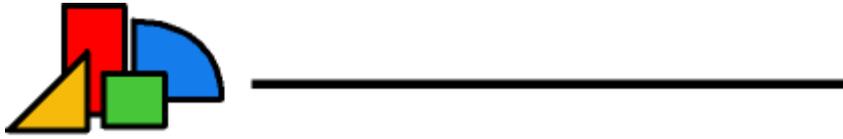
juegos de movimiento y la recuperación. La actividad psicomotriz se planifica de manera que la asimilación de las tareas para formar habilidades motrices generales y los ejercicios activos se alternen con los pasivos y reflejos (estos últimos solamente de 12 a 18 meses) y las posiciones iniciales: parado, sentado, acostado.

Dentro de este esquema se introducen entonces actividades de contenidos específicos, si así lo considera necesario el educador, al igual que puede hacer actividades que no incluya en un módulo, y que por su significación ella considere que debe dedicarle una mayor atención.

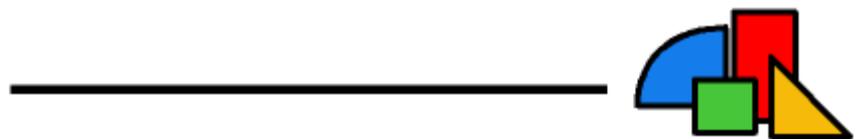
En los dos primeros trimestres el educador ha de comenzar el módulo utilizando un instrumento de percusión para desplazarse caminando libremente por la clase o el área exterior, y de esta manera condicionar a los niños a la realización de la actividad.

La actividad psicomotriz también ha de realizarse de forma libre e independiente por los niños, que seleccionan qué juegos hacer, qué acciones motrices realizar, qué objetos utilizar en sus acciones. El educador ha de crear condiciones diariamente, desde la apertura del centro infantil, para el desarrollo de la misma, colocando los materiales al alcance de los niños para que éstos los seleccionen y accionen con ellos.

Entre los materiales para las actividades psicomotrices libres se encuentran: pelotas para lanzar y rodar (industriales o artesanales), juguetes mecánicos y elementos del área exterior (parque infantil, obstáculos, muros, bancos, pequeñas elevaciones), carritos de arrastrar, caballitos de palo, rampa-escaleras; cajones para entrar, salir, montar, empujar, arrastrar; juego de bolos o sus sustitutos; cuerdas atadas a sillas para pasar, reptar; aros (rodar, lanzar, saltar), dianas y cestos a diferentes alturas, cilindros para rodar, tragabolas... También se pueden realizar con los niños que así lo deseen, los juegos de movimiento y diversas acciones motrices durante los paseos imaginarios. El educador pueden crear otros medios e incluir otras acciones apropiadas y sugerentes para el desarrollo de la actividad motriz independiente.



Actividades para niños de 12 a 15 meses



En este primer trimestre del segundo año de vida los principales logros del desarrollo son los siguientes:

- ❖ Se sienta bien en el suelo por tiempo indefinido
- ❖ Gatea apoyado en manos y rodillas, de esta posición se echa atrás sobre los glúteos.
- ❖ Camina solo hacia delante y los lados, con movimientos no totalmente coordinados.
- ❖ Sube y baja por sí mismo tres o cuatro peldaños de una escalera, apoyándose ligeramente, y puede subirla completa gateando.
- ❖ Imita diferentes acciones que ve realizar a los que le rodean, usa los objetos de acuerdo con su función social.
- ❖ Experimenta con los materiales y objetos, realiza acciones no aprendidas a partir de su experiencia previa.
- ❖ Realiza pequeñas construcciones con objetos que lo posibilitan.
- ❖ Hace acciones de correlación más complejas.

Las líneas directrices del desarrollo en este período se organizan básicamente sobre los determinantes del desarrollo en el año de vida, y que respecto a la psicomotricidad se enmarcan en:

1. Perfeccionamiento de la marcha independiente e inicio de las primeras habilidades motrices generales.
2. Asimilación de las acciones objetales de correlación.

Tomando en consideración estas líneas directrices se han de organizar las actividades de contenidos específicos y las modulares, entre las que se recomienda:

Actividad

- Experimentación con materiales de la naturaleza.

Objetivo

Asimilar acciones y sensopercepciones relacionadas con materiales y objetos diversos.

Metodología

En los niños de este trimestre se inician los juegos con agua y arena, los cuales activan la propiocektividad de manos y dedos, y el descubrimiento de propiedades relacionadas con las particularidades de estos materiales. Pueden realizarse actividades muy diversas, tales como:

- En el arenero o un depósito que contenga arena, enseñar al niño como echar arena en un envase cualquiera (cubo, caja, carretilla, camión de volteo, etc.) utilizando una pala. Luego demostrarle como verterla de nuevo girando el envase. Estimularle a que lo haga por sí mismo.
- Darle un colador para que lo llene de arena y luego observe como se cuele por los orificios cuando lo levanta.
- Realizar diversas acciones con la arena: Darle un cubo o pala para alisar la arena en el cubo aplanándola, verterla de un recipiente a otro, hacer formas de arena con moldes, entre otras.
- Enseñar al niño a hundir objetos en el agua, primero con aquellos que al soltarlos volverán por sí solos a la superficie a flotar, luego con otros que se hundan del todo, llamarle su atención a este hecho.
- Darle objetos que al hundirse hagan burbujas de aire en el agua, tal como una pelota de espuma o de goma perforada, enseñarle como hacer esta acción y permitirle que manipule la pelota o juguete libremente en el agua.
- Situar objetos que floten (un barquito, una pelota inflable, juguetes de poco peso, etc.) y enseñar al niño cómo empujar los juguetes con la mano sobre el agua para hacer que avancen en una dirección determinada.
- Enseñar al niño cómo echar agua de unos recipientes a otros, unas veces volteando las vasijas, otras usando envases perforados en el fondo.
- Una vez que los niños se han habituado al agua y la arena jugando con cada material de forma aislada, mezclar ambos elementos para hacer diversas formas con moldes o vasijas en el arenero.

Actividad

- Estimulación visual y propioceptiva de la imagen corporal.

Objetivo

Asimilar nociones del esquema corporal mediante acciones sensoriales y propioceptivas.

Metodología

A partir de este trimestre se han de trabajar diversas actividades dirigidas a hacer conscientes al niño de las partes de su cuerpo.

Para esto se pueden tocar diferentes partes del cuerpo del niño mientras se le dice su nombre, sin intentar que lo repita, pues lo importante ahora es que comprenda de qué se está hablando y lo relacione con su cuerpo: Por ejemplo, se le toma de una mano y se le dice "Esta es tu mano", "¿Qué es esto?" "Tu mano".

Esta actividad se puede realizar también frente a un espejo colocado a la altura del niño. Siempre que el educador le señale una parte del cuerpo le ha de ejercer una cierta presión o roce con su propia mano, para que a la denominación verbal se una la sensación propioceptiva. Esto se hará también con otras partes del cuerpo, el pelo, los ojos, la nariz, la boca, los pies, etc.

También se puede utilizar un títere o muñeco y solicitarle al niño que señale las diferentes partes del muñeco que ya ha señalado en su cuerpo (las manos, los ojos, la boca, la nariz, etc.). De igual manera enseñarle imágenes simples (fotos, dibujos) para que indique en las mismas las partes del cuerpo que solicite el educador.

Actividad

- Realización de acciones de correlación complejas.

Objetivo

Perfeccionar las acciones que relacionan las propiedades de dos o más objetos.

Metodología

Las acciones de correlación son muy importantes al desarrollo psicomotor del niño en esta edad, pues relacionan las diferentes propiedades de dos o más objetos. Las mismas son resueltas básicamente mediante el proceso de la percepción.

Son muchas las acciones de este tipo que se han de comenzar a trabajar en este primer trimestre, entre las que se recomiendan:

- Darle al niño un tablero de encajes de dos piezas (círculo y cuadrado) y estimular a sacar y meter las piezas. Éstas han de tener igual color, mientras que el tablero ha de ser en un tono contrastante con las piezas.

Después de que ellos tengan un relativo éxito en esta tarea, utilizar un tablero más grande que incluya un triángulo, cuya base sea igual al diámetro del círculo y el cuadrado. Incitarles a que metan y saquen las tres piezas en el orden que deseen.

- Coger cuentas o bolas pequeñas (pero no minúsculas) que tengan un orificio grande en el centro y dárselas al niño junto con un cordón con los extremos duros, e incitarlos a que inserten la cuerda por los agujeros para formar un collar. Si persisten dificultades motrices, el educador ha de ayudarles a pasar el cordón.
- Proporcionar al niño una caja de inclusión con varios orificios para que introduzca piezas (fichas, bolas, pastillas, etc.) por cualquiera de los agujeros.
- Utilizando un soporte para introducir piezas, darle al niño discos de variados colores para que los coloquen uno a uno. En un principio las piezas han de tener igual diámetro, y en la medida en que ellos dominen la acción psicomotriz entregarles de diferentes diámetros y colores. En este caso no se ha de exigir aún que los discos se coloquen de acuerdo con un orden de tamaño.

- Darle al niño un lápiz o marcador grueso y estimularle a garabatear sobre una hoja de papel tras la demostración del educador.
- Poner a disposición del niño una pintura lavable e inofensiva (témpera, pintura digital, etc.) en un recipiente ancho, hacerles introducir las manos abiertas en el recipiente y luego que las coloquen sobre una cartulina o papel, para que dejen la huella impresa en el mismo.
- Entregar al niño cubos plásticos o de madera insertables uno dentro de otro, y solicitarles que los metan y los saquen. El educador podrá ayudar en la manipulación si tuvieran dificultades para insertar los cubos o sacarlos.
- Tomar dos objetos de distinto tamaño y estimular al niño a que coloque el más pequeño encima del grande. Cuando domine esta acción darle un tercero aún menor.
- Coger dos o tres cubos volumétricos de madera dura y enseñar al niño a poner uno encima de otro para formar una pequeña torre. En un principio los bloques han de ser grandes (de 8-10 cms. de lado o un poco mayores), pero tan pronto ellos agarren el principio de la construcción utilizar solamente cubos de 2.5 cms. para realizar esta tarea.
- Darles al niño una base que tenga algunos agujeros grandes y ofrecerles varillas o tronquitos anchos para que los inserten en la pieza.
- Entregarle al niño canicas o bolitas de goma para que las introduzca en un recipiente plástico transparente de cuello estrecho. Mostrarles la forma de meter y sacar las bolitas y pedirle que lo hagan solos.
- Ofrecer al niño un cilindro de plástico hueco y darle algunos objetos que quepan en su diámetro, e incitar a que los introduzca en el tubo y observe como caen por el otro lado.
- Estando el niño sentado frente a una mesa baja, darle una hucha de ranura estrecha, para que inserte fichas o monedas. Luego quitarle el tapón de seguridad, ponerlo a la inversa y hacerle verter las piezas en la mesa agitando el objeto.

Actividad

- Utilización de medios auxiliares para realizar acciones con objetos.

Objetivo

Realizar acciones objetales preparatorias de las acciones instrumentales.

Metodología

Las acciones instrumentales son aquellas en las que se utiliza un objeto para ejercer una acción sobre otro objeto, y en la que el primero es usado como medio auxiliar y mediatizador de la actividad cognoscitiva. Estas acciones con instrumentos son las más importantes para el desarrollo psicomotor en estos primeros años de la vida, pues su solución sólo es posible mediante el proceso del pensamiento.

En este primer trimestre se comienza a trabajar en acciones preparatorias para la actividad con instrumentos. Entre las mismas se encuentran:

- Situar cerca del niño en una mesa baja o en el suelo un objeto fuera de su alcance que esté atado con un trozo de cuerda, dejar un extremo de ésta cerca de él y estimularle a que obtenga el juguete usando la cuerda.
- Sentar al niño frente a una mesa baja, colocar entonces un juguete atractivo que descansa sobre un tapete o pequeño mantel, incitar al pequeño a que tire de la tela para alcanzar el objeto.
- Estando sentado frente a una mesa baja, poner un objeto que rueda (un vagoncito de tren, una cochecito, un caballito de ruedas, etc.) que tenga una pequeña asa circular en la parte delantera del objeto. Pasar una cinta por el asa y darle los dos extremos al niño para que tire con ambas manos de la cinta y atraiga el objeto hacia sí.
- De pie el niño, darle un juguete que tenga ruedas que esté atado por una cuerda, incitar al niño a que se desplace caminando tirando el objeto tras de sí agarrando la cuerda por su extremo. Posibilitar que el objeto también realice movimientos, sonidos o emita luces al ser arrastrado por el niño.
- Darles al niño un globo atado a una cuerda en la punta de una varilla y pedirles que caminen en todas direcciones con el juguete agarrado con su mano por el extremo del palo o el hilo.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de zonas musculares.

Objetivo

Activar zonas morfofuncionales relacionadas con las habilidades motrices generales.

Metodología

En este trimestre las actividades, con algunas variaciones, son muy semejantes a aquellas del trimestre anterior, ya que las mismas pretenden lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, desde la cabeza hasta los pies:

- Situar las manos sobre la cabeza del niño y deslizarlas de manera suave desde el centro hasta la barbilla pasando por detrás de las orejas. Hacerlo de dos a cuatro veces.
- Poner luego las manos en el centro de la frente, y pasando por las sienes, ir hasta la parte media trasera de su cabeza. Esto también hacerlo de dos a cuatro veces.
- Situar las manos a los lados del cuello del niño, y con los pulgares acariciar desde los labios hacia los lados de dos a cuatro veces. Subir con los pulgares desde la punta de la nariz hasta el puente y bajar por los lados de la nariz hasta las comisuras de los labios.
- Estando boca arriba el niño, el educador ha de colocar sus manos en el centro del pecho y deslizarlas hacia los brazos, para bajar por los lados hasta las caderas, y una vez allí, subirlas de nuevo al centro del pecho. Esto lo podrá repetir hasta tres o cuatro veces.
- En la misma posición el educador ha de pasar la palma de su mano desde la cadera derecha del niño hasta su hombro izquierdo, y luego con la otra ir desde la cadera izquierda hasta el hombro derecho. Hacerlo varias veces.
- Hacer con la mano movimientos circulares suaves sobre el ombligo del niño, en el sentido de las agujas del reloj. Luego, poniéndolo boca abajo, con los dos pulgares describir círculos pequeños en sentido contrario a las agujas del reloj, desde la nuca hasta los talones.

- Boca abajo el niño pasar las manos del centro de la cabeza hacia los lados, y pasando por los laterales de la nuca llegar hasta los hombros. Hacer esto dos veces a lo sumo.
- Estando el niño en la misma posición anterior el educador, sitúa sus dedos índice y corazón en la nuca, los desliza por la columna vertebral hasta las nalgas, y continúa hasta los tobillos. Al hacer este masaje el educador ha de sujetar con su otra mano los dos pies del pequeño colocando un dedo entre ambos y elevándolos un poco.
- De la misma manera el educador con una mano sujeta la muñeca del niño y con la otra le acaricia el brazo desde el hombro hasta la muñeca, luego cambia de mano y repite el masaje otra vez a partir del hombro. Una vez hecho esto invertir para realizarlo con el otro brazo del pequeño.
- Estando boca arriba el niño, el educador le sujeta con una mano la pierna por el tobillo, formando un ángulo recto con el tronco. Luego con la otra mano la desliza desde el muslo hasta el tobillo, y una vez allí cambia la mano que sujeta el tobillo, para que con la queda libre realizar el mismo masaje. Repetir con la otra pierna. Es importante que el educador mantenga en todo momento sus manos en contacto con el cuerpo del niño.
- Tomando el pie del niño con las manos, el educador sitúa sus pulgares en el centro de la planta y los desplaza desde el centro hasta los dedos, y desde los dedos otra vez al centro de la planta del pie. Hacerlo igualmente con el otro pie.
- Finalmente, el educador ha de tomar cada dedo del pie del niño y lo frotará desde la base hasta la punta. Repetir con el otro pie.

Actividad

- Estimulación del caminar

Objetivo

Continuar perfeccionado la habilidad de dar pasos como fase previa de la marcha.

Metodología

Esta actividad modular se inició en el último trimestre del primer año de vida, y se continúa en el actual con sus modificaciones pertinentes. El mismo se compone de cinco tareas:

- Estando el niño y el educador frente a frente parados agarrando un bastón con las manos, éste lleva al pequeño a realizar flexiones al frente y cuclillas. Repetir tres veces esta acción.
- Estando el niño de pie, el educador le coloca un pañal alrededor del tronco y lo sostiene por detrás, estimulándolo a caminar por una senda formada por dos bastones que se encuentran en el suelo, con una separación aproximada de 30 a 40 cms. Repetir 3 veces
- Hacer al niño subir y bajar tres o cuatro peldaños de una escalera con la ayuda del educador. Esto se promoverá colocando un juguete arriba en la escalera. Repetir 3 veces.
- Desde la posición de sentado o parado, rodar una pelota y estimular al pequeño para que gatee o dé pasitos para alcanzar el juguete. Repetir 3 veces.
- Estando sentado el niño darle un juego de inclusión que permita colocar uno o dos cubos dentro de uno más grande, sacarlos, invertirlos y poner uno sobre otro, realizar esta acción varias veces mientras el niño esté atraído por la misma.

Actividad

- Realización de acciones psicomotrices combinadas.

Objetivo

Estimular diferentes habilidades adquiridas o en vías de adquisición.

Metodología

Este módulo tiene seis actividades que se detallan a continuación:

- De pie el niño el educador le brindará un bastón al pequeño para que lo agarre con ambas manos, y luego le llevará los brazos arriba, al frente, con flexión y extensión. Se repite 3 veces.
- Sentado el niño en un rodillo, el educador lo sostiene por los brazos. Llevar el rodillo hacia atrás y luego hacia adelante para que el niño quede en cuclillas y pase de esa posición a parado. El movimiento debe hacerse lentamente. Repetir 3 veces.
- Desde la posición de gateo colocar un juguete en el suelo para que el niño trepe por encima de las piernas del educador, que se encuentra sentado. Hacerlo un par de veces.
- Estando el niño de pie, se le estimula a que camine con un punto de apoyo por encima de tres o cuatro obstáculos colocados en el suelo (cuerdas, bastones). Se le brindará ayuda si es necesario.
- Poniendo al niño acostado de frente al educador, éste le brinda un bastón para que lo agarre, entonces elevar los brazos (arqueado). Repetir 3-4 veces. En la misma posición y usando el bastón, el educador lo coloca en los pies del niño y le eleva las piernas. Repetir 3 veces.
- Situarlo frente a una escalera y estimularle a subir y bajar tres o cuatro peldaños con la ayuda del educador. Esto se consigue poniendo un juguete al final de la escalera. En algún momento liberar el agarre del niño para observar si sigue subiendo o bajando agarrado del pasamanos o la pared. Repetir 3 veces.

Actividad

- Activación del equilibrio

Objetivo

Fortalecimiento de la estabilidad corporal, la postura y de premisas de acciones volitivas.

Metodología

Este módulo da inicio a las actividades propias de este trimestre de 12-15 meses, y se puede realizar trabajando simultáneamente con dos niños. Este módulo se compone de cinco tareas.

Es importante señalar que en cada uno de estos módulos que se han de iniciar en este trimestre, el educador puede incluir, de acuerdo con sus criterios, una actividad de contenidos específicos de acción con objetos de las referidas al inicio de las actividades de este trimestre, la cual será escogida de acuerdo con lo que el educador considere necesario o más acorde con el tipo de acción psicomotriz que se realiza. Este módulo incluye:

- Propiciar que los niños caminen libremente por la sala o área en que se va a desarrollar la actividad, procurando el educador motivar los desplazamientos.
- Sentados los niños con las piernas extendidas, el educador frente a ellos sostiene un palo gimnástico y les solicita que lo agarren con sus manos. Entonces, acercará y alejará el palo para que ellos flexionen y extiendan los brazos. Repetir esta acción de tres a cuatro veces.
- Estando de pie los pequeños, se le vuelve a ofrecer el palo gimnástico para que lo tomen, entonces los incita a “ponerse bien grandes” (llevando el palo arriba) para que se pongan en punta de pies, y después “volverse chiquititos”, haciendo presión hacia abajo para que se coloquen en cuclillas. Hacerlo dos o tres veces.
- Colocar con tiza o una tira de papel una marca en el piso de 15 cms. de ancho y dos metros de largo, y estimular a los niños a caminar al frente siguiendo la marca, en línea recta, hasta el final. Para esto se puede colocar un muñeco llamativo al final del recorrido. Repetir dos o tres veces.

- Concluir el módulo con un juego de "A que te agarro", en el cual el educador hace el intento de agarrar a los niños a los que ha dicho que se desplacen. Hacerlo durante 30 o 40 segundos.
- Al final hacer una marcha de recuperación, que se acompañe de una canción cantada por el educador.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia.

Objetivo

Fortalecer los planos musculares y la coordinación de los movimientos.

Metodología

El siguiente módulo consta de cinco actividades. Puede ser realizado con tres o cuatro niños.

- Caminar por la sala durante tres minutos. El educador debe estimular a que los niños se trasladen en todas direcciones.
- Estando los niños sentados en el suelo encima de una colchoneta, el educador sentado frente a ellos, sostendrá un aro grande con las manos y estimulará a los pequeños a que lo agarren, luego realizará flexiones y extensiones de sus brazos, acercando y alejando el aro. El educador ha de procurar que los pequeños no se muevan de su sitio al realizar el movimiento. Repetir dos o tres veces.
- De pie los niños con el palo gimnástico agarrado, el educador los estimulará a hacer cucullas. Repetir esta acción dos o tres veces.
- Estando los niños en posición de gateo, el educador los incitará a que se desplacen libremente por el área de actividad, motivándolos a que lo hagan "como los gatitos". Esto ha de hacerse durante 30 ó 40 segundos.
- Culminar el módulo con un juego de movimiento en el que el educador sostiene en sus manos un sonajero o una campana, la que sonará elevándola o bajándola a la altura de los niños, para que ellos traten de obtener el objeto, lo cual ha de permitirse al final. Hacer este juego dos o tres veces.
- Finalizar la actividad con un paseo de recuperación alrededor de la sala o el área exterior.

Actividad

- Rodamiento de pelotas.

Objetivo

Coordinar premisas de movimientos para la habilidad de lanzar.

Metodología

Para aprender a lanzar lo primero que hay que hacer es relacionar los movimientos musculares de la mano y el brazo con el agarre del objeto, en este caso la pelota, por ello se hace necesario empezar por actividades psicomotrices simples que enlacen ambas acciones.

A su vez esta tarea psicomotriz ejerce una influencia sobre la concentración de la percepción visual y la atención, que en este trimestre es muy inestable y que cambia frecuentemente de acuerdo con los estímulos que aparecen (distractibilidad de la atención).

Este módulo comprende seis tareas psicomotrices. Participan tres o cuatro niños a la vez.

- Durante dos minutos incitar a los niños a que caminen libremente por el área o sala, utilizando todo el espacio disponible. El educador puede lograrlo haciendo que los pequeños se desplacen detrás de él en grupo disperso.
- Acostados en el suelo utilizar el palo gimnástico para que los niños lo sujeten con las manos, luego el educador los lleva a sentarse sin doblar las rodillas, y de ahí a la posición inicial. Repetir dos o tres veces.
- Estando de pie los niños, situar una barra de equilibrio en el suelo, y estimularlos a caminar ordenadamente sobre ella. Esta acción ha de repetirse dos o tres veces también.
- Sentados frente a frente en el suelo, con las piernas abiertas en ángulo, el educador les rueda con ambas manos una pelota consecutivamente a cada uno de ellos, que han de recibirla y pasársela al educador de la misma forma. La distancia entre el educador y los niños ha de ser de dos metros. Cada niño permanecerá en la misma posición mientras observa el rodamiento de la pelota a los otros. Repetir dos o tres veces con cada uno de ellos.

- Luego hacer un juego de movimiento de "Alcanzar la pelota" en el que el educador rueda libremente la pelota por el suelo, e incita a los niños a desplazarse para cogerla y entregársela a él. Ha de procurar que no sea siempre el mismo niño el que tome la pelota. Hacer esta acción dos o tres veces.
- Al final, marcha de recuperación por toda el área o sala en que se ha realizado la actividad.

Actividad

- Coordinación de movimientos para el logro del equilibrio.

Objetivo

Incitar el desarrollo de la estabilidad corporal y de los planos musculares que favorecen la postura correcta.

Metodología

Este módulo consta de seis actividades psicomotrices. Se realiza con tres o cuatro niños simultáneamente.

- Estimulación del caminar libre por el área o sala en que se realiza la actividad, pero el educador llamará la atención sobre la forma en que él lo hace, extendiendo la pierna y apoyando la punta del pie en cada paso. Hacerlo durante un par de minutos.
- Estando los pequeños sentados en el suelo, el educador toma un aro grande y pasando por cada niño, le ofrece el aro a dos de ellos para que lo agarren, realizando una flexión y una extensión con cada pareja, alejando y acercando el aro. Ha de procurar que los pequeños no se muevan de su sitio al hacer los movimientos. Repetir hasta tres veces.
- Tomando a dos niños, de pie frente al educador, éste les ofrece un palo gimnástico para que lo sujeten con sus manos, y luego los lleva a hacer cucullas dos o tres veces. Esto se estimula mediante frases tales como “Vamos a hacernos grandes” y “Nos convertimos en enanitos” para hacer atractiva la actividad.
- El educador pone una tabla en el suelo y situando a cada niño en su extremo, les estimula a caminar hasta el final en línea recta sobre la misma, mirando al frente. Para motivar la actividad y hacer que mantenga su vista hacia delante, al final del otro extremo ha de colocar una silla con un juguete atractivo sobre ella, que permitirá manipular posteriormente. Hacer esta tarea dos veces con cada niño.
- El juego de movimiento ha de hacerse utilizando y haciendo sonar una campana que el educador sube y baja alternativamente para que los pequeños traten de agarrarla, lo cual se ha de posibilitar al final de la actividad. Repetirlo cuatro o cinco veces.
- Caminar acompasadamente por el área o sala para recuperar el ritmo respiratorio y relajar los músculos

Actividad

- Realización del movimiento de trepar.

Objetivo

Iniciar acciones para desarrollar la habilidad motriz general para trepar y fortalecer el arco plantar.

Metodología

La siguiente actividad modular comprende seis tareas psicomotrices y se realiza con tres o cuatro niños a la vez.

- Estimular a caminar libremente y en todas direcciones por el área o sala de actividades, durante tres minutos.
- Estando sentados en el piso los niños frente al educador, éste les ofrece el palo gimnástico y les pide a todos que lo agarren, luego acerca y aleja el palo para que flexionen y extiendan los brazos, lo cual repite hasta cuatro veces.
- Estando los niños de pie, les hace agarrar nuevamente el palo gimnástico, y los hace ponerse "grandes" o "chiquitos" haciéndoles hacer cuclillas durante dos o tres veces.
- Situando un obstáculo que tenga una altura de 10 cms. y una base para poder sostener al niño, el educador hace que uno a uno suban al obstáculo y bajen por el lado opuesto, dándole el apoyo de su mano. En esta actividad ha de procurar que no intenten saltar, sino colocar un paso al bajar. Repetirlo dos o tres veces.
- Realizar un juego de movimiento consistente en estimular a los niños a que traten de correr hacia el educador, que ha de sostener un muñeco atractivo en su mano, y haciendo cambios de dirección para que continúen corriendo tras el juguete. Hacerlo durante 30 ó 40 segundos.
- Al final, hacer desplazamientos de recuperación por toda el área de actividades.

Actividad

- Mantenimiento del equilibrio.

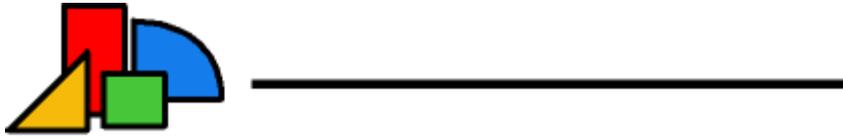
Objetivo

Continuar reforzando los movimientos que favorecen la estabilidad corporal y la postura.

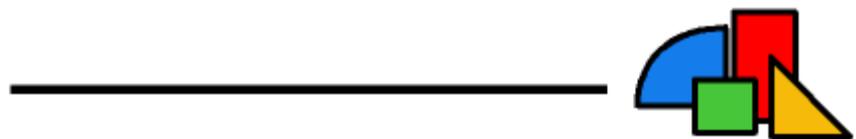
Metodología

Este módulo tiene seis actividades motrices. Pueden participar hasta cuatro niños, para trabajar en grupo o en parejas.

- Iniciar el módulo con una marcha libre durante dos minutos alrededor del área o sala de actividades, la marcha ha de hacerse sin exigencias marcadas, pero el educador ha de caminar de manera que los niños imiten sus movimientos.
- Estando tres o cuatro niños acostados boca arriba, el educador ha de ofrecerles el bastón largo gimnástico para que todos lo agarren, luego los lleva a posición de sentados, sin doblar las rodillas, tirando hacia él, y de ahí a la posición inicial. Repetir esta acción dos o tres veces.
- Estando los niños de pie, el educador toma una pelota y la sitúa en el suelo cerca de ellos, luego manda uno a uno que se agachen, la cojan, se pongan nuevamente de pie, y se la entreguen a él. Se repite cuatro o cinco veces.
- El educador sitúa una tabla fuerte en el suelo, apoyando uno de sus extremos en alguna base sólida que permita una inclinación de 10 ó 15 cms. del suelo. Poniendo a los niños frente a esta tabla inclinada los ha de invitar a subir caminando por la misma hasta su extremo superior, para regresar caminando nuevamente de frente hasta el extremo inferior. En esta actividad ha de sujetar al niño por la mano, suavemente, sin elevarle el brazo. Hacerlo dos o tres veces.
- Este módulo se continúa con un juego de movimiento de "Cojan mi juguete", en el que, sosteniendo un muñeco atractivo en su mano, el educador incita a los niños a que agarren el juguete, procurando cambiar de dirección cada vez que uno de ellos trata de tomarlo. Hacer esto de 30 a 40 segundos cada vez, durante dos o tres veces.
- Caminar libremente por el área para lograr la recuperación y el relajamiento muscular durante dos o tres minutos.



Actividades para niños de 15 a 18 meses



En este trimestre los principales logros del desarrollo son:

- ❖ Camina bien, sin extender los brazos.
- ❖ Corre, aunque todavía inseguro.
- ❖ Puede caminar cargando o llevando objetos diversos.
- ❖ Sube escaleras con ayuda del educador.
- ❖ Puede subir una escalera gateando, y la baja sentándose en los escalones o hacia atrás sobre su vientre.
- ❖ Se pone en posición de cuclillas por sí mismo.
- ❖ Utiliza algunos objetos para accionar sobre otros.
- ❖ Realiza acciones de correlación complejas, hace sus primeras construcciones.

Las líneas directrices en este trimestre son las mismas del anterior, pero con acciones psicomotrices y con objetos más complejas:

1. Perfeccionamiento de la marcha y consolidación de las premisas de algunas habilidades motrices generales.
2. Asimilación de acciones de correlación complejas y premisas de las de construcción.
3. Asimilación de acciones preparatorias de la actividad instrumental.

Valorando estas líneas que marcan la dirección del desarrollo en el trimestre, se recomiendan las actividades siguientes:

Actividad

- Asimilación de nociones del esquema corporal.

Objetivo

Continuar reforzando el conocimiento de la imagen corporal.

Metodología

Las actividades que se iniciaron en el trimestre anterior y que estaban dirigidas a partes del cuerpo del niño, han de continuar realizándose en este, entre ellas tenemos:

- Tocar diferentes partes del cuerpo del niño y nombrar estas partes, estimulando ahora a que diga el nombre: Por ejemplo, se le toma de una mano y se le dice "Esta es tu mano", "¿Qué es esto?" "Tu mano", "A ver, ¿cómo se llama?", "Ah, ¡la mano!".
- Situar al niño frente a un espejo colocado a su altura y seguir el procedimiento anterior. Siempre que el educador le señale una parte del cuerpo le ha de ejercer una cierta presión o roce con su propia mano, para que a la denominación verbal se una la sensación propioceptiva. Esto se hará también con otras partes del cuerpo, el pelo, los ojos, la nariz, la boca, los pies, etc.
- Utilizar un títere o muñeco y solicitarle al niño que señale las diferentes partes del muñeco que ya ha señalado en su cuerpo (las manos, los ojos, la boca, la nariz, etc.). Si es posible tener un muñeco articulado de igual talla que la del niño, pedirle que señale y mueva las diferentes partes del cuerpo del muñeco.
- De igual manera enseñarle imágenes simples (fotos, dibujos) para que indique en las mismas, las partes del cuerpo que solicite el educador.
- Mostrarle el dibujo de una persona y pedirle al niño que señale las partes del cuerpo que ya conoce. Pedirle que repita como se llaman.
- Hacer una copia del cuerpo del niño en un papel (se le acuesta sobre el papel, se dibuja el contorno, luego se recorta, y se pega en la pared). Preguntarle quien es, si no contesta, decírselo. Luego se irán pintando detalles en la figura (ojos, nariz, boca, etc.), se nombran mientras se dibuja y se les solicita que lo repitan.
- En las actividades de la rutina diaria, aprovechar cualquier momento de la actividad o del juego para pedirle que diga las partes del cuerpo, y que las señale en otros niños y el educador.

Actividad

- Sostenimiento de varios objetos de manera simultánea.

Objetivo

Estimular propioceptivamente el agarre y destreza de brazos, dedos y manos.

Metodología

La importancia de esta actividad radica en hacer comprender propioceptivamente al niño sus posibilidades psicomotrices finas, en su contacto con los objetos.

Para ello se deben tener a su alcance varios juguetes atractivos pequeños. En un momento el educador le ofrece uno de esos juguetes, y a continuación le presenta otro diciéndole: "Toma este otro", de tal modo que sostenga uno en cada mano.

Estando con ambos objetos, se le ha de ofrecer un tercero para que coja los tres a la vez. Luego se le puede ofrecer un cuarto juguete, que el niño aprisionará contra su cuerpo, y así sucesivamente hasta que los objetos se les empiecen a caer, de lo cual se hará un juego. Esta actividad deberá repetirse un par de veces.

Actividad

- Realización de acciones para la percepción táctil.

Objetivo

Activar conexiones nerviosas relacionadas con la percepción de la textura y temperatura de los objetos.

Metodología

Para familiarizar al niño con la textura y la temperatura de los objetos no es necesario realizar actividades específicamente dirigidas a este contenido. Esto puede hacerse en cualquier momento del día. Por ejemplo, cuando el niño utilice objetos de madera, plástico, algodón, esponjas, u otros, se aprovechará para que los manipule y compruebe sus cualidades.

También se les pedirá que toque los objetos que se calientan por estar expuestos al sol, de forma que comprueben la diferencia de temperatura antes y después de ponerlos al sol. Al comer los alimentos se les hará notar si están fríos o calientes.

De igual manera se pueden realizar actividades en las que el educador sitúe objetos de diferentes texturas (madera, plástico, de peluche, rugosos, etc.) para que, por la acción directa del niño, pueda manipular las distintas consistencias, temperaturas y texturas de los objetos.

En las actividades modulares este contenido puede incluirse de manera fácil, haciendo notar al niño las propiedades de los objetos con los cuales se realizan los diferentes ejercicios psicomotrices (pelotas, bastones, palos gimnásticos, etc.).

Actividad

- Realización de acciones que permitan la orientación en el espacio.

Objetivo

Iniciar la activación del conocimiento de las primeras relaciones espaciales a partir del propio cuerpo.

Metodología

La comprensión de las relaciones espaciales es un largo proceso que se ha de comenzar por acciones muy simples de la vida cotidiana, con el objetivo de hacer significativo el conocimiento de estas propiedades.

En este trimestre aún no se realizan actividades pedagógicas como tales dirigidas a este propósito, sino que el educador ha de aprovechar todas las oportunidades que se presenten en la comunicación y la rutina diaria para destacarle a los niños que hay cosas que están *arriba* y otras que están *abajo*, y que a su vez pueden estar *dentro* o *fuera* de un objeto, una caja, etc. (que son las relaciones espaciales que se han de trabajar inicialmente), para que ellos paulatinamente comprendan lo que significan estas palabras.

También en las actividades modulares este contenido es fácilmente introducible, para hacer destacable al niño que pongan sus manos arriba o abajo, o que pongan la pelota dentro de la caja, o que pongan los pies fuera de la colchoneta, entre otras posibilidades.

Actividad

- Realización de acciones de correlación complejas.

Objetivo

Continuar ejercitando la motricidad fina y las relaciones entre las propiedades de dos o más objetos.

Metodología

Las acciones de correlación del trimestre anterior han de continuar ejercitándose, variando objetos y situaciones para mantener la motivación hacia las mismas. Estas acciones son las que tienen como objetivo el establecimiento de una relación entre los objetos y sus partes, en una interrelación determinada en el espacio.

Cada acción implica grados de exigencia al establecer la relación entre dos partes o propiedades. Por ejemplo, se requerirá de una mayor coordinación y precisión en las acciones que realicen los niños cuando introduzcan objetos en un recipiente o frasco de boca estrecha, que cuando introduzcan bloques en una caja.

Por otra parte resultará más fácil tapar una caja de forma circular, que cuando es de forma rectangular, ya que sólo en determinada posición se logra éxito.

Las acciones de correlación se pueden desarrollar utilizando diferentes medios u objetos diversos, entre ellos material desechable como cajitas, frascos y juguetes fabricados para múltiples usos. Con ellos se estimulan las acciones de tapar y destapar, abrir y cerrar, enroscar y desenroscar, y otras.

Se utilizarán también pirámides, materiales con encajes, etc., donde en dependencia de las características de los mismos se puedan insertar piezas que representen formas, tamaños y colores.

Para realizar estas acciones, el educador presentará los objetos y estimulará al niño para que realice las acciones psicomotrices pertinentes, haciendo la demostración si fuera necesario, pero propiciando estimular la ejecución de la acción de manera independiente.

Haciendo un resumen entre las mismas están:

Abrir y cerrar: Se pueden utilizar diversos materiales, tales como cajas de diferentes tipos, puertas, cajones, etc. Esto se facilita si se esconde un objeto llamativo ante su vista dentro del cajón o detrás de una puerta.

Es importante no solamente darle objetos grandes como cajas de zapatos o cajones, sino también pequeños, como una caja de cerillas vacía o algo similar y mostrarle cómo se abre y se cierra, lo cual se puede estimular poniendo dentro de ella una canica o cualquier otro objeto diminuto que pueda llamarles su atención.

También se les pueden dar juegos de roscas para abrir y cerrar, y frascos de plástico para que metan y saquen cosas. De igual manera se les ha de enseñar la forma de abrir una botella de plástico con una tapa de rosca o un tarro con una tapa similar que sea grande.

Tapar y destapar: Cazuelitas, cajas de dos partes, jaboneras, entre otros objetos. También se pueden usar cajas con ranuras, cajas con orificios.

Ensartar: Aros, anillas, ruedas. En estas actividades debe tomarse en cuenta dos condiciones para garantizar que sean accesibles al niño y su gradual complejidad:

1.- El elemento que se utiliza para ensartar, (cuerda, cordón, cinta,) ha de tener una cierta consistencia y la punta no debe ser flexible, para permitir el agarre, siempre tomando en consideración que a esta edad las imprecisiones motrices en la coordinación son características.

2.- El diámetro por donde deberá producirse el ensarte debe ser en principio lo suficientemente grande para que los niños, aún cuando sus acciones sean torpes, lo logren. Sólo serán capaces de lograr ensartar cuentas con un orificio pequeño siempre y cuando lleguen a esta situación después de experiencias con medios que le resulten más fáciles.

Encajar unas piezas en otras, armar y conectar piezas volumétricas y con ellas hacer estructuras simples como pequeñas torres o construcciones, insertar piezas para reproducir un modelo a partir de la integración de sus partes.

Para esto se recomienda la utilización de rompecabezas, los cuales constituyen un medio ideal para lograr el establecimiento de las relaciones entre las partes para obtener una imagen integral. Estas actividades favorecen notablemente el desarrollo psicomotor, pues exigen gran atención y precisión de la observación para encontrar la relación correcta entre las partes.

En un primer momento hay que enseñar a los niños cómo unir las piezas, también es importante en esta fase inicial, presentarles la lámina completa como modelo. Después que el niño vea cómo se arma, se le ofrecerá piezas sueltas para que las encaje por sí solo.

En este trimestre y durante todo el curso del segundo año de vida, los niños pueden armar rompecabezas de dos piezas, en los que estén representados objetos bien definidos por sus contornos y colores y que resulten atractivos para los pequeños.

Los cortes que se le realicen a la lámina que se utilice para preparar el rompecabezas han de ser rectos (horizontales o verticales) y de un tamaño que facilite la manipulación y las acciones motrices finas de los niños.

En un inicio resulta beneficioso presentar rompecabezas con cortes "autocorrectores", es decir, que la propia pieza, por la forma como está hecho el corte, indica directamente la posición en que deben colocarse las partes. Esto sucede cuando se parte una imagen con una línea curva, que deja una pieza convexa y la otra cóncava, que solamente pueden ser encajadas en una única posición.

De igual manera se puede hacer una base con la parte superior de una caja de zapatos con varios agujeros, y ofrecerles varios palitos o tacos pequeños de madera para que los inserten, demostrarle como hacerlo por lo menos con uno de los palitos, y luego irles dando uno a uno para que ellos por sí solos los metan en el orificio.

Otras acciones de encaje pueden hacerse tomando recipientes plásticos para alimentos de diferentes tamaños y meter uno dentro de otro, según el tamaño, u ofrecerle una serie de cubos que se introducen unos dentro de otros. En este caso son posibles de usar también las muñequitas rusas llamadas "matrioshkas", en las que una muñeca se inserta en la otra. Estas acciones se han de demostrar al niño, con el objetivo final de que lo hagan por sí solos.

Algunos de estos objetos posibilitan también hacer acciones de construcción, como es el caso de los cubos insertables que puestos al revés permiten hacer una torre. Estas acciones han de ser también mostradas al niño para que se percaten de todas las posibilidades de la acción psicomotriz.

Enroscar y desenroscar pomos de tapas grandes y pequeños, tornillos plásticos o cualquier otro objeto que posea esta característica.

Armar pirámides. La tarea psicomotriz consiste en colocar anillos, discos o partes de otras formas, en el eje central de la pirámide, la cual el niño podrá inicialmente manipularla entre las manos. Puede considerarse satisfactoria la colocación de cuatro elementos sin orden de tamaño.

Acciones con bloques, para lo cual utilizando bloques de madera o plástico se puedan ejecutar diferentes acciones, como pueden ser colocar uno sobre otro y hacer una torre, uno al lado del otro, como un caminito o bien una casita, etc.

Colocar figuras en encajes: La utilización de estos medios que inducen al niño a insertar diferentes elementos en encajes, en este trimestre han de constar al menos de tres elementos (básicamente círculo, cuadrado y triángulo).

Si el tablero es de formas con piezas de diferentes tamaños, la diferencia entre ellos debe ser de unos 3 cms. Pero también se pueden utilizar aquellos cuyas piezas representan objetos, siempre que los objetos tengan contornos sencillos, como por ejemplo, globos, pelotas, animales, frutas, etc.

En todas estas acciones de correlación se ha de seguir un principio importante: la complejización progresiva de la acción motriz involucrada (es decir, que cada vez se requiera mayor habilidad motriz), y de la paulatina complicación de la acción con los objetos (que las relaciones de las propiedades de los objetos sea cada vez más compleja).

Actividad

- Uso de un objeto para alcanzar otro.

Objetivo

Realizar acciones psicomotrices preparatorias de las acciones instrumentales.

Metodología

En este trimestre se hacen acciones que son las premisas de las acciones con instrumentos, y que han de constituir las acciones principales a ejercitar en el trimestre de 18 a 21 meses. Ahora se concretan a relaciones simples de uso entre un objeto y otro. Entre las mismas tenemos:

- Colocar un juguete deslizable o con ruedas fuera del alcance del niño, que tenga atado un trozo de cuerda y situar un extremo de ésta cerca de él. Estimularle a que lo atraiga hacia sí tirando del cordel.
- Atraer un juguete por medio de una regla o cualquier otro objeto alargado.
- Cubrir una mesa baja con un mantel u otra tela, y colocar un juguete encima, y solicitar al niño, que está sentado en una silla frente a la mesa, a que tome el objeto . Si se levanta para tomarlo decirle que así no lo puede hacer. Si no se percata de que tirando del mantel lo obtiene, hacerle la demostración y luego dejarle actuar por sí mismo.

Actividad

- Realización de acciones digitales con objetos y materiales.

Objetivo

Mejorar el agarre digital y los movimientos involucrados en estas acciones con objetos y materiales.

Metodología

Para alcanzar este objetivo pueden realizarse actividades muy diversas, en las que un principio básico es proporcionarle al niño materiales diferentes que los llevan a realizar acciones diversas, pero que persiguen un mismo fin: lograr una mayor precisión de los músculos finos de la mano y dedos, y de las acciones psicomotrices involucradas.

Entre estas actividades están:

- Ofrecerles al niño papel y un lápiz grueso (de cera, de madera, etc.) para que, tomando el lápiz con su mano preferencial, garabatee libremente.
- Poner un papel en el suelo, darle diversos botes de pintura y que con las manos embarre como desee el folio.
- Situar una cartulina grande o una pizarra en la pared, a la altura de los niños, y proporcionarles ceras de colores, para que realicen trazos y garabatos sobre la superficie. También se les puede dar témpera para que implanten sus manos pintadas sobre el lienzo.
- Ofrecerle al niño un libro de figuras de animales u otros objetos conocidos que tenga páginas gruesas y que les sea fácil de manejar, y enseñarle cómo pasar las hojas guiando sus manos, para que paulatinamente lo haga por sí solo. En la medida en que desarrolle la habilidad motriz para hacerlo, darle revistas de papel, con hojas más finas, para que realice la misma acción.

Actividad

- Realización de la marcha independiente con empuje o arrastre de objetos.

Objetivo

Activar la coordinación de la marcha con el agarre de objetos con la mano.

Metodología

Para la realización de esta actividad psicomotriz, el educador ha de tener a mano carritos con ruedas de diversas formas, de dos tipos, con mangos largos y con cuerdas gruesas.

Con los que tienen mango, el educador estimulará a los niños a que los empujen hacia el lugar que quieran o hacia uno específico (si él considera que ha de ser así por el tipo de actividad que realiza); con los que tienen cuerda los incitará a que los arrastren tras de sí.

Esta actividad se puede hacer más compleja si se le dibuja una línea recta u ondulante en el suelo y solicitarles que la sigan, o en el módulo de actividades hacer que la pasen, la suban o la bajen por una tabla ancha, horizontal o inclinada.

Actividad

- Realización de acciones motrices con objetos grandes.

Objetivo

Enseñar al niño sus posibilidades motrices para ejercer una acción de movimiento sobre un objeto.

Metodología

Para la realización de estas actividades se requiere tener a mano un triciclo sin pedales, o un caballito de ruedas grandes, un monopatín con ruedas, u objetos semejantes.

El educador ha de enseñar al niño cómo sentarse en el triciclo o caballito, con las manos sujetas al manillar y procurando que los pies de los niños descansen en el suelo. Luego les ayudará a trasladarse con el juguete mediante el impulso de los pies y dirigiendo el curso con sus manos. En el caso de que los niños no se atrevan a desplazarse, el educador les ha de mover alternativamente sus piernas, para que ellos se percaten propioceptivamente de la acción motriz.

También se puede usar cualquier otro juguete en el cual el niño se pueda sentar, y agarrándose con sus manos de la parte delantera, empujar con sus pies para desplazarse. En el caso de las actividades modulares puede utilizarse el rodillo gimnástico, sentándolos sobre el mismo, y enseñarles como desplazarse afianzándolo con las manos e impulsándose con los pies.

En algunos casos se hará necesario realizar alguna acción motriz preparatoria que muestre a los niños como es posible el desplazamiento, aunque no sean ellos los que ejerzan la acción. En este caso el educador puede utilizar un caballo pequeño de madera o plástico pegado sobre una tabla que tenga ruedas, atarle una cuerda a la parte delantera del armazón y tirar del niño, que está sentado en el caballo tras de sí, cuidando que los pies del niño, avancen con el movimiento.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de zonas musculares.

Objetivo

Continuar activando zonas morfofuncionales relacionadas con las habilidades motrices generales.

Metodología

En este trimestre de 15-18 meses no hay gran variación entre las actividades que se realizaban en el trimestre anterior, por lo que en términos generales son muy semejantes ya que éstas se dirigen a los mismos objetivos: Lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, desde la cabeza hasta los pies.

Estas actividades recomendadas son:

- El educador ha de ubicar sus manos en la cabeza del niño y a continuación deslizarlas suavemente desde el centro hasta la barbilla pasando por detrás de las orejas. Repetir de dos a cuatro veces.
- Luego ha de situar las manos en el centro de la frente, y pasando por las sienes, ir hasta la parte media trasera de la cabeza del niño. Esto también repetirlo dos a cuatro veces.
- Ubicar las manos a los lados del cuello del niño, y con los pulgares acariciar desde los labios hacia los lados de dos a cuatro veces. Subir con los pulgares desde la punta de la nariz hasta el puente y bajar por los lados de la nariz hasta las comisuras de los labios.
- Estando boca arriba el niño, el educador ha de colocar sus manos en el centro del pecho y dejarlas caer hacia los brazos, para bajar por los lados hasta las caderas, y una vez allí, subirlas de nuevo al centro del pecho. Puede hacer esto hasta tres o cuatro veces.
- Igualmente boca arriba, el educador ha de pasar la palma de su mano desde la cadera derecha del niño hasta su hombro izquierdo, y luego con la otra ir desde la cadera izquierda hasta el hombro derecho. Hacerlo varias veces.

- Realizar con la mano movimientos circulares suaves sobre el ombligo del niño, en el sentido de las agujas del reloj. Luego, poniéndolo boca abajo, con los dos pulgares describir círculos pequeños en sentido contrario a las agujas del reloj, desde la nuca hasta los talones.
- Estando boca abajo el niño, el educador ha de pasar las manos del centro de la cabeza hacia los lados, y pasando por los laterales de la nuca llegar hasta los hombros. Hacer esto dos veces a lo sumo.
- Estando el niño en la misma posición anterior, el educador sitúa sus dedos índice y corazón en la nuca, los desliza por la columna vertebral hasta las nalgas, y continúa hasta los tobillos. Al hacer este masaje el educador ha de sujetar con su otra mano los dos pies del pequeño colocando un dedo entre ambos y elevándolos un poco.
- De la misma manera, el educador con una mano sujeta la muñeca del niño y con la otra le acaricia el brazo desde el hombro hasta la muñeca, luego cambia de mano y repite el masaje otra vez a partir del hombro. Una vez hecho esto realizarlo con el otro brazo del pequeño.
- Boca arriba el niño, el educador le sujeta con una mano la pierna por el tobillo, formando un ángulo recto con el tronco. Luego desliza la otra mano desde el muslo hasta el tobillo, y una vez allí cambia la mano que sujeta el tobillo para con la que queda libre realizar el mismo masaje. Repetir con la otra pierna. Es importante que el educador mantenga en todo momento sus manos en contacto con el cuerpo del niño.
- Tomando el pie del niño con las manos, el educador sitúa sus pulgares en el centro de la planta y los desplaza desde el centro hasta los dedos, y desde los dedos otra vez al centro de la planta del pie. Hacerlo igualmente con el otro pie.
- Finalmente, el educador ha de tomar cada dedo del pie del niño y lo frotará desde la base hasta la punta. Repetir con el otro pie.

Actividad

- Estimulación del caminar en varias direcciones.

Objetivo

Continuar perfeccionado la habilidad de dar pasos como fase previa de la marcha en cualquier dirección.

Metodología

Las acciones realizadas en el trimestre anterior dirigidas a estimular la marcha independiente, se organizan ahora para conseguir que esos desplazamientos sean en todas las direcciones, incluyendo el caminar hacia atrás. En este sentido se sugieren las siguientes actividades:

- Estando de pie los niños, el educador toma una pelota y la sitúa en el suelo cerca de ellos, luego manda uno a uno que se agachen, la tomen, se pongan nuevamente de pie, caminen y se la entreguen a él. Procurará cambiar de lugar constantemente, de modo tal que los niños tengan que desplazarse en varias direcciones, hacer giros rápidos, girar hacia atrás, etc. Realizar esta tarea cuatro o cinco veces.
- El educador sitúa una tabla fuerte en el suelo, apoyando uno de sus extremos en alguna base sólida que permita una inclinación de 10 ó 15 cms. Poniendo a los niños frente a esta tabla inclinada los ha de invitar a subir caminando por la misma hasta su extremo superior, para regresar caminando nuevamente de frente hasta el extremo inferior. En esta actividad ha de sujetar al niño por la mano, suavemente, sin elevarle el brazo. Hacerlo dos o tres veces.
- Tomando al niño por las axilas el educador coloca los pies de ellos sobre los suyos. Luego camina unos pasos para que ellos se percaten propioceptivamente del movimiento hacia detrás.

Esto se puede realizar frente a un espejo grande en que se observen los dos, para que el niño vea como se desplazan hacia atrás estando sobre los pies del educador. Después de que esto se haya repetido unas cuantas veces, animarle a andar hacia atrás varios pasos por sí mismo. En un inicio requerirá mucha ayuda, la cual se irá retirando en la medida en que ellos dominen el movimiento.

- El educador teniendo al niño en frente y sosteniéndolo por sus manos, lo atrae hacia él y luego lo empuja suavemente hacia atrás para que dé dos o tres pasos en esta dirección. Esto puede convertirse en un juego de "delante-atrás", para hacer de manera lúdica esta actividad, que resulta difícil para los niños de esta edad.
- También pueden usarse rondas y cantos para realizar estas acciones, que no solamente deben ser hacia detrás, sino también hacia los laterales, en sentido oblicuo al cuerpo del niño, dar giros o círculos, hacer curvas, etc.

Las actividades modulares para este período están encauzadas a reforzar las habilidades psicomotrices que se iniciaron en el trimestre anterior. El educador ha de recordar que él puede incluir cualquier actividad de contenido específico en cualquier módulo, siempre y cuando responda a una racional del objetivo principal a conseguir con el módulo.

Actividad

- Rodamiento de pelotas.

Objetivo

Reforzar la coordinación de movimientos necesarios para la habilidad psicomotriz general de lanzar.

Metodología

La habilidad motriz general de lanzar comienza desde las primeras acciones manuales que se realizan con las pelotas, aunque estas comiencen por el simple rodamiento. Este módulo consta de siete actividades.

- Los niños han de caminar por un par de minutos en todas las direcciones, incluyendo desplazamientos laterales y pasos hacia atrás. El educador incitará estos movimientos ofreciendo el modelo y motivando a la realización de la acción.
- Poniendo una barra de equilibrio sobre el suelo, el educador ha de orientar a los niños a caminar sobre la superficie de la barra, tomando a cada uno de ellos de la mano, sin elevarle el brazo, cuando le toque desplazarse sobre la misma. Repetir dos o tres veces.
- Poniendo a dos niños acostados boca arriba sobre el suelo y con los brazos flexionados al frente, el educador les ofrece el palo gimnástico para que lo sujeten con ambas manos, y a una señal estirarán los brazos, y a otra señal volverán a ponerlos como los tenían antes. Hacer esto dos o tres veces con cada pareja.
- Estando el niño de pie, el educador les sitúa dos aros en el suelo a los pies y los invita a flexionar el tronco hasta alcanzar uno de los aros para que se lo entreguen a él. De nuevo les invitará a tomar el que queda en el suelo realizando la misma acción. Esto lo puede hacer con dos niños a la vez, y repetirlo hasta tres veces.
- Sentados en el suelo el educador y dos niños con las piernas extendidas y separadas, les pasa una pelota rodándola con las dos manos, y les orienta a se la devuelvan de la misma manera. La distancia entre el educador y los pequeños no debe sobrepasar los dos metros. Repetir dos o tres veces con cada niño.

- Realizar un juego de movimiento de "Alcánzame la pelota", donde el educador rodará de forma libre una pelota por el suelo y estimula a los niños a correr, cogerla y entregársela. El educador ha de estar al tanto de que no siempre sea el mismo niño quien la tome. Hacer este juego dos o tres veces.
- Hacer una caminata de recuperación por toda el área de juego o clase.

Actividad

- Caminar a cuatro patas.

Objetivo

Reforzar la coordinación de movimientos y los planos musculares de la cuadrupedia.

Metodología

Este módulo comprende seis actividades.

- Por tres minutos hacer una marcha libre por toda el área de actividades o la clase.
- Estando los niños acostados boca arriba en el suelo (dos o tres a la vez) el educador les ha de colocar el palo gimnástico en el arco plantar para ayudarlos al movimiento, a la señal de "arriba" ellos han de levantar sus piernas, y a la de "abajo" las colocarán como estaban antes. Esta actividad, además, refuerza las relaciones espaciales de arriba-abajo con respecto al propio cuerpo de los niños. Repetir dos o tres veces.
- Luego les pide que se pongan de pie, y con el mismo palo, les pide que los tomen con las manos, y los invita a ponerse "bien grandes" (poniéndose en punta de pies) y "bien chiquitos", colocándose en cuclillas. Hacer esto dos o tres veces.
- El educador ha de situar una cuerda amarrada a dos sillas, a una altura no mayor de 50 cms. A un lado de la soga coloca un objeto atractivo, e incita a los niños a que pasen por debajo para alcanzar el juguete. Esto lo ha de repetir de dos a cuatro veces con cada niño, uno a uno.
- El juego de movimiento en este módulo será el de "Que te cojo, que te cojo", en el que el educador ha de perseguir a los niños que corren libremente por el área o clase. Hacerlo durante 30 ó 40 segundos.
- Finalmente, realizar una marcha por la clase cantando cualquiera de las canciones orientadas para esta edad.

Actividad

- Realización del movimiento de trepar.

Objetivo

Perfeccionar la coordinación de movimientos de trepar y fortalecer el arco plantar.

Metodología

Este módulo también comprende siete actividades.

- Caminar durante tres minutos por la clase, libremente y sin exigencias por parte del educador.
- Nuevamente sentados en el suelo, el educador sentado frente a los niños, les ofrece el palo gimnástico para que lo agarren con ambas manos, para realizar flexiones y extensiones de tres a cuatro veces, procurando que al hacer el movimiento ellos no se muevan de su sitio. Esta actividad se puede hacer con dos o tres niños a la vez.
- Para ejercitar el arco plantar, el educador ubicará el palo gimnástico en la planta de los pies de los niños, que se encuentran acostados boca arriba en el suelo, para ayudarles a levantar las piernas sin flexionar las rodillas, apoyándose bien en el palo. Esto ha de repetirse dos veces.
- Caminar por una barra de equilibrio situada en el suelo, apoyándose en la mano del educador. Repetirlo un par de veces.
- Situar un obstáculo de no más de 50 cms. e incitar al niño a que trepe por él y bajen por el otro lado, sin saltar, sólo descolgándose. El educador ha de ayudarle en este movimiento. Repetirlo dos o tres veces.
- Jugar a "Cacemos a la mariposa", en la que el educador tomando en sus manos una mariposa de papel atada a un cordel y sostenida por una varita de madera, corre por el área de juego o la clase, e invita a los niños a correr detrás de él para cazar a la mariposa. En la carrera el educador ha de elevar y bajar la mano para motivar el movimiento de agarre por parte de los niños, y al final del juego, procurar que alguno logre coger la mariposa.
- Hacer una marcha de recuperación durante dos minutos por todo el área o clase.

Actividad

- Realización de escalamiento.

Objetivo

Iniciar las premisas de la habilidad psicomotriz general de escalar.

Metodología

Esta actividad modular tiene seis actividades.

- Iniciar el módulo con una marcha del educador con los niños durante dos minutos por toda el área de juegos o la clase.
- Acostados los niños boca arriba en el suelo, el educador les ofrece el palo gimnástico para que lo agarren con ambas manos, luego ellos harán un empuje para ir a la posición de sentados sin doblar las rodillas, y de ahí a la posición inicial. Esta actividad podrá hacerse simultáneamente con tres o cuatro niños, durante dos o tres veces de ejercitación.
- Acostados boca abajo, el educador pone el palo gimnástico en las manos de los niños con los brazos extendidos hacia arriba. A una señal los pequeños elevarán los brazos y seguirán el movimiento con la vista. Hacerlo un par de veces, con una pareja cada vez.
- Situar una escalera de un metro de altura y niño por niño, les ayuda a subir los peldaños agarrándolos de la mano, y luego les ayuda también para descender. Esta es una tarea psicomotriz delicada y exige una buena atención por parte del educador, que puede reforzar la orientación en el espacio arriba-abajo acompañando a cada acción particular con la verbalización.
- El juego de movimiento ha de ser el "Vengan hacia mí", en el que el educador invita a los niños a correr hacia él, que ha de cambiar constantemente de dirección para posibilitar movimientos de carrera diversos.
- Al final, caminar acompasadamente por el área o clase, cantando alguna canción propia de la edad.

Actividad

- Mantenimiento del equilibrio.

Objetivo

Adquirir una postura correcta y mantenerse estable.

Metodología

El módulo comprende seis actividades.

- La primera actividad consiste en caminar libremente el educador y los niños por el área o clase.
- Realizar, con los niños sentados en el suelo y el educador arrodillado frente a ellos, flexiones y extensiones con el palo gimnástico, sin que se desplacen del lugar que ocupan. Esto puede hacerse dos o tres veces, incorporando hasta cuatro pequeños a la vez.
- Estando de pie los niños, el educador ha de situar un objeto en el suelo a sus pies y les solicita que lo agarren, doblando el tronco, pero no las piernas. Si los pequeños tienden a flexionar las piernas, el educador ha de rodear con su mano la rodilla para ayudarle a mantener las piernas rectas. Esto se hace dos a tres veces con cada niño, alternándolos, para impedir que se haga las tres veces seguidas por el mismo niño.
- El educador sitúa una tabla gimnástica en dos apoyos a una altura de 10 cms. en cada extremo, y solicita a cada niño que se suba en la tabla y camine por toda su extensión. Ha de estar al tanto por si pierden el equilibrio, y evitar que salten al final del trayecto, sino que se descuelguen suavemente. Repetir tres veces con cada niño.
- Jugar a "Alcancen lo que tengo en la mano", donde colocando un objeto que al moverse emita sonidos, incita a los niños a cogerlo. En la acción deberá desplazarse en todas direcciones, bajando y subiendo el objeto para estimular el atrape. Realizar esta acción tres o cuatro veces.
- Durante dos minutos caminar para recuperación por toda el área de juego o la clase.

Actividad

- Realización de lanzamientos.

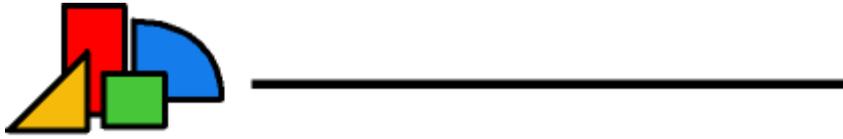
Objetivo

Continuar desarrollando la habilidad psicomotriz general de lanzar.

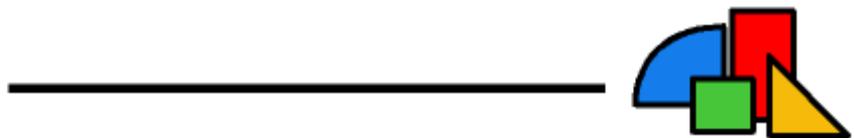
Metodología

El modulo que viene tiene seis actividades.

- Realizar una marcha suave cogidos de la mano por parejas, sin exigirles movimiento alguno. Efectuarlo durante un par de minutos.
- Estando los niños de frente a la barra de equilibrio, el educador los estimulará a caminar sobre ella. El educador ayudará a cada niño en su ejecución. Hacerlo un par de veces con cada niño.
- Estando los niños de pie, el educador les solicitará que “se pongan grandes” (situarse en punta de pies) y luego que se “pongan chicos” (haciendo cuclillas). Repetir esta acción tres veces.
- El educador le dará una pelota al niño y le pedirá que la lance hacia delante, sin exigencia de ningún tipo, tan sólo para que realice la acción de soltar la pelota y pueda sentir propioceptivamente cuando su mano libera al objeto. Cada niño lanzará la pelota tres o cuatro veces.
- El juego de movimiento en este módulo será “Lánzame la pelota”. Para ello el educador rodará una pelota por el suelo para que los niños corran a cogerla, y cuando la atrapen se la lancen a él. Ha de procurar que cada niño tenga la oportunidad de lanzar la pelota al menos dos veces.
- Luego, caminar para recuperación durante uno o dos minutos por toda el área de juego.



Actividades para niños de 18 a 21 meses



En este trimestre los logros del desarrollo más significativos son:

- ❖ Sube y baja escaleras lentamente agarrado del pasamanos.
- ❖ Se deja caer sentado hacia atrás, hacia delante se apoya en las manos, y de ahí se empuja a sentarse de nuevo.
- ❖ Se arrodilla sin ayuda, con un pequeño apoyo.
- ❖ Camina bien.
- ❖ Corre con precaución.
- ❖ Empuja y tira de carritos y juguetes.
- ❖ Puede llevar varios objetos caminando.
- ❖ Se sienta en una silla pequeña o en el borde de una acera.
- ❖ Se encarama en una silla adulta, se gira y se sienta sobre ella.
- ❖ Se acuclilla para coger un objeto, y se levanta solo apoyado en sus manos.
- ❖ Se dobla por la cintura para agarrar un objeto en el suelo.
- ❖ Camina unos pasos hacia atrás.
- ❖ Se mantiene parado en un solo pie por breve tiempo.
- ❖ Hace pequeñas construcciones.
- ❖ Identifica una o más partes de su cuerpo, de los demás y en objetos e imágenes.
- ❖ Usa un objeto para ejercer una acción sobre otro.
- ❖ Identifica un objeto por el tacto.
- ❖ Realiza acciones con objetos orientadas a una finalidad.

En este período las líneas directrices del desarrollo con respecto a la psicomotricidad se enmarcan en:

1. Perfeccionamiento de la marcha independiente y de las premisas de habilidades motrices generales.
2. Asimilación de las acciones con instrumentos y de acciones simples de construcción.
3. Consolidación de las premisas del esquema corporal y la propia identificación.

Tomando en consideración estas líneas directrices del desarrollo se recomiendan las siguientes actividades:

Actividad

- Uso de objetos auxiliares para realizar una acción.

Objetivo

Realizar acciones que implican una asimilación inicial de las acciones instrumentales.

Metodología

Las acciones instrumentales son aquellas en las que un objeto, por ejemplo una varilla, se utiliza para ejercer una acción sobre otro (cogerlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, etc.). La importancia de estas acciones para el desarrollo psicomotor radica en que para ser resueltas, a diferencia de las acciones de correlación en que las mismas lo son básicamente mediante el proceso de la percepción, éstas de ahora solamente pueden ser resueltas mediante el pensamiento (porque el instrumento –la varilla- no le enseña directamente al niño como resolver la tarea, sino que estos tienen que hacer un análisis mental para encontrar la solución), y de ahí su importancia para el desarrollo.

En este trimestre el educador ha de posibilitar que los niños realicen sus primeras acciones instrumentales como tales, para las cuales han ido realizando acciones preparatorias en los trimestres anteriores.

Estas acciones de ahora siguen dos principios básicos, por lo que se hace indispensable que el educador las lleve a cabo en un orden específico. Estos principios son:

1. El de la complejización progresiva de la acción motora involucrada en la tarea instrumental.

Esto quiere decir que cada acción posterior es de una manipulación motriz más compleja, siendo más difícil de resolver en el plano de los movimientos finos.

2. El de la complicación progresiva de la acción mediatizada por el instrumento.

De igual manera, la relación instrumental ha de ir siendo cada vez más compleja en la medida en que una acción sucede a la otra.

En este sentido y viendo a estos principios de conjunto, una tarea motriz es siempre más compleja, motriz e instrumentalmente, que su precedente, y requiere que el niño domine la anterior para poder pasar a aprender cómo hacer la que le sigue. Esto es algo importante que el educador ha de tener en cuenta, el que para pasar a una tarea siguiente el niño ha de tener un dominio más o menos aceptable de la que precede.

Las primeras tareas a llevar a cabo son:

- a. Alcanzar un objeto por medio de una varilla.

En esta tarea al niño, que está sentado en una silla frente a una mesa baja, se le sitúa un objeto atractivo en el otro extremo de la mesa y se le ubica una varilla cerca de sí (la longitud de la varilla no ha de exceder los 50 cms.). Luego el educador le pide al niño que agarre el juguete, pero que para hacerlo no puede levantarse de la silla para ir a cogerlo. Si el pequeño no detecta usar la vara para atraer el objeto, el educador le enseñará cómo hacerlo y luego lo estimulará a que lo haga por sí mismo.

Es importante que el educador recuerde que en esta primera tarea el juguete no ha de tener ruedas, pero sí oquedades o bultos donde el niño pueda introducir la punta de la varilla para atraerlo.

- b. Sacar objetos colocados dentro de un cilindro transparente utilizando una varilla.

Estando en las mismas condiciones de trabajo frente a la mesa, se le da al niño un tubo plástico transparente con un objeto "trabado" dentro, el ancho y largo del cilindro ha de impedir que ellos puedan introducir la mano para sacarlo, y se les solicita que saquen el juguete. De la misma manera, en caso de no tener éxito, el educador les enseñará cómo realizar la acción.

- c. Atraer un objeto enganchándolo mediante una varilla con un aro.

En este caso el educador ha de colocar un aro pequeño en la punta de la varilla, el objeto puede tener ruedas para facilitar el desplazamiento (aunque no es requisito indispensable). Lo importante es que el juguete tenga partes prominentes que el niño pueda "engancharse" con su varilla, como puede ser, por ejemplo, una locomotora pequeña de juguete.

También aquí, en caso de que el niño no sepa cómo hacerlo, se le ha de enseñar para que luego lo practique por sí solo.

- d. Atraer un objeto enganchándolo por una parte específica con una varilla con un aro.

Ahora lo importante es que el juguete (al cual se le ha colocado un gancho en su parte delantera) no permita que se le enganche y arrastre por otra parte que no sea donde está situado el gancho (para esto se puede usar uno de los "vagones" del tren, que suelen ser piezas macizas o cualquier otro objeto compacto) para obligar al niño a que, usando la varilla que tiene el aro, lo pase por el gancho y atraiga hacia sí el juguete. El educador ha de seguir las mismas indicaciones para el aprendizaje que en las tareas anteriores.

Actividad

- Reconocimiento de sí mismo y de su cuerpo.

Objetivo

Reforzar la asimilación progresiva del esquema corporal.

Metodología

Las actividades que se han venido llevando a cabo en los trimestres anteriores para que el niño se percate de las partes de su cuerpo, han de continuar realizándose en este trimestre, introduciéndole modificaciones que las vaya haciendo paulatinamente más complejas. Entre éstas tenemos:

- Tocar diferentes partes del cuerpo del niño y nombrar estas partes, estimulando ahora a que diga el nombre: Por ejemplo, se le coge de una mano y se le dice "Esta es tu mano", "¿Qué es esto?" "Tu mano", "A ver, ¿cómo se llama?", "Ah, ¡la mano!".

Luego situarlo frente a un espejo colocado a su altura y seguir el procedimiento anterior. Siempre que el educador le señale una parte del cuerpo, le ha de ejercer una cierta presión o roce con su propia mano, para que a la denominación verbal se una la sensación propioceptiva. Esto se hará también con otras partes del cuerpo, el pelo, los ojos, la nariz, la boca, los pies, etc.

- En estas mismas condiciones se le dice entonces "¿Dónde está... (poner el nombre del niño), y señalando su imagen el educador dirá "¡Aquí está!". Luego él señala con su dedo la imagen y pregunta "¿Cómo se llama este niño?" o "¿Quién es este niño?". Lo importante es que el niño centre su atención en la imagen que se le señala sin esperar la respuesta verbal, lo cual ha de ser un propósito en el siguiente trimestre.
- Utilizar un títere o muñeco y solicitarle al niño que señale las diferentes partes del muñeco que ya ha señalado en su cuerpo (las manos, los ojos, la boca, la nariz, etc.). Si es posible tener un muñeco articulado de igual talla que la del niño. Pedirle que señale y mueva las diferentes partes del cuerpo del muñeco.

Esta actividad también se ha de hacer frente a un espejo, donde el educador sentado en el suelo con el niño a su lado, señale en la imagen reflejada del muñeco las distintas partes del cuerpo, les pida

que ellos las señalen a su vez, y de ser posible, que digan el nombre de la parte señalada.

- De igual manera enseñarle imágenes simples (fotos, dibujos) para que indique en las mismas, las partes del cuerpo que solicite el educador.
- Mostrarle el dibujo de una persona y pedirle al niño que señale las partes del cuerpo que ya conoce. Pedirle que repita cómo se llaman.
- Hacer una copia del cuerpo del niño en un papel (se le acuesta sobre el papel, se dibuja el contorno, luego se recorta y se pega en la pared). Preguntarle quién es, y si no contesta, decírselo. Luego se irán pintando detalles en la figura (ojos, nariz, boca, etc.), se nombran mientras se dibuja y se le solicita que lo repita.
- Utilizar canciones en que se nombren las partes del cuerpo a la vez que se señalan en su cuerpo o en el del educador según se nombran en la canción.
- Tomar un muñeco grande y jugar a vestirlo, y cada vez que se le ponga una prenda solicitarle al niño que diga cómo se llama la parte del cuerpo donde se pone la pieza, o que la señale en su propio cuerpo.

Como en el trimestre anterior, aprovechar las actividades de la rutina diaria, o cualquier momento del juego para pedirles que digan las partes del cuerpo y que las señalen en otros niños y en el educador. Esto puede ser, por ejemplo, en el momento que se les viste o desviste, cuando se asean en el baño, etc.

Actividad

- Uso de las nociones del esquema corporal combinadas con acciones de la orientación espacial.

Objetivo

Utilizar la imagen corporal para establecer relaciones de orientación espacial.

Metodología

Las actividades para el conocimiento de la imagen corporal pueden combinarse armoniosamente con aquellas dirigidas a asimilar las relaciones espaciales. En este sentido hay que unir acciones de uno y otro tipo en una sola tarea. Como por ejemplo:

- Cuando se identifiquen las partes, solicitar al niño que realice una acción que implique una relación espacial, tal como decirle "Señala con tu dedo hacia detrás", "Pon el brazo hacia delante", "Mira con los ojos hacia arriba", "Pon el pie encima del primer escalón", entre otras.
- Estando frente al espejo solicitarles que indiquen con sus manos, pies, y todo el cuerpo, distintas posiciones espaciales: hacia arriba, hacia abajo, hacia un lado, etc.

Actividad

- Utilización de acciones dirigidas a una finalidad o resultado.

Objetivo

Reforzar la acción propositiva mediante la ejecución de movimientos diversos.

Metodología

Para este objetivo se pueden utilizar infinidad de acciones distintas, donde lo importante es que el niño no solamente manipule los objetos, sino que su acción psicomotriz se dirija a obtener un resultado o finalidad. Entre dichas acciones pueden incluirse:

- Empujar bloques en forma de tren. Para esto se alinean frente al niño tres bloques pequeños en la superficie de la mesa baja o en el suelo y se le incita a que los empuje como si fuera un tren (que ha de llegar a una "estación"). En un principio el educador dejará que el niño actúe por sí solo mediante una orden verbal, pero si no lo hace, ha de hacerle la demostración mientras acompaña la acción con sonidos onomatopéyicos del sonido de la locomotora.
- Construir una torre de cubos. En esta tarea, semejante a la anterior, se le sitúan varios bloques pequeños al niño y se le solicita que haga una torre. El educador puede ayudarlo a poner bien los bloques uno encima de otro para evitar que se caigan y lograr que sitúe el mayor número posible de bloques uno encima del otro.
- Construir objetos usando juegos de encaje industriales. En el mercado suelen existir muchos juegos de piezas que encajando una con otra se pueden hacer diversas construcciones, tales como un camión, un avión, etc. El educador ha de ofrecer este tipo de juegos a los niños, pero siempre planteándoles una finalidad a lograr (hacer un puente, construir un cohete, etc.), pues el objetivo no es que manipulen las piezas como en los trimestres anteriores, sino que los niños se planteen un propósito con su acción psicomotriz.
- Realizar estas actividades utilizando materiales comunes de la vida cotidiana, tales como hacer torres usando vasos de plástico, botes de diversos tamaños, entre otros.

Actividad

- Realización de trazos y garabatos.

Objetivo

Desarrollar la motricidad fina con materiales diversos.

Metodología

Utilizando una gama de objetos diversos se han de realizar actividades en las cuales el niño usando una tiza, un lápiz, una pintura, un pincel, etc., realice trazos y figuras para ejercitar la musculatura fina de la mano. Entre esas actividades están:

- En el arenero o en una bandeja con arena, solicitarle al niño que con su dedo trace lo que desee, sin plantearle que haga alguna figura específica. También se les puede dar un pedazo de madera fino y pequeño para que les ayude en sus trazos.
- Darles una tiza y pedirles que "dibujen" en el suelo con ella. Esto puede hacerse frente a una pizarra colocada a su altura, o sobre un papel grande que se sitúe en el suelo o la pared, o sobre un cartón encima de una mesa baja, de tal modo que realicen la misma acción sobre materiales distintos.
- Realizar la actividad anterior con otros utensilios, tales como un pincel y témpera, pintura de dedos, ceras, entre otros.

Actividad

- Realización de movimientos coordinados.

Objetivo

Ejecutar movimientos coordinados con carácter propositivo.

Metodología

Hasta este momento el niño ha realizado acciones psicomotrices de manera no consciente, que implican una coordinación de movimientos. Ahora lo que se pretende es hacerlos conscientes de esta coordinación, siguiendo patrones motores específicos. Se proponen las siguientes actividades para estos objetivos:

- Usando una pandereta, una campanilla o un silbato, el educador estimulará a los niños a caminar más rápido o más lento, de acuerdo con el sonido que él emita. Hacerlo en forma de juego, para motivarlos a fijarse en el cambio del movimiento.
- Jugar con los niños a marchas "de soldados" haciéndolos caminar moviendo alternativamente brazos y piernas.
- Jugar a imitar los movimientos de animales relacionando el tipo de movimiento con la acción del animal. Por ejemplo, para imitar a los gatos y perros se puede utilizar el gateo, para hacer como las serpientes se puede reptar, los patitos y pollitos se pueden imitar caminando en cuclillas, etc.
- Enseñarles a lanzar una pelota hacia una dirección determinada, pero sin exigirles una distancia, tan sólo llamarles la atención hacia el movimiento que realizan.
- De igual manera situar una pelota o balón grande en el suelo y plantearles que le den una patada en cualquier dirección, reafirmando la conciencia de la acción motriz: "Dáale con la punta del pie", etc.
- Combinar varias acciones motrices en una misma actividad, tal como realizar un circuito pasando por debajo de la mesa gateando, doblándose por la cintura para pasar entre las piernas del educador, saltar por encima de una línea pintada en suelo, pasar en cuclillas por debajo de una escalera, reptar para pasar un aro, entre otras acciones. Es importante que el educador llame la atención sobre el movimiento que han de realizar, pues no con cualquiera se pueden hacer.

Todas estas actividades se pueden realizar sobre diferentes superficies (el suelo, colchonetas, arena, el césped, etc.).

Actividad

- Subir y bajar algunos peldaños de una escalera hacia delante y hacia atrás.

Objetivo

Estimular la realización de acciones psicomotrices de propioceptividad inversa.

Metodología

Para la realización de esta actividad se ha de conseguir una base de madera fuerte y pesada que tenga tres o cuatro escalones con pasamanos, o una rampa-escalera.

El educador ha de situar al niño frente a la escalera y le solicitará que se agarre con ambas manos a las barandillas, las cuales han de ser más bajas que la altura de sus hombros. Entonces le pedirá que suba cada escalón con un pie primero y luego el otro, para que quede en el mismo peldaño y así hasta subir a lo sumo cuatro escalones. Luego le coge por un brazo y sin que él suelte su agarre le orienta para bajar caminando hacia atrás, poniendo al igual que lo hicieron para subir un pie primero y el otro después.

Cuando ya el educador tenga la certeza de que los niños puedan hacer esto por sí solos, estimularlos a que lo hagan sin ayuda de él.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de zonas musculares generales.

Objetivo

Continuar activando zonas morfofuncionales relacionadas con las habilidades motrices generales.

Metodología

En el actual trimestre de 18-21 meses, se mantiene la misma secuencia de actividades que se hacían en el trimestre precedente, puesto que éstas tienen los mismos objetivos: Lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, desde la cabeza hasta los pies.

- Poner el educador sus dos manos en la cabeza del niño e ir desde su centro hasta la barbilla pasando por detrás de las orejas de dos a cuatro veces, ejerciendo una ligera presión de masaje.
- Partiendo del centro de la frente, ir con sus manos pasando por las sienes, hasta la parte media trasera de la cabeza, hasta cuatro veces.
- Ubicar el educador sus manos en el centro del pecho del niño y moverlas hacia los brazos, bajando por los lados hasta las caderas; subirlas de nuevo al centro del pecho. Hacer esto varias veces.
- En la misma posición boca arriba, el educador ha de colocar una mano en la cadera derecha del niño y dirigirla lentamente hacia el hombro izquierdo, luego con la otra mano hacer la operación inversa, ir desde la cadera izquierda hasta el hombro derecho.
- Realizar movimientos circulares en el sentido de las agujas del reloj alrededor de la zona del ombligo del niño.
- Estando boca abajo el niño, dar un masaje suave en la parte posterior de la cabeza, desde el centro hacia los lados, pasando por los laterales de la nuca hasta los hombros, una o dos veces como máximo.
- Manteniendo la misma posición del niño, acariciarlo desde el cuello, con los dedos índice y corazón, pasando por la columna vertebral hasta los glúteos y desde allí hasta los tobillos. Durante todo el ejercicio la otra

mano del educador ha de sujetar los dos pies colocando un dedo entre ambos y elevándolos un poco.

- Sujetar con una mano la muñeca del niño y con la otra masajear el brazo desde el hombro hasta la muñeca y una vez allí cambiar la mano que vuelve a repetir el masaje desde el hombro. Repetir con el otro brazo una o dos veces.
- Agarrar con las dos manos en sentido opuesto el principio del muslo y moverlas en sentido contrario bajando lentamente hasta el tobillo con un movimiento rotatorio. Repetir con la otra pierna.

Los módulos a realizar en este trimestre siguen los mismos propósitos del período anterior, por lo que están encauzados a estimular las habilidades psicomotrices generales que se propiciaron antes. Es importante que el educador recuerde que puede incluir cualquier actividad de contenido específico en cualquier módulo, siempre y cuando responda a una racional del objetivo principal a conseguir con dicha actividad modular.

Actividad

- Coordinación de movimientos para la estabilidad corporal.

Objetivo

Reforzar las conexiones propioceptivas que permiten el equilibrio del cuerpo.

Metodología

El módulo a continuación consta de siete actividades:

- El educador ha de invitar a los niños a caminar detrás de él por toda el área de actividades, y aunque no ha de hacer exigencias en cuanto a la forma de hacerlo, ha de mostrar un modelo correcto para que ellos le imiten, extendiendo las piernas al frente al apoyar el pie. Hacer esto un par de minutos.
- Estando los niños de pie frente a la barra de equilibrio, el educador los estimula a caminar sobre ella, con los brazos extendidos lateralmente y el cuerpo recto, procurando que no salten al terminar el trayecto.
- Sentando a los niños a horcajadas sobre un banco apropiado a su talla, el educador les propone que se agarren a un palo gimnástico que tiene en cada mano, para que los niños se sostengan con sus manos de uno y otro, luego realiza un movimiento con el palo de delante-atrás y de arriba-abajo. Esta acción puede incluir hasta cuatro niños a la vez y repetirse de cuatro a cinco veces.
- Estando los niños de pie, el educador les orienta que se toquen con sus manos primero sus muslos, después las rodillas y por último los pies doblando la cintura. Realizar esta acción psicomotriz tres o cuatro veces.
- Colocando un banco gimnástico a 15 cms. del suelo, el educador ha de invitar a los niños a caminar por todo lo largo del banco, dándoles la mano hasta que lleguen al final, tratando de que no salten al culminar la acción. Cada niño ha de pasar tres veces por el tablón en la actividad.
- Hacer el juego de movimiento "Las aves mueven sus alas", en el que el educador invita a correr a los niños por toda el área moviendo los brazos e imitando el aletear de las aves, alternando fuerte y suave el movimiento de los brazos. Repetir cuatro o cinco veces la acción.
- Realizar una caminata de recuperación durante dos minutos por toda el área de actividad, acompañando la acción con una canción apropiada.

Actividad

- Realización de movimientos para mantener el equilibrio.

Objetivo

Reforzar la estimulación propioceptiva del equilibrio realizada en la actividad precedente.

Metodología

Esta actividad modular cuenta con siete tareas psicomotrices:

- Invitar a los niños a caminar detrás del educador por toda el área de actividades y, sin hacer exigencias en cómo hacerlo. El educador ha de mostrar un modelo correcto para que los pequeños le imiten, extendiendo las piernas al frente al apoyar el pie. Hacer esto un par de minutos.
- Situando a los niños de pie frente a la barra de equilibrio, el educador los estimula a caminar sobre la misma, con los brazos extendidos lateralmente y el cuerpo recto, procurando que no salten al terminar el trayecto.
- Frente a una rampa-escalera o una base fuerte con tres o cuatro escalones, el educador se coloca en su parte más alta sosteniendo el extremo de una cuerda gruesa y da al niño el otro extremo para que lo agarre con una mano, mientras que con la otra se apoya en el pasamanos. Luego el educador ha de tirar de la cuerda para estimularles a que suban los peldaños manteniendo el equilibrio con la mano que apoyan y lleguen hasta él.
- Acostados los niños boca arriba con las piernas extendidas, el educador tomándolos por los tobillos, les flexionará sus piernas hacia el cuerpo, y de ahí a la posición inicial. Repetir esto tres o cuatro veces.
- El educador colocará un grupo de obstáculos en línea recta en el suelo, a una distancia uno de otro de 40 a 50 cms. Luego ha de estimular a los niños a que los sorteen caminando sin tocarlos. Si es necesario, el educador podrá realizar una demostración para que ellos comprendan lo que se les pide. Hacer esta acción cuatro veces.
- Sosteniendo el educador un juguete llamativo en sus manos, juega con los niños a "Correr tras el juguete", corriendo por el área de la clase y estimulándolos a que le sigan para atrapar el objeto. Al final ha de propiciar que algunos consigan agarrarlo. Repetir dos o tres veces.
- Culminar la actividad con una marcha de recuperación durante un minuto, acompañada de cantos.

Actividad

- Realización de movimientos para el logro del equilibrio.

Objetivo

Continuar reforzando la estimulación propioceptiva del equilibrio realizada en las actividades anteriores.

Metodología

Este módulo que consta de seis actividades psicomotrices procura continuar realizando acciones para favorecer el equilibrio y la estabilidad corporal del niño. Ahora se recomiendan las siguientes tareas:

- El educador ha de iniciar la actividad con la misma caminata preparatoria de las actividades anteriores, sin hacer exigencias para una acción motriz perfeccionada.
- Estando los niños de espaldas al suelo, el educador toma un grupo de cuatro de ellos y les ofrece el palo gimnástico para que lo sostengan con ambas manos, luego lo acercará y alejará de ellos para llevarlos a la posición de sentados y de ahí de nuevo a boca arriba. Repetirlo tres o cuatro veces.
- Poniendo una caja o pelota pequeña delante del niño, el educador les solicita que sitúen un pie encima de la caja y después lo vuelva a poner en el suelo, esto lo han de hacer varias veces. Una vez que hacen bien esta acción, les pide que dejen el pie en el aire un par de segundos antes de colocarlo sobre la caja.
- El educador colocará la tabla gimnástica en el suelo, poniendo uno de sus extremos a una altura de 15 ó 20 cms. Luego sitúa al niño frente al extremo que está a ras del suelo y les indica caminar hasta el extremo superior de la tabla, dar la vuelta y regresar de la misma forma. En este trimestre el educador aún les ha de brindar su mano como apoyo, particularmente al dar la vuelta. Repetirlo tres o cuatro veces con cada niño.
- El juego a incorporar aquí se llama "Corro con la pelota" donde el educador les da una pelota u otro objeto semejante al niño, y les solicita que corran por el área sin soltarlo, para luego entregárselo de nuevo al educador. Hacer esto un par de veces con el grupo.
- Finalizar con una marcha de recuperación por el área, durante un minuto, cantando alguna canción o rima verbal.

Actividad

- Rodamiento de pelotas.

Objetivo

Reforzar la coordinación de movimientos de las manos.

Metodología

Como se dijo en el trimestre anterior, la habilidad motriz general de lanzar empieza a formarse desde las primeras acciones manuales que se realizan con las pelotas, aunque estas acciones comiencen por el simple rodamiento. Este módulo consta de siete actividades:

- Hacer que los niños caminen por un par de minutos en todas las direcciones, incluyendo desplazamientos laterales y pasos hacia atrás. El educador incitará estos movimientos ofreciendo el modelo y motivando a la realización de la acción.
- Poniendo a dos niños acostados boca abajo sobre el suelo y con los brazos estirados al frente, el educador les ofrece el palo gimnástico para que lo sujeten con ambas manos, y a una señal, el educador levantará el palo hacia él para que los niños levanten el pecho del suelo. Hacer esto dos o tres veces con cada pareja.
- Estando el niño de pie, el educador coloca dos aros en el suelo y los invita a flexionar el tronco hasta alcanzar uno de los aros para que se lo entreguen a él. De nuevo le invitará a tomar el que queda en el suelo realizando la misma acción. Esto lo puede hacer con dos niños a la vez, y repetirlo hasta tres veces.
- Sentados en el suelo dos niños y el educador con las piernas extendidas y separadas en ángulo, el educador les pasa una pelota y les orienta que se la devuelvan con la mano contraria a la que la recibieron. La distancia entre el educador y los pequeños no debe ser mayor de dos metros. Repetir dos o tres veces con cada niño.
- Realizar un juego de movimiento de "Alcánzame la pelota", donde el educador rodará de forma libre una pelota por el suelo y estimula a los niños a correr, cogerla y entregársela. Al repetir el juego, procurar usar pelotas cada vez más pequeñas. Hacer este juego dos o tres veces.
- Realizar una caminata de recuperación por toda el área de durante un minuto.

Actividad

- Realización de acciones preparatorias para escalar.

Objetivo

Activar la coordinación de movimientos de las piernas y pies para facilitar la habilidad general de escalar.

Metodología

El módulo cuenta con siete actividades:

- Durante tres minutos el educador hará caminar a los niños por el área de juego, inclinándose como los enanos y estirándose como los gigantes, alternando el movimiento en la misma tarea.
- Situando una tabla inclinada en el suelo, el educador ha de estimular a los niños a caminar por ella, alzando bien las piernas para dar cada paso, como si estuvieran salvando un obstáculo imaginario. Procurar que al llegar al final no den un salto. Repetirlo tres o cuatro veces.
- Acostados los niños de espaldas al suelo con sus piernas extendidas, el educador les indicará flexionarlas hacia sí y luego volverlas a extender. En el caso de que algún niño requiriera ayuda, lo cogerá de sus piernas y lo apoyará para que realice la acción. Hacerlo tres o cuatro veces.
- Colocando una cuerda a 15 cms. de altura entre dos sillas separadas un par de metros, el educador les pide a los niños que pasen por encima de la cuerda procurando no tocarla, primero poniendo un pie y luego elevando el otro, podrá hacer una demostración si lo considera necesario. Si alguno necesita que el educador le dé su mano para poder cruzar, ofrecérsela, aunque hay que estimularlos para que lo hagan por sí solos. Repetir tres o cuatro veces.
- Situar un aro grande (como un hula-hoop) en el suelo y solicitarle al niño que levante un pie y lo coloque dentro del aro. Al hacer esto pedirle que lo haga como si tuviera un obstáculo grande para entrar al aro. Tras la realización de esta acción, orientarle para que salga de la misma manera que entró. Realizarlo dos o tres veces.
- El juego de movimiento que vamos a hacer aquí es el de "Caminar como los soldados" en el que el educador le pide a los niños que den pasos

levantando alto las piernas como hacen los soldados en las marchas. Repetir el juego un par de veces.

- La actividad termina con una caminata de recuperación por toda el área de juego, realizando los niños los movimientos que deseen, y sólo ejerciendo el educador un control si alguno ejecuta una acción motriz no apropiada.

Actividad

- Estimulación de la habilidad de reptar.

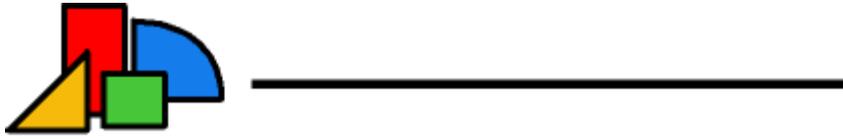
Objetivo

Coordinar movimientos para reforzar la habilidad de la reptación.

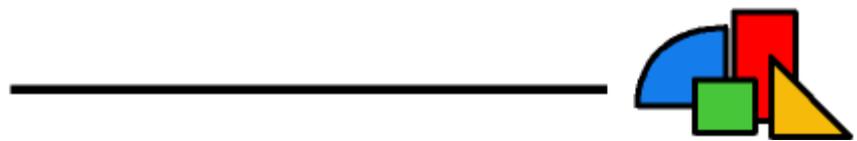
Metodología

El módulo cuenta con cinco actividades psicomotrices. Éstas son:

- El educador invitará a los niños a desplazarse detrás de él por toda el área de juego, procurando que no se salgan de la fila que él ha organizado, aunque los niños han de seguirle sin cogerse de las manos.
- El educador se sienta a horcajadas sobre el banco gimnástico y ubica a tres o cuatro niños en la misma posición frente a él, uno detrás de otro. Luego coge un palo gimnástico en cada mano y les pide que lo agarren como si estuvieran en un bote y fueran a remar. Después realiza movimientos de atrás hacia delante para que los niños se flexionen y echen hacia atrás y delante. A continuación les dice que van a volar y realiza movimientos de arriba hacia abajo, y a la inversa. Hacer esta acción de cuatro a cinco veces.
- Situando una cuerda a una altura de 25 cms. entre dos sillas pequeñas, el educador incentiva a los niños a reptar por debajo de la cuerda, para esto podrá colocar un juguete al otro lado del cordón para que los pequeños estén estimulados a cogerlo. También podrá realizar la operación inversa, y cuando los niños pasen a un lado, solicitarles que regresen también reptando a su posición inicial.
- El juego a realizar es el de “Vamos a movernos como las serpientes” en el que una parte de los niños han de caminar por el área , y la otra parte hará el papel de serpientes reptando y persiguiendo a los que caminan. Repetir el juego dos o tres veces.
- La marcha de recuperación final se hará de forma tranquila, caminando como lo deseen los niños, utilizando o no canciones y rimas verbales.



Actividades para niños de 21 a 24 meses



El curso evolutivo de los principales logros del desarrollo en este trimestre son los siguientes:

- ❖ Utiliza un instrumento simple para alcanzar un objeto.
- ❖ Caminan con coordinación, dispersos y sobre tablas y líneas en el suelo.
- ❖ Corre libremente con toda la planta del pie, se detiene y comienza de nuevo.
- ❖ Lanza la pelota con una mano al frente.
- ❖ Evita obstáculos al correr.
- ❖ Se encarama en el mobiliario.
- ❖ Sube y baja escaleras por sí solo.
- ❖ Empuja un triciclo con los pies, sin pedalear.
- ❖ Se acuclilla bien para jugar y se levanta sin usar las manos.
- ❖ Relaciona el tamaño de su cuerpo con el tamaño y posición de los objetos.
- ❖ Empuja una pelota con el pie tratando de patearla.
- ❖ Empuja y tira de carritos que se deslizan y aprecia la dirección del movimiento

Las líneas del desarrollo psicomotor en este trimestre constituyen una complejidad mayor de las del trimestre anterior:

1. Asimilación de las primeras habilidades psicomotrices generales.
2. Asimilación de la utilización de la acción instrumental.
3. Reconocimiento de su propia imagen corporal.

Valorando estas líneas directrices del desarrollo se recomiendan las siguientes actividades en este trimestre:

Actividad

- Asimilación de la utilización de objetos auxiliares para realizar una acción.

Objetivo

Llevar a cabo acciones que implican una asimilación de las acciones instrumentales.

Metodología

Las indicaciones planteadas en el trimestre anterior son válidas para este, por lo que han de ser aplicadas de manera semejante, pues lo que ahora cambia es la mayor complejidad motriz de las acciones y la mayor complicación de la relación mediatizada por el instrumento.

Sobre esta base, las acciones instrumentales a realizar son las siguientes:

- a. Sacar objetos que flotan en un recipiente ancho, mediante una varilla con un gancho.

En esta tarea el educador sienta al niño en una silla pequeña y frente a él en el suelo coloca una palangana o depósito ancho lleno de agua en el que ubica pelotitas u otros objetos plásticos que floten. A continuación les da la varilla que ahora tiene situado un pequeño gancho en la punta y les solicita que saquen los objetos del agua sin cogerlos directamente con la mano. Si el niño no hace la acción de forma espontánea, el educador les mostrará cómo usar el gancho para extraer los objetos, estimulándole luego a realizarlo por sí solo.

- b. Sacar objetos que flotan en un recipiente de boca estrecha mediante un cucharón.

Estando en la misma posición el educador sitúa ahora un recipiente de boca estrecha pero donde quepa fácilmente la varilla, que ahora tiene un cucharón en su punta, y le solicita al niño que saque los objetos que flotan mediante el cucharón, siguiendo las mismas instrucciones de la actividad anterior.

- c. Pescar objetos que flotan en un recipiente ancho por medio de una varilla con un dispositivo en forma de anzuelo.

Para esta actividad el educador elaborará “pececitos” de poliespuma o plástico que floten, poniéndoles un asa en la punta del morro. Luego les da la varilla que ahora tiene un anzuelo grande colgando de un hilo, como una vara de pescar, y les estimula a “pescar” los pececitos con la caña, para lo cual los niños han de pasar la punta del anzuelo por el asa del pececito para poder así capturarlos. El educador seguirá las mismas indicaciones de las dos actividades anteriores.

El educador ha de notar que la diferencia esencial entre las tres actividades radica en la mayor complejidad de una y otra acción, tanto motriz como instrumentalmente. En el primer caso la acción motriz es simple y sólo basta con ladear el gancho para obtener el objeto, en la segunda es necesario hacer un movimiento curvo de “barrido” con un movimiento curvo para alcanzarlo, mientras que en la tercera tarea se unen estas acciones e incluso para poder “pescar” al pececito es necesario hundir el anzuelo por debajo del asa y realizar un movimiento rápido hacia arriba, lo cual es una acción mucho más compleja que las otras dos.

- d. Hacer bajar cilindros de madera o plástico de una plataforma mediante un martillo.

En esta tarea se utiliza una base perforada con orificios simétricos en los que pueden insertarse cilindros de madera que no sean fácilmente encajables por su diámetro, lo que ha de obligar al niño a golpearlos con un martillo que el educador ha colocado junto a la base. El educador sugerirá que metan los cilindros en la base, dejándoles la iniciativa a los niños de usar el martillo, pero si no se percatan de esto, él les hará la demostración y los estimulará a repetirla por sí solos.

- e. Llenar cubos de arena mediante una pala.

Para esta tarea el educador pondrá a disposición de los niños un cubo pequeño, una pala corta y junto al arenero o depósito de arena les pedirá que llenen los cubos. Si ellos no se percatan de la pala o tratan de llenar los cubos con la mano, el educador les hará la demostración, y luego los incitará a repetir varias veces la acción por sí mismos.

Actividad

- Realización de acciones de construcción simples.

Objetivo

Estimular la coordinación fina de los músculos de los dedos y la percepción óculo-manual.

Metodología

La realización de la actividad de construcción requiere de destreza digital y de un conocimiento sensorial bastante complejo, por lo que en este trimestre se ha de trabajar en que los niños continúen haciendo construcciones sencillas. Entre estas tareas de construcción el educador puede realizar:

- Hacer torres con cubos. En un primer momento los cubos han de ser grandes (10 cms. de lado) pero en la medida en que realice las construcciones con facilidad, ofrecerle cubos de menor tamaño hasta conseguir que construya torres con cubos de 2,5 cms. de lado.
- Usar construcciones tipo puzzle de las que existen en el mercado o que encajando se logran hacer diversas construcciones volumétricas.
- Utilizar recipientes de plástico o de cartón duro de los que se utilizan para guardar alimentos, y enseñar al niño a hacer construcciones usando estos materiales, particularmente torres de varias cajas, puentes, barreras, etc.
- Dibujar un camino en el suelo con algunos detalles (un árbol, un riachuelo, una casa) y pedirle al niño que con los bloques haga un puente para el riachuelo, un establo para la casa, una cerca junto al árbol, etc., para lo cual se le darán bloques pequeños, o material de desecho (cajas de cerillas, envases plásticos vacíos, entre otros).

Actividad

- Realización de acciones de percepción y discriminación sensorial con materiales.

Objetivo

Estimular la propioceptividad de los músculos finos de los dedos y de la mano

Metodología

El contacto sensorial con los materiales plásticos es una vía importante para activar la sensorialidad a la vez que ejercitan la musculatura fina de dedos y manos. Para estos propósitos el educador podrá realizar numerosas actividades con los distintos materiales, que puede incluir fácilmente en los módulos de actividades. Entre estas tareas se encuentran:

- Hacer trazos de manera libre sobre papel, cartón, cartulina, hojas de plástico, etc., utilizando tizas blancas y de colores, pinturas de cera y de madera, rotuladores, entre otros.
- Hacer figuras diversas (bolas, tubos, galletas, etc.) con plastilina y arcilla, a la vez que se ha de estimular al niño a que las amasen, pellizquen, presionen, para conocer las características del material.
- Realizar impresiones con manos y pies con pintura digital sobre una cartulina o papel grande extendido en el suelo.
- Darle al niño esponjas pequeñas, bolas de algodón o medias patatas para que las moje en témpera o pintura de dedos y las estampe sobre papel o cartulina situado en el suelo o en una mesa baja.

Actividad

- Realización de rompecabezas simples.

Objetivo

Activar la coordinación de movimientos finos de manos y dedos que requieren precisión digital y sensorial.

Metodología

La construcción de rompecabezas planos y volumétricos es una actividad psicomotriz que exige de los niños establecer relaciones entre las partes y a su vez hacer movimientos digitales precisos para poder armarlos. En este trimestre solamente se trabajará con rompecabezas de dos piezas. Para esto el educador puede hacer las siguientes actividades:

- Utilizar una lámina simple pegada a una tablilla de madera o cartón fuerte y cortarla a la mitad. Luego, sentados frente a una mesa baja, el educador le demuestra al niño cómo unir y separar las partes para completar la figura.
- De igual manera se pueden utilizar fotografías de revistas que muestren un solo objeto, y siguiendo la misma metodología de la actividad anterior, estimular al niño a que arme la imagen por sí solo.

Recordar que en ambas tareas el objeto que se muestra al niño ha de ser bien conocido por estos, y pertenecer a su medio habitual.

En todos los casos las mitades serán de corte recto, horizontales o verticales.

- Cuando el niño tenga adquirida experiencia en armar rompecabezas planos de dos partes, utilizar rompecabezas industriales volumétricos de dos piezas, que generalmente son cubos de madera o plástico, procurando que exista una única imagen por cualquiera de los lados de cada cubo (es decir, en un cubo la mitad de la figura y en el otro la otra mitad).

Actividad

- Asimilación de acciones de correlación complejas mediante tableros de encajes.

Objetivo

Reforzar la coordinación muscular fina de dedos y manos y el establecimiento de relaciones entre dos o más objetos.

Metodología

Para la realización de estas actividades se ha de utilizar el tablero de encajes de tres formas: círculo, cuadrado y triángulo, en el que la base y las piezas para encajar han de tener colores contrastantes.

La utilización del tablero de encajes sigue un curso evolutivo que, en términos generales, es como sigue:

- a) Encaje-extracción de una sola pieza, comenzando por el círculo, luego el cuadrado, y más tarde el triángulo.
- b) Encaje-extracción de dos piezas (círculo-cuadrado), y luego las tres.

En estas dos tareas el tablero se le presenta siempre al niño con la base hacia ellos.

- c) Encaje-extracción de las tres piezas con giro del tablero excavado (la base se le sitúa contrario a ellos o se invierte la relación girando el tablero: de círculo-cuadrado-triángulo a triángulo-cuadrado-círculo).

En esta actividad el educador ha de permitir primero que los niños manipulen por sí mismos el tablero y las piezas, pero si no tienen éxito les hará la demostración en cada paso. Esta actividad se comienza en este trimestre y se ha de seguir realizando durante el tercer año de vida.

Actividad

- Realización e imitación de trazos sencillos.

Objetivo

Asimilar relaciones espaciales simples mediante imitación de trazos.

Metodología

Las relaciones espaciales arriba-abajo y derecha-izquierda se ejercitan mediante acciones de imitación de trazos que requieren, además, de una coordinación de los movimientos finos de la mano y dedos. El educador activará estas relaciones mediante diversas actividades:

- En el arenero o en un depósito de arena, el educador con una varilla hace en la arena un trazo vertical y luego le da la varilla al niño para que le imite. Después de hacer varios trazos verticales, hacerlos horizontales.
- En un papel, cartón, cartulina, etc., colocado en el suelo o en una pared o caballete, hacer trazos verticales y horizontales con lápices gruesos, ceras, rotuladores, tizas o cualquier elemento que deje un rastro. Solicitar al niño que los hagan a su vez.

El educador ha de tener presente el trabajar continuamente con un trazo (bien vertical, bien horizontal) sin hacer ambos trazos a la vez, pues aún el niño no tiene el suficiente dominio de las relaciones espaciales para hacer ambos trazos de manera simultánea y tienden a confundirse o hacer sólo uno de ellos.

Actividad

- Reconocimiento de su imagen y de sus acciones corporales.

Objetivo

Continuar reforzando la asimilación del esquema corporal.

Metodología

El conocimiento de su imagen corporal es un hecho de crucial importancia para el niño en su devenir hacia convertirse en personalidad, donde saber las posibilidades de su cuerpo es un primer paso en esta formación, que en el próximo año se expresará en el uso del pronombre "Yo". En este trimestre se han de continuar realizando actividades para consolidar ese conocimiento.

- Poner al niño frente a un espejo y preguntarle quién es ese que se ve ahí, si no responde insistir diciendo "¡Ah! Ese es...(decir el nombre del niño)". El educador ha de procurar alguna respuesta de reconocimiento verbal por parte del niño.
- Mostrarle algunas fotos entre las que se encuentre la del niño con el que el educador trabaja en ese momento, y solicitarle que diga quién es ese niño (enseñándole su foto). Si no hay reconocimiento el educador le responderá "¡Ah! Ese niño es (decir el nombre del pequeño).
- Continuar reforzando el conocimiento de las partes del cuerpo en las actividades cotidianas, por ejemplo, al vestirlo pedirle que levante el pie para comprobar que el zapato está bien atado, al ponerle el abrigo solicitarle que meta el brazo, al comer decirle que coja bien la cuchara con la mano. Estimularle a que repita el nombre de la parte del cuerpo que se designa.
- Hacerle participar en pequeñas acciones de expresión corporal. Así, en la actividad libre se le ha de pedir que imite a un animal cualquiera haciendo sus movimientos, que actúe como hace su papá en casa, que se mueva como un gigante o como un enano; tareas sencillas como estas que le hagan comprender que con el cuerpo y sus movimientos se pueden decir cosas.
- Hacer juegos y rimas verbales con las diferentes partes del cuerpo (los ojos, las manos y pies, la cabeza, etc.). Cantar canciones alegóricas a partes del cuerpo y señalar las partes que se mencionen en el canto

Actividad

- Mantenimiento del equilibrio descansando en un pie.

Objetivo

Activar propioceptivamente la percepción del equilibrio.

Metodología

Lograr quedarse en un solo pie sin caer constituye una de las premisas del mantenimiento del equilibrio, el cual es indispensable para la asimilación adecuada de las habilidades psicomotrices generales: caminar, saltar, escalar, entre otras. Durante la rutina diaria el educador ha de aprovechar momentos del horario para realizar algunas acciones simples para ejercitar con los niños y el permanecer parado durante unos instantes en un pie sin caerse. Entre estas acciones están:

- Sugerirles que, apoyándose en la mesa, levanten el pie unos segundos. Esto se puede inducir pidiéndoles que muestren al educador uno de sus zapatos.
- Situar un listón o una cuerda gruesa en el suelo, solicitarle al niño que se pare junto a la misma para cruzarla, pero hacerlo despacio para que durante unos momentos el peso del cuerpo recaiga en el pie que está apoyado.
- Poner un aro grande (puede ser un hula-hoop) en el suelo y pedir al niño que levante un pie y lo ponga dentro del aro. Después que hacerlo, orientarle para que levante el pie y lo sitúe otra vez fuera del aro.

Actividad

- Estimulación propioceptiva de zonas musculares generales.

Objetivo

Continuar activando zonas morfofuncionales relacionadas con las habilidades motrices generales.

Metodología

En el actual trimestre de 18-21 meses se mantiene la misma secuencia de actividades que se hacían en el trimestre precedente, puesto que éstas tienen los mismos objetivos: Lograr una disposición favorable al movimiento y la actividad psicomotriz, desde la cabeza hasta los pies.

- Situar las manos a los lados del cuello y deslizar los pulgares ejerciendo una ligera presión desde los labios hacia los lados. Hacerlo de dos a cuatro veces.
- Poner los pulgares en la punta de la nariz y desde ahí subir hacia el puente ejerciendo una leve presión, luego bajar por los lados de la nariz hasta las comisuras de los labios. Hacerlo un par de veces.
- Deslizar la palma de la mano desde un hombro al otro, allí cambiar de mano e ir de nuevo hasta el hombro inicial. Repetir dos o tres veces.
- Boca abajo el niño, el educador ha de colocar una mano sobre el hombro izquierdo y la otra bajo el brazo derecho deslizando con presión suave las dos manos en sentido contrario, mientras se avanza desde el cuello hasta los glúteos y luego subiendo hasta el cuello. Procurar mantener en todo momento las manos en contacto con el cuerpo. Repetir un par de veces.
- En la misma posición de boca abajo, hacer círculos pequeños con los pulgares en sentido contrario a las agujas del reloj, desde la nuca hasta los talones. Hacer esta acción un minuto.
- Sostener la mano del niño entre las dos del educador, luego con un pulgar presionar suavemente la palma mientras que con el otro abre los dedos y los va acariciando uno a uno, desde la palma hasta la yema del dedo. Cerrar los dedos en puño y abrirlos de nuevo. Repetir con la otra mano.

- Tomar una pierna del niño por el tobillo y extenderla para formar un ángulo recto con el tronco. Luego el educador con la otra mano presiona suavemente desde el muslo hasta el tobillo, y una vez allí cambiar la mano que sujeta el tobillo y con la que queda libre realizar el mismo masaje. Repetir con la otra pierna. El educador ha de mantener en todo momento sus manos en contacto con el cuerpo del niño.

Actividad

- Lanzamiento de pelotas.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas para la habilidad psicomotriz general de lanzar.

Metodología

Esta actividad modular cuenta con seis actividades:

- Durante dos minutos el educador ha de estimular a los niños a caminar por el área de juego, de manera tranquila y sin exigir movimientos específicos.
- Estando los niños de pie frente a la barra de equilibrio, el educador les orientará caminar sobre la misma, con los brazos extendidos lateralmente y el cuerpo recto. Esto lo repetirá cuatro o cinco veces con cada uno de ellos, y estará atento para que no salten al terminar el trayecto.
- Sentados los niños en el suelo, uno detrás del otro, y con las piernas abiertas, el educador sentado frente a ellos sostiene un palo gimnástico en cada mano, que ellos han de agarrar con cada mano, para luego realizar movimientos con el palo hacia atrás, hacia delante y de arriba hacia abajo. Se ha de trabajar con tres niños, y repetir cuatro o cinco veces.
- El educador situará una canasta de 60 cms. de diámetro, sobre una mesa o mueble apropiado a una distancia de 50 a 70 cms. del niño, que está situado de frente a la mesa, la canasta ha de estar a una altura un poco más alta del pecho de ellos. Luego les da una pelota mediana (que han de sostener con ambas manos) y los motivará a que la lancen para que caiga dentro de la canasta.

El educador no hará exigencias en el lanzamiento, pero en su demostración, ha de procurar mantener un modelo correcto, con los brazos extendidos al lanzar la pelota a la canasta, para que los niños le imiten de manera apropiada.

- El educador presentará a los niños el juego de movimiento “Vamos a alcanzar la pelota”, donde él lanza una pelota en direcciones diversas para que los niños la cojan y depositen en una canasta o caja de cartón. También puede lanzar varias pelotas a la vez, que a su vez han de depositar en el envase, para darle un mayor carácter de juego a la actividad. Repetir esto tres o cuatro veces.
- Finalizar la actividad con una caminata de recuperación en la que los niños pueden tener las pelotas en sus manos, pero sin lanzarlas, luego les orientará guardarlas todas en la canasta.

Actividad

- Escalamiento de una escalera.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas para la habilidad psicomotriz general de escalar.

Metodología

Este módulo tiene seis actividades:

- Iniciar el módulo realizando los niños una marcha dispersa por el área de juego. El educador puede hacer sonar un silbato o campanilla para centrar la atención de ellos en lo que van a realizar.
- El educador ha de situar una caja fuerte o base pequeña de madera, de no más de 10 cms. de altura, y le dirá al niño que coloque un pie sobre la caja manteniendo el otro en el suelo. A continuación le pedirá, como en un módulo anterior, que levante el pie que tiene puesto en la base, hecho esto le solicitará que se pare con ambos pies sobre la caja y de inmediato le solicitará que se pare y levante uno de sus pies por unos momentos, de modo tal que todo el peso del cuerpo recaiga sobre el pie en la base mientras el otro está en el aire. El educador ha de estar bien al tanto por si hay pérdida del equilibrio. Repetir un par de veces.
- Los niños de pie frente al educador, les ha de ofrecer un palo gimnástico para que lo agarren con ambas manos, entonces ejerciendo una presión hacia abajo los llevará a la posición de cuclillas y de ahí nuevamente a ponerse de pie. Realizar estos movimientos de tres a cuatro veces, pudiendo trabajarse con tres niños a la vez.
- Situando una escalera de tijera sólida y resistente de poca altura, el educador la ha de ubicar abierta e invitará a cada niño a subir dos o tres peldaños, colocando primero un pie, uniendo el otro, hasta la altura indicada, agarrándose de las barandillas. En este trimestre no se ha de pretender que los escalones se suban alternativamente. El educador ha de ayudarles tanto en el ascenso como en el descenso, y prever cualquier deslizamiento de la escalera. Hacer esta actividad tres a cuatro veces con cada niño.

- El juego de movimiento a introducir ha de ser “Cacemos a la mariposa”, en el que el educador ha de llevar una mariposa de papel en las manos y motivará a los niños a que corran detrás de él para que traten de alcanzarle. Ha de procurar manejar la mariposa a diferentes alturas y cambiar la dirección para que continúen tratando de cogerla, provocando estiramientos y doblamientos por la cintura. Repetir el juego un par de veces.
- Finalizar la actividad modular con una caminata tranquila por toda el área de juego, sin exigir tipo de movimientos.

Actividad

- Asimilación del equilibrio.

Objetivo

Continuar activando las conexiones propioceptivas para lograr el equilibrio.

Metodología

Este módulo tiene seis actividades:

- Comenzar el módulo haciendo una marcha tranquila por el área de juego, utilizando una campanilla o una pandereta para centrar la atención de los niños en la tarea que han de realizar.
- Situar a los niños en un extremo de la barra de equilibrio, el educador los incitará a que caminen a lo largo de la barra, procurando que al hacerlo pongan los brazos laterales y el cuerpo recto. Al final del trayecto de la barra puede ubicarse una caja sólida o base fuerte, de unos 10 cms. de altura para que ellos se paren con sus dos pies sobre la misma, luego se les ofrecerá la mano para bajar un pie primero y otro después, y evitar así que den un salto. Repetir esta acción tres o cuatro veces con cada niño.
- Utilizando la misma base o caja de la actividad precedente, el educador le dirá al niño que se pare con ambos pies sobre la caja. De inmediato le solicitará que separe y levante uno de sus pies por unos momentos, de tal modo que todo el peso del cuerpo recaiga sobre el pie en la base mientras el otro está en el aire. El educador ha de estar bien al tanto por si hay pérdida del equilibrio. Hacer esto un par de veces.
- El educador ha de situar una tabla gimnástica apoyada en cada extremo sobre una base de 15 cms. de altura, luego ubicando al niño en un extremo le solicitará que camine a lo largo de la tabla, brindándole ayuda sólo en caso necesario de pérdida de equilibrio, para que ellos se acostumbren a trasladarse por la tabla sin que se les de un apoyo. Realizar esta tarea de tres a cuatro veces.
- El juego de movimiento a efectuar es "Los pajaritos mueven sus alas", en el que el educador invita a los niños a correr por la clase o área de

juego, batiendo los brazos, alternando fuerte y suave, imitando el aletear de las aves. Repetir el juego tres veces.

- Concluir el módulo con una caminata tranquila de recuperación, sin exigencia de movimientos y si se desea cantando una canción suave, durante un par de minutos.

Actividad

- Ejercitación de la habilidad para trepar.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas para facilitar la habilidad general para trepar.

Metodología

Esta actividad modular se compone de cinco actividades:

- Empezar la actividad con una marcha suave y dispersa alrededor del área de actividades en cuyo centro hay una cesta que contiene cintas de distintos colores. Antes de terminar esta actividad, indicar a cada niño que coja una cinta.
- Situando a los niños en círculo a su alrededor, con los brazos abajo y las piernas unidas, solicitarles que eleven los brazos y agiten las cintas. Hacer esto tres o cuatro veces. Luego pedirles que las coloquen en el suelo frente a ellos, que se vuelvan a poner erectos y entonces se doblen para tocar de nuevo las cintas, tres o cuatro veces, logrando así que se ejerza una estimulación sobre la musculatura abdominal. Repetir también tres o cuatro veces.
La actividad concluye pidiendo a los niños que hagan cucullas para tocar las cintas en el suelo, lo cual ha de hacerse igualmente tres o cuatro veces. Terminar la actividad tomando las cintas del suelo y depositarlas en la cesta.
- Ubicar un cajón fuerte y ancho de unos 30 ó 40 cms. de altura en el centro de la clase, y situando a los niños en fila, estimularles a que trepen al cajón y desciendan con el mismo movimiento por el lado opuesto, brindando ayuda solamente a aquellos que lo requieran. Repetir tres o cuatro veces con cada niño.
- Hacer un juego de movimiento en el que los niños tengan que cruzar el banco gimnástico con soportes de no más de 30 cms. de altura, para que trepen, desciendan y lleguen a una meta. Observar que hagan movimientos de trepa y no de salto al salvar el obstáculo de la tabla. Realizar el juego un par de veces.
- Terminar la actividad con una marcha suave de recuperación, cantando el educador alguna canción apropiada, durante un minuto.

Actividad

- Realización de equilibrio como preparación para el salto.

Objetivo

Estimular las conexiones propioceptivas preparatorias de la habilidad general de saltar.

Metodología

Esta actividad modular consta de seis tareas psicomotrices:

- Al igual que la actividad anterior, comenzar la actividad con una marcha suave y dispersa alrededor del área de juego en cuyo centro hay una cesta, caja o canasta que contiene cintas de distintos colores. Antes de terminar esta parte, indicar a cada niño que cojan una cinta.
- Situando a los niños de pie, con sus piernas separadas al ancho de los hombros y con las manos a la espalda (una de ellas sosteniendo la cinta que tomaron en la actividad precedente), el educador les solicita que le muestren la cinta elevando al máximo el brazo que la sostiene, y de ahí volver a esconder la cinta tras la espalda. Cuando lo han hecho un par de veces pedirles que cambien la cinta de mano, para repetir la acción con el otro brazo. Se ha de hacer dos o tres veces.
- En la misma posición, se les pide que bajen el brazo y hagan cuclillas para poner la cinta otra vez en el suelo frente a sí, una vez hecho esto, se les pide que se pongan de pie, volver a hacer cuclillas y tomar de nuevo la cinta. La acción anterior se repite de nuevo, pero esta vez con el otro brazo. Repetir esto tres o cuatro veces y al final caminata por el área para dejar caer la cinta en la canasta.
- Poner una cuerda atada entre dos sillas pequeñas separadas a una distancia de no más de dos metros, a una altura de 15 cms. Sentar a los niños delante y a uno de ellos, darle la mano y hacer la demostración de pasar la soga elevando primero un pie y luego el otro, y así sucesivamente con todos ellos. Realizar esta tarea dos o tres veces.
- Hacer un juego de movimiento "Vamos a pasar el cajón", en que situando pequeñas bases de madera de no más de 10 cms. de altura, se les incita a desplazarse por la clase, subirse a la base, apoyar los dos pies, y luego bajar un pie primero y otro después, todo esto dentro de una atmósfera de juego. Hacerlo hasta tres veces.
- Concluir la actividad con una marcha de recuperación de un minuto, por toda el área de juego y moviéndose en todas las direcciones.

Actividad

- Estimulación para las premisas del salto.

Objetivo

Iniciar la activación propioceptiva de la habilidad psicomotriz general del salto.

Metodología

Este modulo tiene cinco actividades:

- Comenzar la actividad mediante una marcha dispersa por el área de la clase, el educador puede acompañar el movimiento con una pandereta o silbato, haciéndoles significativo a los niños el ritmo del sonido.
- Situar varios aros pequeños a una distancia de 10 cms. unos de otros formando un camino de aros, el diámetro del aro ha de permitir que quepan los dos pies del niño. Estimularlos entonces a que vayan de un aro al otro siguiendo el camino, poniendo primero un pie y luego el otro junto al primero, y así aro por aro hasta terminar el camino. Repetir esta acción varias veces.

Cuando ya dominen esta acción psicomotriz unir los aros uno delante del otro para acortar la distancia entre aro y aro, y solicitarles entonces que vayan de aro en aro alternando los pies. Realizar esta acción tres o cuatro veces.

- Ubicar varias bases de madera de 10 cms. de alto formando un camino, debe existir una distancia entre base y base para que el niño de algunos pasos antes de subir a la siguiente base. Incitarlos a subir la base poniendo un pie primero y otro después, y una vez que esté encima y con los pies unidos, pedirle que baje poniendo primero un pie en el suelo y luego el otro.

Una vez que se haya repetido varias veces esta acción motriz y tengan confianza en sus posibilidades, solicitarles entonces que salten con ambos pies a la vez para bajar de la base. El educador podrá darles su mano como apoyo si lo considera conveniente.

Es importante que el educador les demuestre cómo saltar apoyándose en la parte delantera del pie y no con toda la planta, esta acción es difícil de conseguir, pero poco a poco irán dominándola.

- Organizar un circuito en el que se coloquen varias piezas grandes de las que se utilizan en las actividades psicomotrices, una que posibilite reptar a través de un túnel, otra que obligue a escalar para pasarla, una que lleve a mantener el equilibrio, una a continuación que conduzca a saltar desde una altura de 10 cms., y finalmente situar una canasta en la que haya varias pelotas medianas, que han de ser lanzadas a una caja distante un metro de la cesta. El niño pasará arrastrándose por el túnel, escalará el obstáculo, caminará por la tabla, saltará desde la base, tomará una pelota y con ambas manos la lanzará a la caja. Hacer de esto un juego, para motivarlos a realizar las acciones. El educador ha de determinar las veces que ha de repetir la tarea, en dependencia de los logros psicomotrices de los niños.
- Terminar la actividad modular con una caminata de recuperación por toda el área de juego, acompañando con canciones el educador y sin exigir tipo de movimientos.



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el tercer año
de vida
(2-3 años)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL TERCER AÑO DE VIDA.

Al terminar el segundo año de vida se han alcanzado logros del desarrollo en el niño que les permiten entrar en contacto más directo con el mundo circundante y actuar con mayor independencia en el tercer año. Esto es un resultado de tres determinantes básicos que se han alcanzado en el período anterior:

- ❑ Un desarrollo importante de las premisas de las habilidades psicomotrices generales (caminar, correr, trepar, escalar, entre otras).
- ❑ La posibilidad de comunicarse de manera más efectiva por una ampliación de la comprensión léxico - semántica de la lengua que permite cumplimiento de órdenes por demanda verbal y responder a preguntas directas.
- ❑ La asimilación de acciones de correlación complejas y en particular de las acciones instrumentales.

Estas adquisiciones sientan las bases para un incremento continuo de las posibilidades psicomotrices de los niños a partir de los dos años de edad, y donde el dominio de la marcha autónoma y de una comunicación más efectiva les permiten desplegar una actividad intensa para entrar en relación con los objetos y las personas que les rodean, actividad que aunque aún limitada y no completamente organizada, constituye un medio importante para el desarrollo de sus potencialidades.

El niño en el tercer año de vida tiene una mayor vitalidad y resistencia física, lo que le hace ganar confianza en sus posibilidades, y donde el progreso en su control postural y su autonomía hacen que no tenga que depender continuamente de los adultos y comience a actuar por sí mismo en la búsqueda de las relaciones esenciales y concentrándose por un tiempo relativamente largo en su propia actividad.

El desarrollo psicomotor alcanzado en el segundo año les facilita hacer acciones con los objetos que son cada vez más complejas, lo que repercute significativamente en su desarrollo cognoscitivo.

La actividad con objetos sigue siendo la actividad fundamental o rectora del desarrollo en esta etapa, por lo que la complejización progresiva de esta actividad constituye la base sobre la cual se asientan los progresos de sus procesos mentales, a la vez que la asimilación de habilidades psicomotrices generales permiten una acción más efectiva sobre el mundo que les rodea.

Estas actividades motrices más perfeccionadas son una continuidad de aquellas logradas en el segundo año de vida y propician una mayor información motriz, que los prepara para llevar a cabo acciones cada vez más complejas.

En relación con esto, el niño de este grupo de edad, comienza a realizar las tareas psicomotrices con una participación cada vez más activa de su pensamiento, que se expresa fundamentalmente en acciones de orientación externas que son un reflejo del nivel mental en estas edades y que le posibilitan orientarse y hacer más efectivas sus acciones no sólo por medio de las representaciones sensoriales, sino también mediante el descubrimiento de relaciones esenciales de los objetos y fenómenos del mundo circundante.

La realización de los movimientos fundamentales de los que se apropia el niño en este período (caminar, trepar, saltar, lanzar, etc.) amplían sus posibilidades de desplazamiento, permiten una mayor vigilia activa y enriquecen el desarrollo de sus potencialidades cognoscitivas al poder manipular, explorar, conocer y accionar con los objetos que le rodean en dependencia de sus propiedades y relaciones, externas e internas, de manera directa y por su propia iniciativa.

Ello conlleva la ampliación significativa del horizonte cognoscitivo del niño de esta edad, hecho que está dado por la diversificación de la realidad, que hace que el psiquismo en este año de vida se diferencie en la misma medida en que esta realidad se diversifica, y donde ya cada área del desarrollo requiere de una estimulación específica, dirigida a su devenir evolutivo particular, lo que trae como consecuencia la necesidad de acciones estimuladoras para el desarrollo físicomotor, para la percepción, para el pensamiento, entre otras, y que antes estaban unidas en una única actividad psíquica.

Desde este punto de vista las actividades en el tercer año de vida conceptualmente conjugan lo motor y lo psíquico, lo afectivo y lo psicomotor, lo cual está dado por la concepción de la unidad de los procesos cognoscitivos, afectivos y motores, pero la ampliación cognoscitiva de la actividad psicomotriz del niño, y que está dada por la diversificación de la realidad que les rodea y la necesidad de su apropiación, determina que el sistema de influencias educativas se diferencie por áreas de desarrollo, y con acciones propias para cada una de ellas.

Es por eso que las actividades psicomotrices para los niños en este tercer año, muestran un predominio del componente motor sobre las correspondientes a la sensorialidad que, en muchos programas educativos se agrupan en la educación sensorial o el conocimiento del mundo de los objetos y sus relaciones, si bien manteniendo la interdependencia e interacción entre las mismas.

La concepción de la unidad de los procesos afectivos, cognitivos y motores, es decir, de la psicomotricidad, está expresada en cualquier actividad que el niño realiza, y así, cuando hacen una actividad de educación física, en la que aparentemente solo se está ejerciendo una estimulación motora, por ser el

contenido fundamental de la actividad, se está igualmente ejerciendo una acción sobre sus procesos psíquicos (indispensables para la comprensión y realización de la actividad motriz), y sobre sus procesos afectivos (en la medida en que la misma provoca reacciones emocionales relacionadas con el logro o fracaso de la actividad que se plantea).

Desde el momento que se da la diferenciación por áreas de desarrollo, cabe entonces preguntarse que contenidos quedan para la actividad psicomotriz como tal desde el punto de vista del sistema de influencias educativas, si siempre conceptualmente toda actividad que se realiza es psicomotriz. En este sentido, una revisión amplia de los programas educativos de un buen número de sistemas educacionales refleja que, además de las actividades motrices, se incluyen las referentes a la imagen corporal, las que tienen que ver con la estructuración del espacio partiendo del cuerpo del niño, y algunas referidas a la estructuración temporal, que todavía es aún incipiente en este tercer año.

El conocimiento del esquema corporal, de la imagen corporal, tal como se había referido en el año de vida anterior, trata del conocimiento que el niño va progresivamente estructurando respecto a su cuerpo, lo cual incluye sus características físicas y las posibilidades de acción motora que el mismo le ofrece, así como la constitución o formación de su identidad personal y su sentido de pertenencia a un grupo social.

La estructuración espacial implica la noción que construyen el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, con respecto o tomando como punto de relación su cuerpo, con los objetos, las personas y las situaciones de su medio natural y social que le rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, delante, derecha, izquierda, etc.).

La estructuración temporal comprende la capacidad del niño para ubicar hechos en una sucesión de tiempo, noción que les permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Todos estos aspectos toman en consideración a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique, y las actividades para su desarrollo han de tomar en cuenta este criterio. Desde este punto de vista, en un momento del desarrollo dichas actividades serán globales y generalizadoras (como sucede en el lactante y gran parte del segundo año de vida), y luego se vuelven más específicas y particulares, y dirigidas a cada área del desarrollo, en la misma medida en que el medio circundante se diversifica y el niño adquieren una mayor experiencia vital.

Pero, a diferencia de los dos primeros años en que se dan cambios y transformaciones constantes, y obligaba, como sucedía en el primer año de vida y también de manera considerable en el segundo, a organizar los programas de estimulación en fases bien cortas, que abarcan a lo sumo un trimestre de la vida,

en este tercer año los cambios no son ya tan rápidos, lo cual hace que el sistema de influencias educativas se organice en períodos más largos y que, aunque pedagógicamente siguen el criterio de trimestres escolares, desde el punto de vista de la evolución del desarrollo psíquico, las líneas directrices de este desarrollo son considerablemente más amplias y comprenden en ocasiones a todo el año de vida.

Desde el punto de vista del desarrollo psíquico, el tercer año de vida constituye una unidad con el año precedente, el segundo año y ha de enfocarse como la fase final de una etapa, la edad temprana, de la cual es su culminación. Esto hace que realmente estos dos años comprendan un ciclo de desarrollo en el que las cualidades y funciones psíquicas características de esta edad comiencen a manifestarse desde el año de edad y alcancen su expresión más completa hacia los tres años en que concluye este período.

Otras en cambio, aún han de continuarse en el cuarto año de vida, pues es en este donde llegan a mostrar su manifestación plena.

Esta irregularidad del desarrollo, y que lo caracteriza, hace que sea difícil establecer límites exactos entre un período y otro, pues mientras hay funciones que culminan su desarrollo en una etapa, otras continúan en los subsiguientes, y algunos abarcan toda la etapa de la educación infantil.

Es por esto que, a partir del tercer año, constituya un error científico tratar de relacionar directamente períodos exactos del desarrollo con las actividades que se propongan para la estimulación de determinados procesos y cualidades psíquicas, al menos en límites estrechos, por lo que los logros del desarrollo han de ser plasmados para todo el año de vida, y haciendo alguna referencia particular a alguno de ellos que se signifique más en un momento de ese año. De esta manera el desarrollo y la enseñanza se conciben de manera dialéctica y técnicamente bien concebidos.

En cuanto a las actividades, y dado que el segundo y el tercer años constituyen en sí mismos una etapa del desarrollo, en la que los objetivos de la enseñanza se conciben teóricamente iniciándose a partir de que los niños tienen doce meses y se alcanzan cuando estos cumplen los tres años, la mayoría de las actividades propuestas en el año anterior han de continuarse realizando en el actual, añadiéndole por lo general algún nivel de mayor complejidad, dado el creciente desarrollo intelectual de los niños.

Esto es particularmente significativo en aquellas actividades que se agrupan para estimular varias funciones del desarrollo, como son las actividades modulares, que básicamente van difiriendo en su nivel de complejidad más que en la inclusión de nuevos contenidos.

Así, desde el punto de vista pedagógico, la organización de actividades sigue en términos generales la misma que se tenía en el año de vida anterior, con la

realización de aquellas que contienen objetivos amplios y otras que se refieren a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor.

En este sentido las actividades en este tercer año de vida tendrán dos formas organizativas principales:

- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico.
- Actividades modulares, que engloban varios objetivos que se han de trabajar de manera conjunta.

En la primera, el objetivo a desarrollar suele ser único y la estimulación va dirigida a la consecución de un logro particular o a una determinada reacción en el niño, mientras que las actividades modulares (o módulos de actividades) tratan de estimular simultáneamente varios procesos. No obstante, y debido a la progresiva diferenciación de las áreas de desarrollo, las actividades del primer tipo priman, y los módulos organizados como aparecen en este material se han de concretar fundamentalmente a la ejercitación propioceptiva de los complejos musculares y la formación de las habilidades motrices generales.

En este sentido el educador ha de organizar sus propios módulos, incluyendo en los mismos varias tareas que estarán en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a formar.

Cabe recordar que las actividades, bien de carácter específico o modulares, tienen un sentido longitudinal a lo largo de todo el año de vida, por lo que se pueden mantener de un trimestre escolar a otros períodos posteriores, lo cual es mucho más significativo en este año de vida en que el desarrollo avanza evolutivamente por fases más amplias.

A los fines organizativos estas actividades se estructuran de la siguiente manera:

- Actividades para niños en el primer trimestre escolar.
- Actividades para niños en el segundo trimestre escolar.
- Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.

No obstante esta estructura organizativa que determina formas de estimulación propias en cada periodo, existen procedimientos metodológicos generales que son semejantes en todos los trimestres, y que han de ser tomados en consideración a la hora de concebir las actividades pedagógicas.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL TERCER AÑO DE VIDA.

Las actividades psicomotrices en el tercer año de vida incluyen inicialmente contenidos que posibilitan que el niño realice diversas acciones con los objetos; que se relacionan con diferentes tipos de movimientos, teniendo en cuenta la gradual complejidad de los mismos y la posibilidad de uso de variados objetos para la realización de una misma acción psicomotriz.

Las acciones que se proponen ahora tienen su antecedente en aquellas que se realizaron en el segundo año de vida, por lo que es recomendable determinar el grado en que el niño domina estas acciones. Este año de vida constituye un momento ideal para continuar enriqueciendo la actividad con objetos, eje fundamental del desarrollo psicológico en esta etapa.

El dominio progresivo por los niños de los modos de actuar con los objetos les permite no sólo conocerlos, sino también establecer relaciones entre ellos. Estas acciones se perfeccionan conjuntamente con los movimientos que las posibilitan, y progresivamente el niño es capaz de establecer relaciones entre los objetos tomando en cuenta sus propiedades externas (las que percibe por la vista y el tacto) y sus relaciones (espaciales y cuantitativas).

La unidad entre lo psíquico y lo motor se expresa también en el hecho de que, para que se dé una asimilación del contenido cognoscitivo de las actividades, es imprescindible que el niño realice acciones prácticas con los objetos, que tengan variadas experiencias en el desarrollo de la actividad con ellos.

En este sentido las actividades psicomotrices en el tercer año de vida se caracterizan por la realización sistemática de estas acciones con objetos, estimuladas por el adulto en función del movimiento, con la incorporación de habilidades motrices primarias que facilitan un mayor control de las mismas, y que propician establecer relaciones espaciales con objetos reales tomando como punto de partida su cuerpo en movimiento o acompañando con movimientos corporales.

Las mismas se organizan tomando en cuenta tres formas principales:

- La actividad pedagógica psicomotriz.
- La actividad psicomotriz libre o independiente.
- Los juegos de movimiento.

El objetivo fundamental de la primera consiste en la acción que ejerce el educador para la orientación de la actividad psicomotriz, posibilitando a su vez que el niño establezca y se apropie de las relaciones esenciales por sí mismos. Esta acción sobre la zona de desarrollo próximo de los niños, es básica para la asimilación adecuada de los contenidos.

En la actividad psicomotriz libre o independiente, el niño pone en práctica lo asimilado en las actividades pedagógicas, determinando por sí solos qué hacer, cómo hacer, cuándo hacer, lo cual colabora al desarrollo de su iniciativa y su autonomía.

El juego de movimiento procura reforzar lo asimilado mediante la acción orientadora del educador y pueden incorporarse dentro de las actividades modulares o formar parte de las posibilidades de la actividad libre.

Las actividades pedagógicas psicomotrices en este año de vida podrán durar hasta 15 minutos y se caracterizan por la formación de pequeños grupos, aunque se puede trabajar ya en ocasiones con la totalidad de los niños en dependencia del desarrollo alcanzado por éstos, y la mayor o menor complejidad del contenido de las actividades.

En los niños, las actividades psicomotrices que se realizan incluyen ejercicios activos, tales como los desplazamientos; las acciones para el desarrollo físico general; las acciones para la formación de habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

Los ejercicios activos son los que el niño realiza de manera libre. Este tipo de acciones psicomotrices contribuyen a organizar y acondicionar los diferentes planos musculares y a desarrollar la coordinación, el equilibrio y las habilidades físicas.

Estas acciones abarcan los desplazamientos, los ejercicios para el desarrollo físico general, ejercicios para habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

Los desplazamientos están dirigidos a organizar a los niños para lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, el espacio y los medios de enseñanza, en cualquier momento de la actividad. Para los desplazamientos se utiliza todo el espacio disponible, evitando la manipulación innecesaria de los pequeños y velando por la postura correcta.

Se realizan acompañados de un ritmo, canción o rima para motivar la actividad, pero sin que tengan que seguirlo con exactitud. Los niños pueden llevar objetos en las manos, cabeza, hombros, cambiándolos de posición o moviéndolos libremente, como puede ser llevar un pañuelo en la cabeza, luego colgarlo en el antebrazo, agitarlo con las manos al frente, arriba, entre otras formas.

Estas actividades se planifican de manera que se alternen los ejercicios para evitar la fatiga en los niños.

Las tareas motrices para el desarrollo físico general están dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo de los niños, al desarrollo de la coordinación y la flexibilidad. Se pueden realizar en el lugar o con

desplazamientos, dispersos, y desde diferentes posiciones iniciales que varían en dependencia del desarrollo de los niños y las condiciones del área en que se realizan. En el tercer año, la organización de los niños para las actividades se hacen en formaciones de círculos e hileras.

Las formaciones se realizan por indicación verbal y se utilizan puntos de referencia tales como: delante, detrás, fuera, alrededor de, arriba, abajo. Estos puntos pueden ser marcas, juguetes, un árbol, los propios niños o el educador, cuerdas largas u otros objetos. El círculo se logra utilizando motivaciones como "hacer un globo, una pelota" y otras creadas por el educador. Para la hilera: el tren, etc. Las formaciones pueden realizarse mientras se desplazan.

La cantidad de tareas motrices dependerá de las necesidades del grupo y de las combinaciones que se ejecuten, considerando las posibilidades morfofuncionales y psíquicas de los niños, pudiendo realizarse hasta cuatro tareas psicomotrices distribuidas para las diferentes partes del cuerpo, incluyendo las muñecas y los dedos.

La realización de las tareas se orienta por indicaciones verbales (arriba, abajo, al frente, atrás, a un lado, etc.); empleando imágenes y metáforas como: el elefante, el caballito, el reloj, las hojas de los árboles movidas por el viento, decir adiós a los pajaritos, alcanzar la naranja, enseñar las manos, abrirlas, cerrarlas, jugar con ellas o esconderlas; paseos imaginarios, canciones y rimas conocidas o creadas por el educador que sugieran un movimiento, entre otras.

Según el desarrollo de los niños y el grado de sus vivencias motrices, el educador puede, si lo considera necesario, acompañar la indicación verbal con la demostración a la vez que ellos tratan de hacer el movimiento. Estas formas de orientación se seleccionan y combinan racionalmente, contribuyendo así a la participación independiente, al conocimiento del cuerpo y a la orientación espacial.

Para llevar a cabo estas acciones motrices se pueden utilizar diferentes objetos como cintas, aros, flores, pelotas, cubos plásticos, hojas de árboles, entre otros.

Los tareas para las habilidades motrices generales son las encargadas de la enseñanza de las acciones motrices para desarrollar las habilidades, las capacidades coordinativas y la flexibilidad. También contribuyen a sentar las bases para la formación de cualidades de la personalidad, como la voluntad, la perseverancia y el valor, entre otras.

En el tercer año de vida las habilidades a trabajar son: caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, atrapar, cuadrupedia, reptar, escalar y trepar.

Tomando en cuenta el desarrollo de los niños se realizan dos o tres de estas acciones motrices separadas o combinadas, también se pueden realizar varias acciones de una misma habilidad pero siempre procurando un balance en el

trabajo de los diferentes planos musculares.

Es importante mantener la motivación desde el inicio de la actividad, y proponer a los niños diferentes representaciones, por ejemplo, al caminar por planos el educador puede decir que son caminos, calles, puentes; al trepar o escalar, simbolizar montañas; al saltar, reptar o hacer cuadrupedias decir que son animales u objetos, además de otras formas que se puedan crear o surjan para que ellos comprendan, realicen y disfruten plenamente de la actividad.

En las tareas motrices relacionadas con el caminar el educador velará por la postura correcta, e insistirá en que los niños mantengan el tronco y la cabeza erguidos. Estos ejercicios contribuyen al desarrollo del equilibrio y la coordinación.

Si se camina por la barra de equilibrio, el educador puede brindar ayuda según las necesidades de los pequeños, disminuyendo su apoyo en la medida en que su equilibrio y coordinación aumentan. Las sendas que se utilizan en este grupo han de tener un ancho aproximado de 30 cm, al igual que las tablas. Los planos inclinados tendrán una altura de hasta 30 cms. de acuerdo con el nivel de desarrollo.

Las actividades de correr se realizan en este año, pues es aproximadamente en este grupo donde realmente se logra la fase de vuelo característica de la carrera. El educador velará porque se realice con la parte anterior de los pies, para ello les puede decir a los niños que corran "sin hacer ruido". Estos ejercicios contribuyen al desarrollo de la coordinación, el equilibrio, la orientación y la flexibilidad. Las sendas se han de trazar con tiza, cuerdas, cintas, entre otras, teniendo un ancho aproximado de 50 cms. La distancia de la carrera puede ser de 10-15 metros aproximadamente.

Las tareas de salto se realizan a partir de este año, pues es aproximadamente en esta edad cuando se logra el despegue de la superficie de apoyo o vuelo. El educador ha de velar porque se realice con la parte anterior del pie y que la caída se haga con semiflexión de las piernas, estimulando al niño a hacerlo "como un muellecito", "sin hacer ruido". Las caídas deben realizarse sobre una superficie suave: césped, arena, colchoneta. Estos ejercicios desarrollan la coordinación, el equilibrio y la flexibilidad.

El salto puede tener diversas variantes. El salto al frente se realiza libremente en un espacio determinado, que se puede aumentar poco a poco según el desarrollo alcanzado por los niños, y puede tener varios espacios consecutivos que pueden estar delimitados por líneas, cuerdas, cintas, bastones, marcas en el suelo, aros, entre otros.

El salto de profundidad se realiza individualmente a partir del segundo trimestre escolar, su altura no debe exceder de 20 cms., para así proteger las estructuras articulares, huesos y músculos de posibles lesiones a largo plazo.

El salto a una altura se introduce también en el segundo trimestre del tercer año, y para este tipo de salto se suele utilizar una colchoneta, muros, etc.

La habilidad motriz general de lanzar desarrolla la coordinación, orientación y flexibilidad. Ya en el tercer año el lanzamiento con una y dos manos se puede hacer de diferentes formas: por encima de la cabeza, del hombro, desde el pecho y desde abajo, en diferentes direcciones: hacia delante, arriba, detrás, abajo (rebote), a un objeto en el suelo, a la altura de la vista, en lo alto, a otro niño, manteniendo una distancia aproximada de 1 a 1,50 m. Estas variantes se introducen en dependencia de las vivencias y el desarrollo mostrado por los niños.

El rodar contribuye a la coordinación y la orientación espacial. Estos ejercicios se inician en el primer trimestre y se realizan desde la posición de sentado, cuclillas, de pie, entre otras. Los diferentes planos se trabajarán desde el suelo, por una tabla, a una altura o banco, a un plano inclinado, entre otros, y hacia diferentes direcciones, pudiendo ser al frente, hacia detrás, a los lados, alrededor del cuerpo, sobre el propio cuerpo o de otro niño.

Para lanzar y rodar se pueden utilizar pelotas industriales, artesanales, saquitos rellenos, bastones, cilindros, cestos, dianas, pañuelos, cintas, cuerdas, aros, bolos y otros objetos creados por el educador.

La cuadrapedia en el tercer año de vida se realiza en cuatro puntos de apoyo, es decir, sobre pies y manos, y por los peldaños de una escalera colocada sobre el suelo. Mediante la cuadrapedia se fomenta la coordinación, la orientación y el equilibrio. La misma puede hacerse estando dispersos los niños bajo la orientación del educador, también puede ser libre y entre obstáculos, y hacia diferentes direcciones, lo cual se motiva colocando objetos a cierta distancia para llegar a ellos, y que el educador puede cambiar de lugar. Las sendas deben tener un ancho aproximado de 50 cms. y pueden ser rectas, onduladas y en zig-zag, describiendo caminos.

Si se utiliza una tabla, tendrá un ancho aproximado de 30 cms. y si se coloca inclinada ha de tener entre 15 y 30 cms. de altura, que se gradúa atendiendo a las posibilidades de los niños.

Reptar desarrolla la coordinación de los movimientos; por ello es necesario que el educador insista y si es esencial, demuestre cómo se hace el movimiento, cuestión que estimula al niño a alternar los movimientos de brazos y piernas.

La reptación puede hacerse mediante obstáculos para pasar por debajo, su altura debe ser pequeña (aproximadamente 20 cms.) para facilitar que se arrastre. Los obstáculos cubrirán un área que permitan al niño desplazarse de esta forma una cierta distancia. Para esta actividad pueden utilizarse mesas, tablas, bancos, escaleras y algún juguete para motivar.

Para escalar es necesario observar la disposición del niño, garantizar su seguridad

y brindar protección y ayuda si se requiere. Los escalamientos desarrollan la coordinación de los movimientos, por lo que es importante insistir en que ellos alternen el movimiento de brazos y piernas al subir y bajar. Para incitar a los niños a escalar se pueden colocar objetos en lo alto del implemento para motivarlos a que los agarren.

Trepar, al igual que las otras habilidades generales, estimula la coordinación y el equilibrio. En esta edad se realiza con objetos de una altura hasta de 30 cms. La superficie del objeto a trepar debe ser amplia para garantizar la seguridad de los niños, y para ello se utilizan tablas a las que se le da la altura requerida, bancos, muros, entre otros.

En los juegos de movimiento se ejercitan las acciones motrices aprendidas, por sus características mantienen la motivación para realizar las actividades a la vez que contribuyen a sentar las bases para el desarrollo de cualidades positivas de la personalidad. Las repeticiones del juego dependen de su dinamismo, contenido y carga física a que sean sometidos los niños. Así, ellos ejecutan sencillas acciones lúdicas motivados por el educador, como, por ejemplo, correr detrás de la mariposa, lanzar y recoger pelotas, entre otras.

A partir de los juegos originales, el educador puede elaborar variantes que mantengan el objetivo del juego (acción principal) o crear algunos, teniendo en cuenta las características de estos niños. Las variantes se elaboran modificando las posiciones iniciales, la forma de ejecutar la acción, los medios de enseñanza, la distribución de roles principales, las formaciones y las reglas del juego.

Así, por ejemplo, en el juego de capturar una pelota, que se realiza de pie, la variante puede ser tener a los niños sentados. La formación original que es en círculo, la variante puede ser estar en fila. El atrape, que es a partir del lanzamiento de la pelota por el educador, se puede variar la acción devolviéndola, en vez de lanzando, o rodando de diferentes formas. En todos los casos se mantiene la acción de atrapar variando la posición inicial, la formación y la forma de devolución de la pelota.

Si se juega a los aviones, en el que se colocan cuerdas en el suelo para pasar sobre ellas, una variante en la utilización del medio puede ser colocarlas a una altura para pasar por debajo. Sin embargo, se mantiene la habilidad de correr, que es el objetivo de la actividad.

La variación de los roles puede ser, en vez de un sólo niño desempeñando el rol principal durante todo el juego, incorporar a otros en la medida en que se realiza o repite el mismo. En el juego de la mamá gallina que protege a sus pollitos, en lugar de uno, puede haber más "halcones" incorporando más niños en este rol.

El educador puede seleccionar juegos de otros textos o variarlos ajustándolos a las características de los niños, contenidos y objetivos del programa. Los juegos de esta edad no han de tener carácter competitivo ni eliminar niños del mismo.

En la realización de las actividades para la formación de habilidades motrices generales es importante la recuperación. La misma se realiza para lograr un equilibrio entre las diferentes funciones que tienen su expresión y reflejo en pulsaciones cardíacas, frecuencia respiratoria, sudoración, coloración de la piel, entre otras; evitando la aparición de síntomas de fatiga, cansancio, excitación u otros que pudieran presentarse.

La recuperación incluye ejercicios respiratorios y de relajación. Entre los respiratorios se encuentran el caminar lentamente, elevar los brazos hasta el lateral (sin elevar los hombros) inspirando el aire por la nariz y espirando por la boca. Para ello se utilizan diversas formas de motivación como "oler la flor", "inflar la barriga" al inspirar, y "soplar el globo", "inflar la pelota" al espirar; así como otras que el propio educador pueda crear.

Los de relajación se combinan con la respiración y el caminar lento. Durante su ejecución se realizan ligeras flexiones del tronco acompañado de un suave balanceo de los brazos hacia abajo para relajar los músculos de las extremidades superiores. La motivación puede ser "caminemos como el elefante", "tiemblan los brazos", etc. La relajación de los músculos de las piernas se realiza de igual forma que los brazos: movimientos de las piernas, indicando "tiemblan las piernas", etc.

Esta recuperación debe finalizar con la relajación de todo el cuerpo: la caída suave hasta quedar sentado o acostado atrás; en esa posición realizar nuevamente la respiración profunda (inspiración-espiración) y relajación de brazos y piernas. Ejemplo: "caminemos como el muñeco de trapo" y acostarse lentamente, "nos derretimos como el helado", entre otros.

Para lograr la recuperación física y psíquica el educador ha de bajar su tono de voz, tornándolo cada vez más suave a medida que se introducen estos ejercicios. El tiempo dedicado a esta parte depende de las necesidades de los niños, que serán valoradas por el educador a través de la observación de sus reacciones externas como: sudoración, movimientos respiratorios, etc.

Los ejercicios de relajación y respiración pueden realizarse, sobre todo en este año de vida, en otros momentos que se requieran durante la realización de la actividad, por ejemplo, después de hacer saltitos, trotes, reptaciones, entre otros. Estos se realizarán teniendo en cuenta las características del movimiento y su influencia en el organismo del niño.

Para el desarrollo exitoso de las actividades psicomotrices el educador seleccionará y preparará los medios de enseñanza que ha de utilizar en su realización, así como los objetos que los niños han de manipular, con tiempo de antelación, y velará porque éstos se encuentren en buenas condiciones para garantizar la seguridad de los pequeños.

Al planificar una actividad no la recargará de estos medios, pues ello puede provocar fatiga en los niños, contando con que, además, un mismo material

puede tener varios usos en una actividad. Aunque pueden ser de origen industrial, es conveniente que el educador elabore sus propios materiales, en particular aquellos que necesite y no estén a su disposición, como pueden ser, por ejemplo: pelotas de tela, papel y cartón, bolsas de arena, conos de hilo, palos gimnásticos, envases diversos, bastones, banderas, sonajeros, mariposas de papel y dianas, entre otros.

En este año de vida, la mayoría de las actividades psicomotrices se realizan en la clase u otro lugar apropiado, y los niños han de estar descalzos. En los días húmedos o fríos, podrán usar zapatillas.

El vestuario que han de usar los niños serán preferentemente unos pantalones cortos y una camiseta. La ropa ha de estar de acuerdo con la talla de los niños, y tener un diseño que permita la amplitud de movimientos.

Es importante disponer de espacio suficiente para que los niños se desplacen libremente y desarrollen los movimientos en su accionar con los objetos.

La actividad psicomotriz posibilita que el educador organice la misma por parejas o tríos de niños, y también en pequeños grupos, si bien en algún caso podrá también trabajar de manera individual, si fuera necesario.

Estas formas de trabajo cuando se seleccionan y aplican acertadamente facilitan la carga física, la ejercitación necesaria, y la manipulación adecuada de los objetos, utilizando óptimamente el tiempo. Es importante conocer que en una actividad pueden combinarse estas formas de trabajo.

El dominio del contenido de las actividades es esencial para el logro de la coherencia y la continuidad en la realización de las diferentes tareas y cumplimiento de objetivos, particularmente en las modulares, que han de realizarse sin que se den cortes bruscos al pasar de una acción a otra. Este conocimiento cabal del contenido facilita la formación y desarrollo de las habilidades coordinativas y de la flexibilidad, así como de las relaciones que se dan entre los objetos.

En todas las actividades psicomotrices se ha de insistir en la flexibilidad y la postura, que se trabajan de manera conjunta, lo cual se logra combinando movimientos compensatorios alternadamente dentro de una misma actividad, por ejemplo: caminar en punta y luego en talón, hacer flexión del tronco al frente y arqueado, y luego flexión del tronco a un lado y al otro, o movimientos de brazos al frente-arriba con movimientos laterales hacia detrás.

El ritmo individual de cada niño ha de ser respetado y observando que la actividad del menor sea de forma moderada.

La amplitud del movimiento ha de aumentarse poco a poco durante la realización de una actividad psicomotriz, y de una sesión a otra. El educador

motivará a los niños para que amplíen el movimiento de las diferentes partes del cuerpo con frases tales como: "más amplio, más grande, profundo, abajo, arriba", etc., " y con imágenes como: "somos un muellecito, una mariposa, el sapito, somos una bolita, un aro, un elástico", entre otras.

La motivación se basará en el juego corporal y en la variedad de tareas que se sugieran a los pequeños, para evitar la monotonía y enriquecer sus vivencias motrices.

El desarrollo de la coordinación se logra, entre otros aspectos, cuando se realiza de manera simultánea el movimiento de diferentes partes del cuerpo, por ejemplo, pararse en punta de pies a la vez que se elevan los brazos hacia arriba y se sigue el movimiento con la vista (piernas, brazos y cabeza).

También se logra combinando movimientos de una o varias partes del cuerpo, como puede ser hacer un salto al frente y cucullas, o brazos arriba y dar palmadas, o flexión del tronco al frente y palmada abajo. De igual manera alternando la posición o movimiento de una parte del cuerpo, por ejemplo, flexión alterna de piernas, en parejas de frente con las manos entrelazadas; flexión alterna de brazos al frente.

O combinando habilidades: caminar por una barra de equilibrio y pasar obstáculos a una altura, o caminar sobre un banco y dar un salto de profundidad, entre otras formas.

El equilibrio, en el que intervienen los receptores visuales, auditivos y vestibulares, se desarrolla al realizar las acciones motrices por diferentes planos, diferentes dimensiones, alturas, posiciones del cuerpo, entre otros. Así, el grado de dificultad para mantener el equilibrio se aumenta cuando el niño tiene que pasar de una tabla colocada en el suelo a una tabla que esté inclinada, cuando camina por una senda a hacerlo sobre una línea, cuando pasa de un banco colocado a una altura a otro que está a una altura mayor, cuando camina sobre un banco y luego ha de hacerlo en cuadrupedia.

La aplicación de los **métodos verbales**, aunque limitada dado el insuficiente desarrollo del lenguaje de estos niños, sirve para activar la motivación, la comprensión del habla de el educador, y colabora a la independencia de los niños al hacerlos partícipes directos del proceso de aprendizaje. Por ejemplo, si en una actividad se les dice "Vamos por un caminito", "Crucemos el río", "¿Cómo podemos lanzar la pelota?", "¿Cómo podemos llegar hasta...?", son formas efectivas de estimular la propia acción.

El lenguaje utilizado será sencillo, adecuado a la edad, sin tecnicismos, con buena dicción, expresividad y utilizando metáforas, paseos imaginarios, etc. Este lenguaje el educador lo ha de estimular también por medio de las acciones con los objetos y los resultados que con ellos se obtienen.

Entre los **métodos senso perceptuales**, el auditivo contribuye a motivar, desarrolla el oído, la percepción del tiempo y el ritmo en el movimiento corporal, por ejemplo: sugerir un movimiento o cambiar su ritmo por medio de un sonido o un instrumento sonoro.

El **método propioceptivo** es muy efectivo en la fase de aprendizaje de una acción corporal y propicia información motriz que sirve de base para la realización de movimientos más complejos.

El **método visual** es uno de los más importantes en esta edad, pues estos niños requieren mucho de la observación, la demostración y la realización conjunta con el educador para una adecuada percepción y representación de una tarea psicomotriz.

Los **métodos prácticos** son aplicados durante toda las actividades psicomotrices, entre ellos la ejercitación y el juego. Este último contribuye al desarrollo de capacidades físicas, cualidades de la personalidad, regula la conducta, eleva el estado emocional y la intensidad del trabajo físico.

El educador *enseñará a respirar* a los niños. Los movimientos de inspiración y de espiración contribuyen a desarrollar el ritmo respiratorio, favoreciendo la capacidad de trabajo. Para ello indicará o demostrará, de modo que sea apreciable por los niños, cuándo es necesario inspirar y cuándo espirar. Pueden utilizarse diversas formas para motivar a los niños, por ejemplo, soplar, emitir sonidos, oler el perfume de una flor, entre otras acciones.

Por su importancia se hace necesario recordar, aunque se haya planteado previamente, que la actividad psicomotriz en este año de vida, se ha de realizar principalmente en forma de módulos, que incluyan tanto las tareas motrices como aquellas referentes al esquema corporal y la orientación, las acciones con objetos. Estos módulos creados por el educador incluyen varias tareas que están en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a desarrollar.

Dentro de este esquema se introducen entonces actividades de contenidos específicos, si así lo considera necesario el educador, al igual que puede hacer actividades que no incluya en un módulo, y que por su significación considere que debe dedicarle una mayor atención.

Para la dosificación de estos contenidos dentro del módulo, el educador ha de tener en cuenta:

- a) Seleccionar las habilidades en dependencia del desarrollo psicomotor alcanzado por los niños, y las características de los movimientos seleccionados. Han de combinarse tareas motrices de diferentes habilidades, aunque una misma habilidad puede realizarse de diversas formas en la actividad pedagógica.

- b) Seleccionar las tareas de más sencillas a más complejas, atendiendo al orden establecido en el programa educativo (características del movimiento, alturas, distancias).
- c) Combinar las diferentes habilidades motrices de acuerdo con su intensidad y orden de dosificación. Por ejemplo, tareas como lanzar, atrapar, caminar, trepar y escalar que requieren mayor concentración de la atención han de ejercitarse antes de la carrera o los saltos.
- d) Combinar habilidades de manera que no coincidan en una misma actividad el trabajo de un sólo plano muscular, así se podrían unir lanzamiento y carrera, o rodar y saltar. También ha de tenerse en cuenta el alternar la posición del niño al ejecutar los movimientos, como en trepar y correr.
- e) Relacionar las tareas de forma tal que se aprovechen al máximo los medios de enseñanza y las posibilidades del área exterior, como en caminar, hacer la cuadrupedia y rodar por diferentes planos.
- f) Al seleccionar los contenidos de una nueva actividad se ha de hacer un análisis del cumplimiento de los objetivos de las actividades anteriores, procurando que en cada actividad se avance en el grado de dificultad y variedad de las tareas psicomotrices.
- g) El educador planificará la actividad a partir de la selección de tareas motrices principales, redactando los objetivos de forma abierta, y teniendo en cuenta el orden de ejecución de los ejercicios activos sobre la base de sus requerimientos fisiológicos. La parte inicial ha de contener desplazamientos y ejercicios para el desarrollo físico general. La principal lo que se vaya a trabajar como centro de la actividad, e incluir juegos de movimiento, y finalmente la caminata de recuperación. Cada contenido informa al educador a que parte o tarea da cumplimiento.

A partir de este año de vida la actividad psicomotriz ha de incorporar en la mañana una actividad higiénico-fisiológica preventiva para preparar al organismo infantil para realizar las rutinas del día, que se puede denominar como gimnasia matutina.

Esta tarea psicomotriz tiene una diferencia sustancial con la actividad física que normalmente se desarrolla en el juego, pues su objetivo está dirigido a realizar acciones posturales correctas para compensar las posiciones inadecuadas que se adoptan durante el sueño nocturno. Esta actividad también contribuye a formar hábitos de realización diaria de tareas motrices, tan importantes para la salud y la estabilidad emocional de los niños.

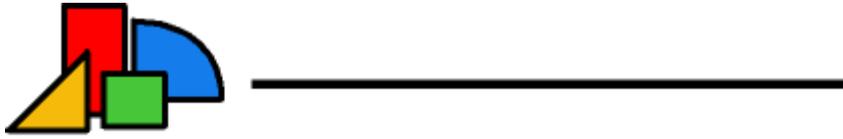
Su tiempo de realización es breve y se comienza la actividad caminando con un ritmo dado y combinando con las otras formas de desplazamiento. Se incluyen de

tres a cuatro acciones motoras simples del desarrollo físico general, distribuidas para las distintas partes del cuerpo: cabeza, brazos, tronco, piernas, con combinaciones y variaciones de cada una de ellas. La misma termina caminando de una forma más moderada que al inicio de la actividad.

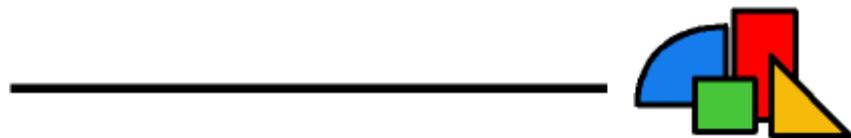
El educador ha de elaborar de acuerdo con su criterio esta gimnasia matutina, y la ha de cambiar cada semana, de acuerdo con el desarrollo de los niños y de su motivación.

La actividad psicomotriz también ha de realizarse de forma libre e independiente por los niños, que seleccionan que juegos hacer, que acciones motrices realizar, que objetos utilizar en sus acciones. El educador ha de crear condiciones diariamente, desde la apertura del centro infantil, para el desarrollo de la misma, colocando los materiales al alcance de los niños para que éstos los seleccionen y accionen con ellos.

Entre los materiales para las actividades psicomotrices libres se encuentran: pelotas para lanzar y rodar (industriales o artesanales), juguetes mecánicos y elementos del área exterior (parque infantil, obstáculos, muros, bancos, pequeñas elevaciones), carritos de tirar, caballitos de palo, rampa-escaleras; cajones para entrar, salir, montar, empujar, arrastrar; juego de bolos o sus sustitutos; cuerdas atadas a sillas para pasar, reptar; aros (rodar, lanzar, saltar), dianas y cestos a diferentes alturas, cilindros para rodar, tragabolas, etc. También se pueden realizar con los niños que así lo deseen, los juegos de movimiento y diversas acciones motrices durante los paseos imaginarios. El educador pueden crear otros medios e incluir otras acciones apropiadas y sugerentes para el desarrollo de la actividad motriz independiente.



Actividades para niños en el primer trimestre escolar



CARACTERIZACIÓN GENERAL DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ EN ESTE AÑO DE VIDA.

Los hechos más significativos del desarrollo psicomotor en este año de vida consisten en un dominio de las acciones con objetos, particularmente las instrumentales y de construcción simples, un nivel importante de ejecución de las habilidades motrices generales así como de algunas motrices finas, y un conocimiento apreciable de su esquema corporal y la relación de su cuerpo con los objetos del medio circundante, que cristalizan en su uso del "Yo" que lo identifica como un sujeto único.

El curso evolutivo de los logros del desarrollo respecto a la psicomotricidad en este año de vida son:

- ❖ Domina las acciones con instrumentos y construcciones simples.
- ❖ Sube una escalera alternando los pies y la baja con los dos pies por escalón.
- ❖ Corre bien.
- ❖ Escala los aparatos de juego del área exterior.
- ❖ Puede saltar con los dos pies desde una altura pequeña.
- ❖ Agarra una pelota al nivel del cuerpo, la lanza con dos manos hacia arriba y hacia objetos colocados a distancia.
- ❖ Camina hacia atrás, hacia los lados, llevando objetos.
- ❖ Monta un triciclo dándole a los pedales.
- ❖ Se sienta con las piernas cruzadas.
- ❖ Se sostiene en un pie.
- ❖ Puede mantenerse y caminar unos momentos en punta de pies.
- ❖ Aprecia de manera obvia el tamaño y movimientos de su cuerpo en relación con los objetos y el espacio, evita obstáculos y esquinas.
- ❖ Patea una pelota grande.
- ❖ Dibuja un círculo e imita un trazo horizontal.
- ❖ Hace acciones motrices finas complejas: ensarta canicas, manipula tijeras pequeñas.
- ❖ Reacciona con movimientos corporales ante estímulos musicales.
- ❖ Conoce bastante bien su esquema corporal y se identifica como sujeto mediante el uso del pronombre "Yo".

Actividad

- Utilización de acciones instrumentales para solucionar tareas.

Objetivo

Reforzar acciones que implican el uso de un instrumento.

Metodología

Tal como se expresó en los dos últimos trimestres del segundo año de vida, las acciones instrumentales son aquellas en las que un objeto, por ejemplo una varilla, se utiliza para ejercer una acción sobre otro (cogerlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, etc.).

La importancia de estas acciones para el desarrollo psicomotor radica en que han de ser resueltas mediante el proceso del pensamiento (porque el instrumento –la varilla- no le enseña directamente al niño como resolver la tarea, sino que éste tiene que hacer un análisis mental para encontrar la solución), y de ahí su importancia para el desarrollo.

En este trimestre escolar el educador ha de posibilitar la más amplia utilización por el niño de estas acciones instrumentales que le han sido enseñadas desde mediados del año de vida anterior. Ahora se pretende que los niños las apliquen a situaciones comunes de la vida cotidiana para darle solución a los problemas de esta naturaleza que se les puedan presentar.

Ha de recordarse que estas acciones tienen dos principios básicos, que obliga al educador en su enseñanza inicial a seguir un orden específico. Estos principios son:

1. El de la progresiva complejización de la acción motora involucrada en la tarea instrumental.

Esto quiere decir que cada acción posterior es de una manipulación motriz más compleja, siendo más difícil de resolver en el plano de los movimientos finos.

2. El de la complicación progresiva de la acción mediatizada por el instrumento.

De igual manera, la relación instrumental ha de ir siendo cada vez más compleja en la medida en que una acción sucede a la otra.

En este sentido, y viendo estos principios de conjunto, una tarea motriz es siempre más compleja, motriz e instrumentalmente, que su precedente, y requiere que el niño domine la anterior para poder pasar a aprender cómo hacer la siguiente. Esto es algo importante que el educador ha de tener en cuenta, el que para pasar a una tarea siguiente el niño ha de tener un dominio más o menos aceptable de la que precede.

Hasta el momento al niño le han sido enseñadas las siguientes tareas instrumentales:

- a. Alcanzar un objeto por medio de una varilla.

Tarea en la que al niño, que está sentado en una silla frente a una mesa baja, se le sitúa un objeto atractivo en el otro extremo de la mesa y se le ubica una varilla cerca de sí para atraer el objeto.

- b. Sacar objetos colocados dentro de un cilindro transparente utilizando una varilla.

En las mismas condiciones frente a la mesa se le da al niño un tubo plástico transparente con un objeto "trabado" dentro, el ancho y largo del cilindro ha de impedir que pueda introducir la mano para sacarlo, y se le solicita que saque el juguete.

- c. Atraer un objeto enganchándolo mediante una varilla con un aro.

El educador ha de colocar un aro pequeño en la punta de la varilla y el objeto puede tener ruedas para facilitar el desplazamiento (aunque no es requisito indispensable. Lo importante es que el juguete tenga partes prominentes que el niño pueda "engancharse" con su varilla, como puede ser, por ejemplo, una locomotora pequeña de juguete).

- d. Atraer un objeto enganchándolo por una parte específica con una varilla con un aro.

Lo importante aquí es que el juguete (al cual se le ha colocado un gancho en su parte delantera) no permita que se le enganche y arrastre por otra parte que no sea donde está situado el gancho (para esto se puede usar uno de los "vagones" del tren, que suelen ser piezas macizas o cualquier otro objeto compacto) para obligar al niño a que, usando la varilla que tiene su aro, lo pase por el gancho y atraiga hacia sí el juguete.

- e. Sacar objetos que flotan en un recipiente ancho mediante una varilla con un gancho.

Se coloca al niño sentado en una silla pequeña y frente a él, en el suelo, una palangana o depósito ancho lleno de agua en el que hay pelotitas u

otros objetos plásticos que floten. A continuación el educador le da la varilla que ahora tiene situado un pequeño gancho en la punta y les solicita que saquen los objetos del agua sin cogerlos directamente con la mano.

- f. Sacar objetos que flotan en un recipiente de boca estrecha mediante un cucharón.

En la misma posición el educador sitúa ahora un recipiente de boca estrecha pero donde quepa fácilmente la varilla ahora con un cucharón en su punta, y le solicita al niño que saque los objetos que flotan mediante el cucharón, siguiendo las mismas instrucciones de la actividad anterior.

- g. Pescar objetos que flotan en un recipiente ancho por medio de una varilla con un anzuelo.

Para esta actividad el educador elaborará "pececitos" de poliespuma o plástico que floten, poniéndoles un asa en la punta del morro. Luego les da la varilla que ahora tiene un anzuelo grande colgando de un hilo, como una vara de pescar, y les estimula a "pescar" los pececitos con la caña, para lo cual los niños han de pasar la punta del anzuelo por el asa del pececito para poder así capturarlos.

Respecto a estas tres últimas actividades, el educador ha de notar que la diferencia esencial entre ellas radica en la mayor complejidad de una y otra acción, tanto motriz como instrumentalmente. En el primer caso la acción motriz es simple y sólo basta con ladear el gancho para obtener el objeto, en la segunda es necesario hacer un movimiento curvo de "barrido" con un movimiento curvo para alcanzarlo, mientras que en la tercera tarea se unen estas acciones e incluso para poder "pescar" al pececito es necesario hundir el anzuelo por debajo del asa y realizar un movimiento rápido hacia arriba, lo cual es una acción mucho más compleja que las otras dos.

- h. Hacer bajar cilindros de madera o plástico de una plataforma mediante un martillo.

En la tarea se utiliza una base perforada con orificios simétricos en los que pueden insertarse cilindros de madera que no sean fácilmente insertables por su diámetro, lo que ha de obligar al niño a golpearlos con un martillo que el educador ha colocado junto a la base.

- i. Llenar cubos de arena mediante una pala.

En esta tarea instrumental el educador pondrá a disposición de los niños un cubo o balde pequeño, una pala corta y junto al arenero o depósito de arena les pedirá que llenen los cubos

Estas acciones instrumentales han sido ejercitadas en el semestre anterior, por lo que los niños han de tener un dominio relativo de las mismas. Lo importante ahora es continuar practicándolas y aplicándolas a situaciones de la vida cotidiana, como puede ser alcanzar una pelota que ha rodado hasta debajo de un mueble, empujar algún objeto que esté trabado en un espacio, enganchar ropa en un perchero o armario, meter un clavo en una madera, entre otras muchas acciones que la práctica pedagógica habitual puede proveer en el trabajo educativo del centro infantil.

Actividad

- Realización de acciones de construcción y de correlación más complejas.

Objetivo

Estimular la coordinación fina de los músculos de los dedos y de la mano, así como la percepción óculo-manual.

Metodología

La realización de estas actividades de construcción y correlación requieren de una gran destreza digital y de un conocimiento sensorial complejo, por lo que en este trimestre se ha de trabajar en que los niños continúen haciendo construcciones más complejas que antes, así como acciones de correlación que impliquen movimientos muy finos. Entre estas tareas puede realizar:

- Hacer torres con muchos cubos, para esto ofrecerle cubos de pequeño tamaño (2,5 cms. de lado). El educador ha de proporcionarle una mínima ayuda al niño, en particular cuando la torre exceda de siete cubos.
- Usar construcciones de las que existen en el mercado, en las que encajando piezas se logran hacer construcciones volumétricas complejas.
- Utilizar recipientes de plástico o de cartón duro de los que se utilizan para guardar alimentos, de modo tal que el niño pueda hacer construcciones usando estos materiales, tales como torres, puentes, barreras, etc.
- Situar en una mesa frente al niño distintos botes de tapón de rosca de diferentes tamaños, para que enrosque y desenrosque el tapón correspondiente a cada bote. Complicar esta tarea poniendo todos los botes y tapas en una caja de cartón y pedirle que enrosque y desenrosque guiándose solamente por el tacto.

Actividad

- Reconocimiento de su identidad y de las particularidades de su cuerpo.

Objetivo

Reforzar el conocimiento de la imagen y esquema corporal.

Metodología

Las actividades que se han venido llevando a cabo en los trimestres anteriores de conocimiento del esquema corporal, han de continuar realizándose en este, pero con un carácter más complejo. Se recomiendan las siguientes actividades:

- Utilizar muñecos articulados o títeres para contarle cuentos a los niños en los que se haga referencia a las partes del cuerpo humano, el educador señala en su cuerpo las partes que se nombran y solicita a los niños que lo hagan en sus propios cuerpos.
- Poner una gran hoja de papel de envolver y pedirle al niño que se acueste sobre ella. Una vez así el educador trazará el contorno de la figura del cuerpo del niño. Entonces se ha de recortar la silueta y poniéndola sobre una mesa baja o la pared se le pedirá que señale las partes que se les nombran en la silueta y a la vez en su propio cuerpo.
- Usando la misma silueta anterior dibujar y recortar prendas de vestir de tamaño igual a la figura, y dárselas al niño para que las ponga o pegue sobre la misma, diciendo el nombre de la prenda y la parte del cuerpo donde se pone.
- Cantar canciones en que se nombren partes del cuerpo, e invitar a los niños a que muevan las partes de su propio cuerpo como las que se dicen en la canción. También pueden usarse muñecos articulados cuyas partes los niños moverán de acuerdo con la letra de la canción.
- Recortar en revistas y periódicos partes del cuerpo humano (manos, pies, cabezas, piernas, etc.) y pegarlas en hojas de papel, una para cada parte del cuerpo (la hoja de las manos, de los pies, de cabezas, de ojos, etc.) a la vez que se nombran y los niños las señalan en su propio cuerpo.

- Jugar a "¿Cómo soy yo?" en el que, en medio de una situación lúdica (como puede ser estar en un "programa de televisión") el niño tenga que describir como es, es decir, como es su cuerpo. El educador ha de reforzar la palabra "cuerpo" como conjunto de todas las partes que se señalan, por lo que no solo ha de pedirle que diga como es él, sino también como es su cuerpo.

Actividad

- Realización de movimientos para expresar acciones y emociones.

Objetivo

Activar las conexiones nerviosas entre acciones motoras y vivencias afectivas.

Metodología

El niño de esta edad ha de comprender que mediante sus acciones motoras se pueden expresar emociones y sentimientos, imitar animales y personas, representar objetos y cosas, de modo tal que su actividad psicomotriz sea un reflejo de sus procesos mentales. Para el logro de este objetivo se recomiendan, entre otras muchas, las siguientes:

- El educador y los niños se pondrán diversos atributos de animales hechos de tela, cartulina, plástico y otros materiales. Luego se desplazarán a gatas libremente por la clase simulando que son animales (conejo, perro, gato, entre otros) emitiendo sus sonidos onomatopéyicos característicos. Una vez que los niños comprendan estas representaciones, hacerlas ya sin los adornos, tan sólo con los movimientos y sonidos expresivos. De ser posible en alguna ocasión hacer esto frente a un espejo grande.
- Poner música. Solicitar entonces al niño que se desplace libremente siguiendo el ritmo de la música por todo el espacio disponible en la clase, moviendo todo el cuerpo. Variar el ritmo para que ellos tengan que expresarse con distintos tipos de movimientos.
- De pie el educador frente al niño le dice que ellos son un espejo, y que tienen que imitar los gestos y movimientos que él haga. Luego se hace la operación inversa, el niño hacen el movimiento y es el educador el que imita los movimientos del otro.
- Acostados boca arriba el educador les pide a los niños que muevan brazos y piernas de acuerdo con el ritmo de la música, alternando los movimientos y luego los dos juntos a la vez.
- Palmear y golpear con la mano en diferentes partes del cuerpo, sobre la mesa, en la pared, en el suelo, etc., marcando un ritmo sencillo que el educador ha de llevar. Después le pide al niño que sea él el que marque el compás para que el educador le imite.

- Hacer juegos expresivos con las manos y muñecas, imitando el movimiento del volante de un coche, el manillar de la moto, como se telefonea, como se come o se bebe, peinarse, mirar a lo lejos, entre otras muchas acciones que “dicen cosas” con las manos.
- Jugar a “las estatuas” en donde, al ritmo de la música, el educador estimula a los niños a moverse por la clase imitando animales, objetos o personas, y cuando cese la música quedarse parados sin moverse. Luego continuar haciendo la imitación cada vez que la música suene.

Actividad

- Asimilación de relaciones espaciales directamente relacionadas con su cuerpo.

Objetivo

Establecer conexiones perceptuales espaciales vinculadas al propio cuerpo.

Metodología

Para el niño de esta edad las relaciones espaciales (arriba-abajo, delante detrás, encima-debajo) sólo son posibles de comprender en la medida en que están relacionadas con su cuerpo, por lo que el trabajo educativo para su comprensión ha de estar situado en el contexto inmediato. Algunas de estas actividades son:

- Cantar canciones y decir poesías en las que se refuerce la relación arriba-abajo, para que los niños imiten las acciones de subir y bajar de algo (un mueble, una pequeña base, una escalera, etc.) según se diga arriba o abajo.
- Poner una cartulina en la pared con una línea divisoria horizontal, señalar que de la línea hacia la parte superior es "arriba" y hacia la inferior es "abajo". Incitar a los niños a buscar en revistas y periódicos cosas que se suelen estar arriba (cosas que vuelan: avión, pájaro; o están arriba: nubes, sol, la luna, una estrella) y cosas que se encuentran abajo (árboles, coches, flores, animales domésticos). Recortarlas y pegarlas en la cartulina donde corresponda, arriba o abajo, reforzando verbalmente la acción: "El avión va arriba porque vuela, el coche abajo porque va por la carretera".
- Situar una escalera pequeña y pedirle al niño que suba. Preguntarle entonces dónde está, si arriba o abajo, cuando bajen hacerles la misma pregunta. Darles varios objetos y que los coloque arriba o abajo según deseen, diciendo en qué lugar están.
- Realizar movimientos de estiramiento o de agacharse al cantar canciones en que se mencionen estas relaciones espaciales, para conectar propioceptivamente la relación espacial con el movimiento.
- Situar al niño en el medio de la clase y pedirles que digan que cosas están arriba y que cosas están abajo. En caso de duda ponerse al lado del objeto y tomando la talla del niño como patrón hacerle decir entonces si el objeto está arriba o abajo.

Actividad

- Realización de acciones motrices finas con materiales.

Objetivo

Estimular propioceptivamente la musculatura fina de dedos y manos.

Metodología

Mediante el uso de materiales diversos de los utilizados en las actividades de educación plástica y de otros de la naturaleza, el educador ha de estimular el contacto de los niños con estos materiales para activar la sensibilidad propioceptiva.

- Fijar una cartulina o papel grande sobre una mesa, un mural o la pared y darles a los niños pintura de dedos de distintos colores para que se embadurnen las manos y las estampen sobre la superficie como deseen. De igual manera darles ceras, tizas, pinturas o pinceles para que garabateen sobre el papel o la cartulina.
- Invitar a los niños a rasgar con las manos pedazos de papel de colores para pegarlos después sobre un mural o cartulina en una mesa, o ponerlos en una caja para hacer "lluvia de papelitos" en algún juego o actividad.
- Hacer pelotas de diferentes tamaños arrugando papel de revistas o periódicos y utilizarlas para diversos juegos, como pueden ser encestar en una cesta o una caja, rodarlas por un plano inclinado, llenar vagones de un tren entre otros.

Estas pelotas se pueden hacer igualmente con plastilina, así como también rulos, discos, medallones, etc., que estimulen la motricidad fina con estas acciones.

- Dar al niño una hebra larga de lana para que la enrolle y desenrolle en un pedazo de cartón, en un carrete de hilo vacío, en una pintura, en uno de sus dedos o en su mano.

Actividad

- Ejercitación de movimientos y desplazamientos diversos.

Objetivo

Reforzar las relaciones propioceptivas entre distintos tipos de movimientos.

Metodología

El niño de esta edad tiene un cierto dominio de algunas habilidades motrices generales, que han de continuar estimulándose para su fortalecimiento. A modo de ejercitación se recomiendan ahora algunas actividades que pueden ser realizadas de manera aislada o ser integradas en distintas actividades modulares:

- Estimular que el niño corra libremente en lugares abiertos y que no tengan obstáculos.
- Hacer marchas rápidas o lentas con las manos levantadas, aplaudiendo, con las manos tocando las rodillas, estirándose como gigantes, etc.
- Enseñar a los niños a hacer volteretas sobre una colchoneta. El educador tiene que estar al tanto para apoyarle, guiando el cuerpo del niño y sujetando la cabeza, la columna cervical y vertebral, empujándolo con cuidado para ayudarlo a dar la vuelta
- Orientar a los niños a caminar y correr suavemente llevando objetos con las manos separadas del cuerpo.
- Hacer que los niños realizar carreras cortas saltando con los dos pies a la vez, en un solo pie, alternando con un pie y con los dos.
- El educador colocará una cuerda en el suelo y pedirá a los niños que salten por encima de la misma, con los dos pies a la vez y luego alternando los pies para cruzarla.
- Hacer un camino con huellas de cartón o papel fijadas al suelo, luego el educador solicitará a los niños que caminen sobre las mismas, pisando las huellas y sin poder pisar el suelo.
- Dibujar en el suelo un camino con tizas de colores que forme curvas sinuosas y poner en el final un objeto llamativo, estimular al niño a que

siga el camino sin desviarse, tome el objeto en sus manos y regrese por el mismo lugar.

Este juego se puede hacer más complejo haciendo tres caminos de colores diferentes que partan del mismo lugar, pero que se separen luego, y al final de sólo uno de los caminos ubicar el objeto llamativo, el niño ha de seleccionar el sendero que piense le lleva al juguete, seguirlo, tomar el objeto (si escogió el camino acertado) y regresar por el mismo lugar. Si se equivoca el educador le dará alguna pista para que al final siga el camino correcto.

- Situar a los niños frente a un espejo grande y pedirles que adopten distintas posturas: sentados, de rodillas, en cuclillas, etc.

Actividad

- Realización de movimientos para el logro del equilibrio.

Objetivo

Continuar reforzando la estimulación propioceptiva del equilibrio realizada en el trimestre anterior.

Metodología

Esta actividad modular es una modificación de uno de los módulos realizados en el trimestre de 21-24 meses, y que se incorpora con mayor complejidad por la necesidad de reforzar los movimientos que permiten el equilibrio, base de varias de las habilidades motrices generales que han de fortalecerse este año de vida.

El módulo consta de seis actividades psicomotrices con acciones para favorecer el equilibrio y la estabilidad corporal del niño. Ahora se recomiendan las siguientes actividades:

- El educador ha de iniciar la actividad realizando una caminata preparatoria, sin hacer exigencias para una acción motriz perfeccionada, pero intentando poco a poco que los niños le sigan. Puede apoyarse en una pandereta u otro instrumento de percusión.
- Estando el niño de espaldas al suelo, el educador le ofrece un aro pequeño para que lo sostenga con ambas manos, luego lo acercará y alejará para llevarlo a la posición de sentado y de ahí de nuevo a boca arriba. Repetirlo tres o cuatro veces.
- Poniendo una caja de una altura no mayor de 15 cms. delante del niño, el educador le solicita que sitúe un pie encima de la caja y luego el otro, estando en esa posición le solicita que levante un pie y se mantenga unos instantes en esa posición, conservando el equilibrio. Alternar con el otro pie. Hacer esto tres o cuatro veces.
- El educador colocará la tabla gimnástica en el suelo, poniendo uno de sus extremos a una altura de 15 o 20 cms. Luego sitúa al niño frente al extremo que yace a ras del suelo y le orienta caminar hasta el extremo superior de la tabla, dar la vuelta y regresar de la misma forma. Esta acción ahora la ha de realizar sin que el educador le brinde su mano como apoyo, si bien ha de estar al tanto cuando de la vuelta. Repetirlo tres o cuatro veces con cada niño.

- El juego a incorporar aquí se llama "Corro con la pelota", donde el educador les da una pelota mediana u otro objeto semejante a los niños y les solicita que corran por el área con la pelota en una mano sin soltarla, que luego han de entregarle o depositar en una caja junto a él. Hacer esto un par de veces con el grupo.
- Finalizar con una marcha de recuperación por el área, caminando lentamente durante uno o dos minutos, inspirando el aire fuertemente "Huelo la flor" y espirándolo de igual manera "Soplo el globo".

Actividad

- Lanzamiento de pelotas.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas para la habilidad psicomotriz general de lanzar.

Metodología

Esta actividad modular cuenta con cinco actividades:

- Durante dos minutos el educador ha de estimular a los niños a caminar por el área de actividades, de manera tranquila y sin exigir movimientos específicos, pero organizando la marcha de modo tal que se vaya formando una hilera detrás de él.
- Sentados los niños en el suelo, uno detrás del otro, y con las piernas abiertas, el educador sentado frente a ellos sostiene un palo gimnástico en cada mano, que ellos han de agarrar con cada mano, para luego realizar movimientos con el palo hacia atrás, hacia delante y de arriba abajo. Se ha de trabajar con tres niños, y repetir cuatro o cinco veces.
- El educador ha de situar una cesta o caja de cartón de 60 cms. de diámetro, sobre una mesa o mueble apropiado un poco más alto que el pecho de los niños, a una distancia de 50 a 70 cms. del niño, que está situado frente a la mesa. Luego le da una pelota pequeña pero que ocupe gran parte de la palma para que la sujete con su mano preferencial. Le motivará para que la lance por debajo del brazo y caiga dentro de la cesta.
El educador no hará exigencias en el lanzamiento, pero en su demostración, ha de procurar mantener un modelo correcto, con los brazos extendidos al lanzar la pelota a la cesta, para que los niños le imiten de manera apropiada.
- El educador presentará a los niños el juego de movimiento "Vamos a alcanzar la pelota", donde él lanza una pelota en direcciones diversas para que los niños la cojan y se la lancen a él. También puede lanzar varias pelotas a la vez, que a su vez han de lanzarle. Esto se hace para darle un mayor carácter de juego a la actividad. Repetir esto tres o cuatro veces.
- Finalizar la actividad con una caminata de recuperación en la que los niños pueden tener las pelotas en sus manos, pero sin lanzarlas, luego les orientará guardarlas todas en la cesta o caja.

Actividad

- Estimulación del salto y el equilibrio.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas entre estas dos habilidades motrices generales.

Metodología

Esta es la primera actividad modular propia de este año de vida, que se diferencia de las realizadas en el año anterior. Ahora se propone la activación de dos o más habilidades motrices generales de manera simultánea y no de un solo objetivo principal como antes. El educador puede igualmente introducir cualquier otro tipo de contenido que estime pertinente y que se corresponda racional y organizativamente con lo que se trata en el módulo.

El presente módulo comprende cinco tareas motrices:

- Realización de una caminata lenta en hilera hasta formar un círculo, uniendo las manos del primer y último niño de la fila. El educador puede acompañar los movimientos percutiendo algún instrumento musical.
- Estando los niños de pie, orientarlos a hacer cuclillas con las manos en la cintura, tres o cuatro veces. También puede combinarse con flexiones doblando la cintura, alternando con las repeticiones de las cuclillas.
- Colocar una tabla inclinada en el suelo, con su extremo superior a una altura de 20 a 25 cms. El educador solicita al niño que gatee desde el extremo inferior de la tabla hasta el más elevado, se pare y salte con los dos pies juntos. Después de repetir esta acción tres o cuatro veces, se ha de colocar una cuerda atravesada en el suelo respecto a la tabla, para que los niños salten dos veces, la primera desde la tabla y luego pasando la cuerda. Todos los saltos se han de realizar con ambas piernas hacia delante.
- El educador coloca o dibuja con tiza varias marcas distribuidas en el suelo, en hilera o dispersas, tantas como niños tenga en el grupo, para jugar a "A sus marcas". Sitúa a los niños en un extremo de la clase y a una señal todos deben correr a pararse cada uno encima de una marca. Es importante que cada cual tenga su marca, pudiendo

seleccionar cualquiera que desee, pero que al final todos han de tener una, sin quedar ninguno fuera del juego. Repetir tres o cuatro veces.

- Hacer una marcha de recuperación, caminando lentamente y dispersos, el educador puede acompañar los desplazamientos con alguna canción apropiada. Realizarlo durante un minuto.

Actividad

- Estimulación de la carrera y lanzamiento.

Objetivo

Activar la orientación en el espacio entre estas dos habilidades psicomotrices generales.

Metodología

El módulo comprende seis actividades:

- El educador colocará a los niños en hilera detrás de él, luego caminando lentamente y percutiendo algún instrumento musical, va organizando un semicírculo con él en el centro.
- Estando los niños frente al educador, éste les solicita que extiendan los brazos por encima de la cabeza y que den una palmada, luego que los pongan al frente y den otra palmada, y así sucesivamente cuatro o cinco veces.
- En la misma posición de pie, con los brazos libres, el educador les pide que troten como los caballitos, pero sin moverse del lugar y elevando alto las rodillas. Repetir esta acción tres o cuatro veces.
- El educador situará a los niños en un extremo de la clase, luego solicita que una pareja se sitúe detrás de una marca (que ha dibujado previamente en el suelo) y a cinco o seis metros de la marca poner dos pelotas en el suelo y un metro más allá una caja o cesta ancha. La actividad consiste en que a una señal, los niños han de correr sin cogerse de las manos hasta donde están las pelotas, cada uno cogerá una y desde ahí la lanzarán a la cesta con ambas manos desde el pecho. Rotar a todos en el grupo, repitiendo la tarea un par de veces con cada pareja.
- Jugar a "La gallina cuida a los pollitos" Para esto el educador ha de dibujar un círculo bien grande en un extremo de la clase, que será la casa de la mamá gallina (el educador) y de los pollitos (los niños). En principio el educador agrupa a todos sus "pollitos" en la circunferencia, pero luego salen a picotear, procurando imitar los movimientos de estas aves. De pronto el educador dice "¡Viene un halcón!" (un niño previamente designado) irrumpe desde el otro extremo y persigue a "los

pollitos", que corren hacia el círculo para no ser atrapados. Repetir el juego tres o cuatro veces, el educador puede cambiar el rol del "halcón" para que otros niños sean los perseguidores.

- Realizar durante uno o dos minutos una marcha lenta de recuperación, con movimientos libres, cantando todos una canción.

Actividad

- Estimular la reptación y la habilidad de trepar.

Objetivo

Activar la agilidad, y la destreza y coordinación motriz comunes a estas habilidades psicomotrices.

Metodología

La actividad modular de referencia está compuesta por seis tareas motrices:

- El educador ha de colocar en el centro de la clase una cesta con banderitas y orienta a los niños a desplazarse libremente por el lugar con movimientos dispersos y coger cada uno de ellos dos banderitas al pasar junto a la cesta.
- Situados los niños de pie, en semicírculo frente al educador, con sus brazos a los lados, les pide que eleven los brazos agitando en lo alto las banderitas y de nuevo vuelvan a la posición inicial para repetir la acción. Hacer esto tres o cuatro veces.
- Sentados en semicírculo con las piernas cruzadas, el educador solicita a los niños que hagan una torsión hacia un lado (que se giren hacia el lado que deseen) y dejen en el suelo las banderitas, regresando a su posición inicial. Luego les pide repetir la torsión para recoger las banderitas. Hacer esta acción dos veces y repetirla dos veces más hacia el lado contrario de donde previamente la hicieron.
- El educador ha de trabajar en tres pequeños grupos. En uno situará una tabla gimnástica elevada unos 15 cms. en su extremo superior. En el otro ubica una escalera. Y en el último pone una colchoneta. Entonces solicita a uno de los grupos que repten sobre la tabla, al otro a subir y bajar tres o cuatro peldaños de la escalera, y finalmente el tercer grupo hacer "rodillos" sobre la colchoneta (acostado sobre la misma, con los brazos y piernas extendidos, dar vueltas con todo el cuerpo). Posteriormente ha de ir rotando los grupos de modo que todos pasen por las tres acciones psicomotrices. Repetir dos o tres veces con cada niño.
- El juego de movimiento será "Ranitas al estanque". El educador traza un círculo en el centro de la clase y orienta a los niños que salten alrededor

del círculo. A la señal “¡Ranitas al estanque!” los niños han de saltar al interior del círculo trazado y caminar imitando con los brazos, el movimiento de natación de las ranas.

- Hacer una marcha lenta de recuperación durante un minuto, caminando dispersos por la clase, pudiendo cantar alguna canción conveniente.

Actividad

- Estimular el equilibrio, el salto y la carrera.

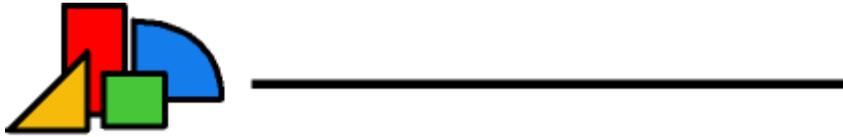
Objetivo

Estimular la coordinación y postura, así como los planos musculares de las extremidades inferiores.

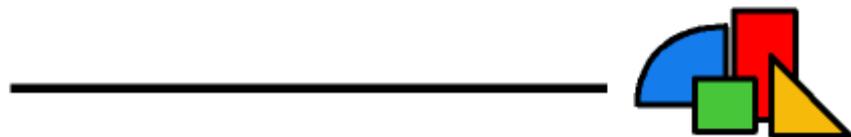
Metodología

Este módulo tiene seis actividades psicomotrices:

- El educador orientará a que inicialmente los niños caminen dispersos por la clase sin exigir movimientos. Al minuto les pide que lo hagan en punta de pies, y al momento siguiente sobre los talones, terminar caminando normalmente de nuevo. Repetir dos o tres veces.
- Estando los niños de pie y con las manos en la cintura, solicitarles que se doblen hacia delante, para después volver a la posición inicial, extender los brazos adelante, flexionar, y tratar de tocar el suelo con las manos. Esto se puede activar colocando una pequeña banderita delante de cada niño y que cuando se flexionen la cojan y agiten al ponerse derechos. Hacer esta acción tres o cuatro veces.
- En la misma posición de pie y con las manos en la cintura, el educador los incitará a saltar con ambas piernas a la vez y sin moverse de lugar. Realizar tres o cuatro pequeñas tandas de saltitos.
- El educador situará la tabla gimnástica con dos puntos de apoyo a unos 15 cms. de altura. En una zona cercana pondrá dos aros grandes (como los hula-hoop), y algunas cajas en fila para sortear (tres o cuatro a una distancia entre ellas de 50 cms.). Podrá dividir el grupo en tres, para que cada pequeño grupo realice cada acción por separado: caminar por la tabla con los brazos extendidos lateralmente; saltar con los pies juntos dentro del aro; correr sorteando los obstáculos. Hacer cada acción dos o tres veces intercambiando los pequeños grupos.
- El juego de movimiento será el de "Vuelan los aviones". En este juego el educador sitúa a los niños dispersos por la clase y bien separados, una señal les dice que "despeguen" y vuelen como los aviones con los brazos extendidos lateralmente. A otra señal los "aviones" aterrizarán, poniéndose de cuclillas. Repetir este juego dos o tres veces.
- Hacer una caminata de recuperación cantando alguna canción alusiva a los aviones, pero manteniendo el paso tranquilo y disperso.



Actividades para niños en el segundo trimestre escolar



Actividad

- Realización de acciones instrumentales en situaciones nuevas y complejas de la vida cotidiana.

Objetivo

Generalizar la acción instrumental en nuevas relaciones y elementos.

Metodología

En el segundo año de vida y en el trimestre anterior se ha venido trabajando por el educador en la aplicación del sistema de acciones instrumentales, siguiendo una racional de su proceso de enseñanza que posibilita que los niños de estas edades asimilen fácilmente la relación instrumental. A modo de recordatorio se plasman las tareas de este sistema:

- a. Alcanzar un objeto por medio de una varilla.
- b. Sacar objetos colocados dentro de un cilindro transparente utilizando una varilla.
- c. Atraer un objeto enganchándolo mediante una varilla con un aro.
- d. Atraer un objeto enganchándolo por una parte específica con una varilla con un aro.
- e. Sacar objetos que flotan en un recipiente ancho mediante una varilla con un gancho.
- f. Sacar objetos que flotan en un recipiente de boca estrecha mediante un cucharón.
- g. Pescar objetos que flotan en un recipiente ancho por medio de una varilla con un anzuelo.
- h. Hacer bajar cilindros de madera o plástico de una plataforma mediante un martillo.
- i. Llenar cubos de arena mediante una pala.

En el trimestre escolar previo se sugirió al educador posibilitar la más amplia utilización por el niño de estas acciones instrumentales que le han sido enseñadas

desde mediados del año de vida anterior y que el niño aplicará a situaciones comunes de la vida cotidiana para dar solución a los problemas de esta naturaleza que se le puedan presentar.

En este sentido en el actual trimestre escolar se ha de continuar practicándolas y aplicándolas a situaciones de la vida cotidiana, como puede ser alcanzar una pelota que ha rodado hasta debajo de un mueble, empujar algún objeto que esté trabado en un espacio, enganchar ropa en un perchero o armario, meter un clavo en una madera, entre otras muchas acciones que la práctica pedagógica habitual puede proveer en el trabajo educativo del centro infantil.

Es por ello que el educador ha de buscar nuevas situaciones en la que los niños apliquen la actividad instrumental sobre la base de los instrumentos que ya conocen (la varilla, el gancho, el cucharón, el martillo, la pala, etc.) tal como se orientó en el período previo, pero también elaborar nuevas situaciones a partir del conocimiento de ellos de estas acciones, sin esperar a que surjan de la vida cotidiana. Al respecto el educador puede:

1. Solicitar que los niños la ayuden a clavar cuadros y murales en la pared.
2. Situar objetos pequeños debajo de un mueble bajo y pedir ayuda para que los saquen.
3. Cargar arena o materiales granulados para rellenar el arenero de la clase.
4. Trasladar tierra para las plantas del jardín del centro infantil.

Estas, y otras muchas situaciones para la aplicación de las acciones instrumentales, pueden ser creadas por la iniciativa del educador sin esperar a que surjan en la rutina diaria habitual.

Actividad

- Realización de acciones complejas de motricidad fina.

Objetivo

Reforzar la sensibilidad propioceptiva de la musculatura fina de dedos y manos.

Metodología

El educador ha de proveer tareas en las que se ejercite y activen las conexiones nerviosas que se relacionan con la motricidad fina, para reforzar su percepción propioceptiva y lograr un mayor desarrollo de estos movimientos finos. Para esto continuará planteando tareas diversas que lleven a los niños a hacer uso de estas posibilidades psicomotrices. Entre las tantas actividades a realizar se sugieren:

- Enseñar al niño a rasgar en revistas y periódicos figuras de animales, personas y cosas, siguiendo el contorno de estas figuras y que posteriormente han de pegar en una cartulina grande en la pared o mural de la clase.
- También se les ha de enseñar a rasgar tiras de papel de las mismas revistas y periódicos usados en la actividad anterior, las cuales se pegarán de igual manera en el mural para adornarlo.
- Darles un trozo de plastilina o masa blanda para que hagan pequeñas bolas con las que puedan hacer diversas figuras volumétricas, como animales, coches y camiones, objetos de uso diario, figuras de personas, etc.
- Proporcionar láminas e imágenes simples desechables al niño para que las rasguen con las manos a la mitad y las partes las vuelvan a pegar en una hoja de papel para reconstruir la figura inicial. Estas mitades también se pueden pegar en dos pedazos de cartón y con ellas hacer un rompecabezas de dos piezas.
- En una hoja grande de papel o cartulina el educador ha de dibujar un camino sinuoso de no más de 2 ó 3 cm. de ancho y le pedirá al niño que siga el trayecto haciendo el trazo con una cera gruesa, preferiblemente de un color contrastante al que se utilizó para hacer el camino. No hay que insistir en que se mantenga dentro del camino, solamente que lo siga como pueda, haciendo las paradas que necesite.

- Entregarle al niño una esponja pequeña y pintura de dedos para que hagan estampaciones en una hoja de papel (mojando la esponja en la pintura y luego aplicando sobre el papel) como desee. También se le pueden dar figuras o plantillas recortadas de animales y objetos bien reconocibles para que los rellenen con las estampaciones.
- El educador dibujará trazos rectos y curvos sobre papel de embalar y solicitará al niño que cubra todos los trayectos aplicando estampaciones con esponja y pintura de dedos.
- El educador buscará revistas en las que aparezcan objetos, animales o personas completas y le pedirá al niño que dibuje el contorno con una cera gruesa, luego le pedirá que los rasguen con las manos por ese contorno. Esta actividad se puede hacer más compleja pegando entonces las figuras recortadas en un mural, una hoja de papel grande o cartulina o en una superficie de cualquier otro tipo.
- Dar al niño una hoja grande de papel y una cera gruesa. Entonces, sentándose a su lado en una mesa baja, el educador dibujará círculos con un lápiz fino para que ellos lo rodeen con el suyo en la hoja. El educador podrá variar los trazos que haga: circunferencias, óvalos, líneas rectas horizontales y verticales, trazos curvos simples, entre otros.
- Jugar con el niño a "guardar" los animales del zoológico. Para ello el educador en una cartulina grande pegará figuras de animales salvajes (león, tigre, elefante, mono, etc.) separadas entre sí por no más de 10 cms. Luego le solicitará que con el lápiz, dibuje una línea continua cerrada para hacer la jaula del animal. El educador puede pedir unas veces que lo haga con círculos y otras con trazos rectos, pero siempre requiriendo que cierren el contorno.

Actividad

- Identificación de sí mismo y de su imagen corporal.

Objetivo

Continuar reforzando el conocimiento de la imagen y esquema corporal del niño.

Metodología

Las actividades para el conocimiento del esquema corporal se han venido llevando a cabo desde trimestres anteriores y han de continuar realizándose en este, añadiéndoles nuevas acciones. Se recomiendan las siguientes actividades:

- Jugar a identificar partes del cuerpo. Para esto el educador organiza al grupo de niños frente a él y a la vez que señala una parte en su cuerpo, los niños han de decir el nombre correspondiente. Luego sitúa un niño al frente para que haga la misma función que él, mientras el resto del grupo responde a coro. Esta actividad se puede realizar también frente a un espejo, pero con pequeños grupos que se irán rotando.
- Situar una lámina grande en la pared que tenga la figura de un niño, a la que se puedan quitar y poner diferentes partes del cuerpo. Luego el educador solicita a los niños que cierren los ojos mientras él suprime una parte. Los niños han de decir cuál es al abrir los ojos.
- Poner a dos niños a que contorneen sobre papel de embalar situado en el suelo la figura de cada uno. Diferenciar una de otra mediante un color o una marca que los identifique. Luego el educador ha de recortar ambas figuras y las pondrá una sobre otra para ver si hay diferencias o identidades en partes del cuerpo (mayor talla, manos más pequeñas, torso más estrecho, etc.), que ellos deben señalar y nombrar guiados por el educador.
- Cantar rimas y canciones que tengan una palabra no terminada que los niños deben nombrar, como por ejemplo, "Tengo que decir como se llama..." y que el educador señale una parte del cuerpo para que ellos digan el nombre, se la toquen, la muevan, etc.
- Recortar revistas y periódicos en los que aparezcan partes del cuerpo humano (manos, pies, cabezas, piernas, etc.) y echarlas en una gran caja, luego se irán extrayendo por los niños, que las nombrarán y enseñarán al resto del grupo.

- Continuar jugando a “¿Cómo soy yo?”. En medio de una situación lúdica (como puede ser estar en un “programa de televisión”) el niño tenga que describir cómo es, es decir, cómo es su cuerpo. El educador ha de reforzar la palabra “cuerpo” como conjunto de todas las partes que se señalan, por lo que no sólo ha de pedirle que diga como es él, sino también como es su cuerpo.
- Pedirle al niño que represente con su cuerpo y sus movimientos objetos de la casa (una silla, un cuadro, una lámpara, etc.), animales (perro, gato, elefante, entre otros); lugares (un túnel, una cueva, una torre), etc. El educador podrá hacer demostraciones iniciales para hacer comprender a los niños que se espera de ellos.
- Señalarle al niño una parte del cuerpo. Solicitarle que diga cuantas tiene y las nombre, como por ejemplo: “Tengo dos ojos, una boca, una nariz, dos pies...”.

Actividad

- Asimilación de relaciones espaciales simples.

Objetivo

Adquirir nociones espaciales simples mediante ubicación de cosas respecto a su propio cuerpo.

Metodología

- En el centro de la clase el educador sitúa a los niños junto a él y les pide que señalen las cosas de la clase que están arriba o debajo de ellos, tal como "Arriba está el ...techo", "Abajo está el ...suelo", procurando designar objetos o lugares que no ofrezcan dudas para ubicar.
- Situar en la pared la figura de un muñeco y en una cesta representaciones de varias cosas: una nube, el sol, flores, la hierba, un pájaro, un perro, etc. Invitar al niño a que elija una de estas imágenes y la pegue en el lugar correspondiente, que puede ser arriba de la figura o abajo. Al ubicarla ha de repetir verbalmente lo que hace: "yo pongo el sol aquí (arriba del muñeco) porque el sol va arriba"..., "La flor va aquí (señalando abajo o al lado bajo del muñeco) porque la flor va abajo"..., y así sucesivamente.
- Escoger a un niño, que se situará en el centro de la clase. Darle una cesta llena de pequeños objetos. El educador le pedirá entonces a cualquier otro del grupo que vaya hasta el de la cesta, coja uno de los objetos y le pregunte dónde lo pone, si cerca o lejos, y ubicará el objeto de acuerdo con lo que éste le diga. Hacerlo con todos los niños del grupo y rotando al de la cesta.
- Como la relación espacial cerca-lejos es relativa, el educador elegirá un criterio para definir la distancia, "cerca", de un metro o menos del niño de la cesta, lejos por encima de esta distancia. Ha de procurar que el criterio "lejos" sea cada vez más distante, para evitar confusiones en la noción espacial.
- Hacer un juego de "Vamos a esconder la pelota", en el que los niños se sientan en círculo con una pelota en la mano y el educador en el centro. El educador les dará la consigna de que cuando diga "Delante" ellos pondrán la pelota frente a ellos, y cuando diga "Detrás" la esconderán a su espalda. Cuando ya hagan con facilidad esta acción

decirles que se sienten al revés, con la espalda vuelta hacia él. Repetir entonces la misma consigna y acción.

- Darle a cada niño una cuerda corta y hacer un círculo, en el que cada uno agarra la punta de la cuerda del otro. Luego selecciona un grupo de tres o cuatro pequeños y les da la señal de "adentro" y "afuera" para que salgan y entren del redondel. Esto se puede convertir en un juego en el que un niño asuma el rol de "halcón" y los demás son "pollitos", el halcón trata de penetrar y cuando lo hace el educador grita "Afuera" y cuando sale les dice "Adentro", para tratar de que el ave de presa no agarre a ningún pollito.

La importancia de esto radica en que el niño se percate de que la relación delante-detrás es relativa con respecto a cómo se ubica su cuerpo y que ahora que estaba detrás está delante, y a la inversa.

Las nociones espaciales a utilizar se han de tomar de aquellas que, con frecuencia, los niños de esta edad hacen uso como delante-detrás, arriba-abajo, dentro-fuera, cerca-lejos. En estas acciones que permiten la orientación en el espacio. El educador ha de aprovechar todas las oportunidades que se presenten en la comunicación con el niño en el desarrollo de las diferentes actividades de la rutina diaria, para trabajar estas relaciones, comprobando que en un inicio las comprendan y actúen en consecuencia, y luego sean capaces de utilizarlas en cualquier circunstancia.

Actividad

- Ejercitación de acciones psicomotrices aprendidas.

Objetivo

Reforzar las conexiones propioceptivas de acciones motrices conocidas por el niño.

Metodología

El sentido de estas actividades es ejercitar aquellas acciones que han sido enseñadas al niño en las diferentes actividades pedagógicas anteriores, con vista a lograr un mejor desempeño de las mismas y reforzar sus conexiones nerviosas. Entre las mismas, pueden seleccionarse:

- Colocar una serie de sillas en línea simulando un puente para que los niños caminen por ellas manteniendo el equilibrio, lo cual hará cogiendo la mano del educador.
- Dibujar en el suelo con tiza o situar cuerdas para hacer caminos muy curvos que el niño tenga que seguir en cuadrupedia, reptando, caminando, etc. Colocar al final del trayecto un juguete atractivo que le incite a hacer la tarea.
- Imitar el desplazamiento de animales que posibiliten ejercitar las habilidades psicomotrices generales, tales como reptar como una serpiente, escalar como una cabra montés, caminar a cuatro patas como un león, balancear los brazos como un mono, correr como un caballo, entre otras acciones.
- Imitar la marcha de personas y personajes bípedos: caminar como un soldadito de plomo, como un robot, como un payaso, como una persona cargando un gran bulto en su espalda, como un gigante, como un enano, entre otros. Esto puede también acompañarse de una música que varíe en su ritmo para que los niños cambien a su vez la intensidad de sus movimientos.
- Rodar sobre una colchoneta o cualquier superficie blanda, abriendo y cerrando los brazos, estirándose como una vara, encogiéndose como un ovillo, etc. Ésto puede acompañarse de una música apropiada.

- Jugar a pasarse la pelota de distintas formas (rodando, por el aire, dando un bote, con una mano, con dos manos, etc.). La pelota ha de variar de tamaño, desde una de golf a una de playa.
- El educador hará un recorrido formado con aros o círculos dibujados con tiza en el suelo, para que los niños pasen saltando de diversas maneras: alternando los pies, con los pies juntos, primero uno con los pies separados y el siguiente con ambos unidos, etc. El recorrido en un principio será recto y más tarde se hará más complejo dibujando curvas en lugar de trayectos rectos.
- El educador dibuja con la tiza círculos en el suelo y luego le da otra de color contrastante al niño para que haga un recorriendo sorteando estos círculos, al terminar volver hacia atrás caminando, o reptando, o en cuadrupedia, o de cualquier otra manera, por el recorrido que dibujó en el suelo.
- Situar varias cajas destapadas desperdigas por la clase y desde el centro de la misma encestar bolas o pelotas de papel o plastilina que pueden haber sido hechas por los niños.

Actividad

- Fortalecimiento de la cuadrupedia y del movimiento para trepar.

Objetivo

Estimular la coordinación motriz de habilidades psicomotrices generales semejantes.

Metodología

Este es el primer módulo del actual trimestre y cuenta con seis actividades. Ha de recordarse que los módulos del trimestre escolar anterior han de continuar siendo ejercitados en este período. Se sugieren las siguientes actividades:

- El educador solicitará a los niños colocarse en una hilera y comenzará la marcha tocando una pandereta para sugerir el ritmo a seguir. Los guiará tras de sí hasta formar un semicírculo.
- Estando de pie frente al educador, con los brazos a los lados del cuerpo, éste les solicita pararse en punta de pies y elevar los brazos bien arriba, luego les pide ponerse las manos en la cintura para que hagan flexión de piernas (cucullas) tocando el suelo con las manos. Repetir esta acción tres o cuatro veces.
- Acostados de espaldas al suelo, con los brazos apoyados al lado del cuerpo, les pide elevar las piernas extendidas juntas a la vez y luego alternando ambas piernas. Hacer esta actividad motriz de tres a cuatro veces.
- El educador formará tres pequeños grupos, a uno le pide caminar en cuadrupedia sin salirse de un trayecto de líneas rectas dibujado con tiza en el suelo con un ancho de 25 cms.; al otro le pide escalar tres o cuatro peldaños de una escalera o espaldera, y al tercer grupo que haga rodillos sobre una colchoneta extendida en el suelo, con el cuerpo y los brazos extendidos. Cada grupo ha de rotar por los tres lugares, de modo tal que cada niño repita dos o tres veces cada actividad motriz.
- Realizar el juego de "La hormiguita busca su cueva": Se colocan sillas o marcas dispersas en la clase que representan las cuevas. El educador sitúa a los niños y les incita a que se desplacen en cuadrupedia lo más rápido posible, pues va a llover y hay que cerrar el hormiguero. A la señal: "¡Hormiguitas a sus cuevas!" los niños se sientan encima de la

marca o silla que tengan más cercana en ese momento, perdiendo el último que logra entrar.

- Hacer una marcha de recuperación respirando profundamente “oliendo las flores” y espirando de igual manera “soplando las velas”. Mientras, poco a poco caminan más lentamente, se dejan caer suavemente y se acuestan tranquilos. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Incentivación de la carrera, el lanzamiento y la captura.

Objetivo

Activar propioceptivamente conexiones nerviosas comunes en estas habilidades psicomotrices.

Metodología

Esta actividad modular cuenta a su vez de seis tareas psicomotrices:

- Realizar una caminata preparatoria extendiendo los brazos de manera alterna arriba-abajo y luego hacia los laterales extendiendo a la vez ambos brazos. Hacerlo de manera suave y sin exigencias por parte del educador, durante uno o dos minutos.
- Estando de pie frente al educador, estimular a los niños a que abriendo los brazos a los lados del cuerpo traten de levantar de lado una pierna hasta donde puedan y luego la otra. Repetir esto tres a cuatro veces.
- En la misma posición, pedirles que se estiren lo más que puedan con los brazos hacia arriba, poniéndose en punta de pies. Una vez así que traten de dar algunos pasos como si fueran "gigantes". Volver a la posición inicial para repetir esta acción psicomotriz un par de veces más.
- El educador ha de ubicar a los niños en tres grupos pequeños. Uno ha de rodar una pelota sobre una tabla apoyada en dos bases a una altura que posibilite el movimiento de la mano normalmente. Otro hará el rebote al suelo y captura de una pelota mediana de bote fácil. El tercero ha de correr libremente unos 5 metros hasta una marca en la que se quedarán parados. Ir rotando a los niños por los tres lugares. Esto lo han de repetir dos o tres veces cada uno.
- El juego de movimiento en este módulo ha de ser "Captura la pelotota" en el que el educador utilizando una pelota grande se la lanza a cada niño para que la capture y se la devuelva. El educador ha de insistir en que ellos lancen la bola enérgicamente, extendiendo los brazos hacia delante y usando las dos manos.
- Terminar la actividad con una caminata de recuperación, en que los niños vayan haciéndolo cada vez más lentamente, se relajen y se sienten tranquilamente durante uno o dos minutos.

Actividad

- Activación de la reptación, el equilibrio y movimiento de trepar.

Objetivo

Desarrollar la agilidad y la destreza motriz de habilidades motrices generales relacionadas.

Metodología

Esta actividad modelar comprende seis tareas psicomotrices:

- Iniciar el módulo con una caminata preparatoria suave en la que, percutiendo con algún instrumento, haga que los niños se desplacen al ritmo que el educador despliega, sin exigir ningún movimiento específico. Luego les hará seguirle en hilera para ir formando un círculo a su alrededor. Hacer esto por un máximo de dos minutos.
- Acostados boca arriba con las piernas estiradas, solicitarles que las suban y las bajen de forma alterna. Igualmente con los brazos extendidos, llevarlos al frente para dar una palmada suave y volver a la posición inicial, hacer esto tres o cuatro veces.
- En la misma posición y manteniendo las piernas estiradas, pedirles que traten de tocarse con sus manos las puntas de los pies, para lo que han de hacer un empuje de cadera. El educador no exigirá que lo hagan de una sola vez, si alguno se apoya en una mano, dejarle, pero estimular a que lo haga con un solo movimiento.
- El educador ha de crear tres grupos en tres lugares de la clase. En uno ubica una tabla apoyada en dos soportes a 15 cms. de altura. En el otro sitúa una barra vertical o un aparato que tenga una barra vertical en su estructura de al menos dos metros. En el último sitúa cuatro obstáculos en línea recta separados uno de otro en 50 cms. A una señal el primer grupo reptará por debajo de la tabla, el segundo trepará y descenderá por la barra, y el tercero ha de hacer una carrera bordeando los obstáculos. Ésto lo hará cada niño dos o tres veces. Luego rotarán por los otros lugares hasta que todos hayan realizado las tres tareas psicomotrices.
- Hacer el juego "Los leones se soltaron" en el que el educador sitúa tres o cuatro bases de 30-40 cms. de altura dispersas en la clase. En una

rincón pone a cuatro o cinco niños que hacen de leones caminando en cuadrupedia e imitando el rugido de las fieras. Seleccionar tres o cuatro niños que van a verlos y a una señal de "Se soltaron los leones" los niños que hacen de leones perseguirán a los otros que han de correr y trepar a las bases para ponerse a salvo. Intercambiar luego los papeles y hacer otros grupos de niños para la actividad. Repetir un par de veces.

- Concluir la actividad modular con una marcha de recuperación en que los niños caminen durante uno o dos minutos, mientras el educador canta alguna canción referida al juego de movimiento.

Actividad

- Activación del ganeo, la cuadrupedia y el lanzamiento.

Objetivo

Estimular la coordinación motriz entre diferentes planos musculares de las extremidades superiores e inferiores.

Metodología

Ésta actividad modular consta de seis tareas psicomotrices:

- El educador colocará a los niños en hilera para marchar al compás del ritmo de una pandereta u otro instrumento de percusión. A una señal, han de empezar a caminar en punta de pies, alternando con caminar en talones, cada cinco segundos. Luego han de pasar a una caminata suave normal para ir haciendo un semicírculo frente al educador.
- Estando los niños de pie frente al educador con los brazos a los lados del cuerpo, éste les solicita que los extiendan al frente mostrando las palmas de las manos y luego llevándolos detrás de la espalda “para esconder las palmas”. Hacer esto tres o cuatro veces.
- En la misma posición con las manos en la cintura, les pide que se doblen al frente tratando de tocar la punta de los pies con ambas manos, para luego volver a la posición inicial. Hacer esto tres o cuatro veces.
- Dividiendo a los niños en tres grupos, el educador sitúa en uno de ellos una tabla inclinada con una altura de 15 cms., en otro ubica una tabla semejante pero ahora con dos puntos de apoyo a una altura de 30 cms., y en el tercero sitúa una colchoneta. Luego orienta al primer grupo a subir la tabla en cuadrupedia de cuatro puntos de apoyo y bajarla gateando, al otro grupo se le da una pelota mediana para que la rueden por la tabla, y en el tercer grupo los niños han de hacer una vuelta de frente, para lo cual el educador les ayudará colocando una mano en la nuca y otra en la región glútea, permitiendo así que rueden hasta llegar a la posición de acostado. Hacer dos o tres repeticiones en cada tarea motriz y rotar por todas.
- Hacer un juego de movimiento “Alcanza la pelota”. Para esto el educador toma varias pelotas y las lanza en direcciones diferentes, para que los niños corran detrás de ellas, las recojan y se las lleven a él, que

de nuevo las lanzará en distintas direcciones. Cuando haya repetido esto varias veces, pedirles que cuando cojan las pelotas se las lancen unos a otros para que las capturen, sin exigirles modo de lanzar ni capturar. Repetir tres o cuatro veces.

- Hacer una marcha de recuperación inspirando y espirando, caminando cada vez más lentamente hasta quedarse sin mover. Reanudar la marcha de la misma manera y volver a quedarse estáticos, pero relajados. Repetir dos o tres veces.

Actividad

- Incentivación de la cuadrupedia, el salto y la carrera.

Objetivo

Estimular la orientación espacial, la flexibilidad y la coordinación motriz entre varias habilidades psicomotrices generales.

Metodología

El módulo siguiente consta de seis actividades psicomotrices:

- Hacer una caminata preparatoria de la actividad en la que los niños se trasladen primero en punta de pies, luego sobre el talón y de ahí hacerlo con el borde externo del pie. Cada uno de estos movimientos se ha de hacer durante cinco segundos, alternando hasta completar uno o dos minutos.
- El educador les dirá a los niños que van a saltar como los conejos, para lo cual recogerán y pegarán sus manos al pecho y harán saltitos en el lugar, procurando que lo realicen con la parte anterior de los pies, es decir, el metatarso y los dedos, haciendo también semiflexión de piernas. Luego podrán desplazarse por toda la clase dando estos saltitos durante un minuto.
- Acostados boca arriba, el educador orientará a los niños para que eleven alternativamente las piernas, primero una y luego la otra. Cuando realicen esta acción algunas veces, les dirá que recojan las piernas y las muevan como si estuvieran "montando en bicicleta". Hacer cada tarea psicomotriz durante treinta segundos.
- Se dividirá a los niños en tres grupos. El educador pondrá a un grupo a hacer saltos de profundidad ("Vamos a ver que lejos llegais saltando como las ranas"), recordando que hay que caer en la parte delantera del pie. Al otro grupo, se le pone a hacer cuadrupedia por debajo de varios obstáculos ubicados en línea con una separación de un metro entre uno y otro. Al tercer grupo se le indica que corra por una senda dibujada en el suelo con tiza en línea recta. Hacer cada tarea tres o cuatro veces y rotar los grupos de niños.
- El juego de movimiento será el de "A sus marcas". El educador dibuja o coloca marcas en el suelo, formando hileras de acuerdo con la

cantidad de niños que hay en el grupo. Los niños estarán situados en un extremo de la clase. A la señal del educador, corren a ocupar las marcas colocadas en el suelo. A otra señal salen de nuevo y pasean por el área. Repetirlo de tres a cuatro veces.

- La marcha de recuperación se hará de manera lenta, haciendo ligeras flexiones del tronco acompañadas de un suave balanceo de los brazos abajo para relajar los músculos de las extremidades superiores, y luego relajarán los músculos de las piernas haciendo pasos más lentos aún. Hacer esto un par de minutos.

Actividad

- Estimulación de la reptación, el equilibrio y trepar.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas de habilidades psicomotrices generales que implican el mantenimiento de la estabilidad corporal.

Metodología

El módulo actual comprende seis actividades psicomotrices:

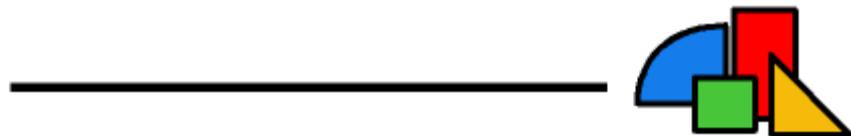
- Los niños harán una marcha preparatoria suave, en la que darán pasos sobre la punta de los pies, sobre el talón y en el borde externo. Esto se ha de realizar durante un minuto.
- Acostados en el suelo, boca arriba el educador les pedirá a los niños que estiren las piernas y les colocará sobre los tobillos una bolsita de arena que cubra ambos. Luego les pedirá que eleven y bajen las dos piernas a la vez y despacio. Esto lo harán varias veces cuidando de que no se les mueva o ruede la bolsa.
- De pie, los niños se han de situar con las manos en la cintura y flexionarán el tronco a un lado y otro haciendo una torsión en un sentido y otro. El educador ha de procurar que cada niño realice estas flexiones de tres a cuatro veces.
- Colocar una tabla o banco a una altura de 15 cms. y pedirle a un grupo de niños que repten por debajo sin tocar con la espalda la madera. A otro grupo, les hace caminar sobre un banco o tabla con dos apoyos extendiendo lateralmente los brazos. Al tercer grupo le ubica uno o dos obstáculos a una altura de 40 cms. para que trepen al objeto. Lograr que cada niño haga cada una de estas tareas de tres a cuatro veces en la actividad.
- Hacer el juego de "Vamos a hacer como los pájaros". Primero los niños están sentados dentro de varios aros de colores o círculos pintados en el suelo con tizas de colores. Luego se les pide que salgan volando a buscar comida, para ello, darán vueltas por la clase elevando y bajando lateralmente los brazos. A continuación se les dice que se suban en las ramas de los árboles y se paseen por ellas, para ello, prepararán a distintas sillas ubicadas previamente por el educador, para

finalmente bajar del árbol al suelo y saltar todos al mismo tiempo de nido en nido, es decir, de aro en aro. Hacer esto durante un par de minutos.

- Concluir la actividad con una marcha de recuperación lenta, moviendo los brazos que cuelgan a los lados. El educador ha de procurar que este movimiento sea una acción de relajación y no un movimiento vigoroso.



Actividades para niños en el tercer trimestre escolar



Actividad

- Realización de nuevas acciones instrumentales más complejas.

Objetivo

Generalizar la acción instrumental a operaciones novedosas y complejas.

Metodología

Hemos definido a las acciones instrumentales como aquellas en las que un objeto, como puede ser una varilla o un martillo, entre tantas cosas o elementos, se utiliza para ejercer una acción sobre otro (tomarlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, romperlo, etc.). A este nuevo objeto que sirve de mediador de la acción intelectual se le denomina Instrumento.

La importancia del uso de instrumentos y de las acciones que se realizan con ellos radica en que, para ser resueltas, estas tareas tienen que serlo mediante el proceso del pensamiento (porque el instrumento –la varilla, el cucharón, el martillo- no le enseña directamente al niño como resolverla, sino que éste tiene que hacer un análisis mental para encontrar la solución). Desde este punto de vista las acciones instrumentales constituyen las acciones más importantes a asimilar por el niño en estas primeras edades y las que tienen mayor significación para su desarrollo psicomotor.

En el segundo año de vida y en los dos trimestres anteriores de este año de vida se ha venido trabajando por el educador en la aplicación del sistema de acciones instrumentales, siguiendo una racional de su proceso de enseñanza que posibilita que los niños de estas edades asimilen fácilmente la relación instrumental. Las tareas de este sistema son las siguientes:

- Alcanzar un objeto por medio de una varilla.
- Sacar objetos colocados dentro de un cilindro transparente utilizando una varilla.
- Atraer un objeto enganchándolo mediante una varilla con un aro.
- Atraer un objeto enganchándolo por una parte específica con una varilla con un aro.
- Sacar objetos que flotan en un recipiente ancho mediante una varilla en forma de gancho.
- Sacar objetos que flotan en un recipiente de boca estrecha mediante un cucharón.
- Pescar objetos que flotan en un recipiente ancho por medio de una varilla con un anzuelo.

- h. Hacer bajar cilindros de madera o plástico de una plataforma mediante un martillo.
- i. Llenar cubos de arena mediante una pala.

En el primer trimestre escolar se sugirió al educador posibilitar la más amplia utilización por el niño de estas acciones instrumentales que les han sido enseñadas desde mediados del año de vida anterior y que ellos las aplicaran a situaciones comunes de la vida cotidiana para dar solución a los problemas de esta naturaleza que les puedan surgir.

En el segundo trimestre escolar se orientó continuar practicándolas y aplicándolas a situaciones de la vida cotidiana, como puede ser alcanzar una pelota que ha rodado hasta debajo de un mueble, empujar algún objeto que esté trabado en un espacio, enganchar ropa en un perchero o armario, meter un clavo en una madera, entre otras muchas acciones que la práctica pedagógica habitual puede proveer en el trabajo educativo del centro infantil.

Es por eso que al educador se le sugirió buscar nuevas situaciones en las que los niños aplicaran la actividad instrumental sobre la base de los instrumentos que ya conocían (la varilla, el gancho, el cucharón, el martillo, la pala, etc.), pero también elaborar nuevas situaciones a partir del conocimiento por ellos de estas acciones, sin esperar a que surgieran de la vida cotidiana, tales como:

1. Pedirle a los niños que la ayuden a clavar cuadros y murales en la pared.
2. Ubicar objetos pequeños debajo de un mueble bajo y solicitar ayuda para que los saquen.
3. Cargar arena o materiales granulados con un cubo para rellenar el arenero de la clase.
4. Trasladar tierra para las plantas del jardín del centro infantil

Estas, y otras muchas situaciones para la aplicación de las acciones instrumentales, podían ser creadas por la iniciativa de el educador, sin esperar a que surgieran por sí solas en la rutina diaria habitual.

Bajo esta misma idea, en el actual trimestre el educador ha de buscar otros instrumentos más complejos para incorporarlos dentro del sistema de acciones instrumentales o para la práctica pedagógica habitual, particularmente en la actividad libre o independiente. Entre estos instrumentos pueden estar:

1. Destornilladores y pinzas diversas, de juguete o reales, para realizar acciones de atornillar, destornillar, quitar, apretar, introducir, sacar, entre otras.
2. Grúas de juguete, con brazos mecánicos, para mover arena, recoger materiales, empujar cosas, cargar objetos, etc.
3. Palancas y sistemas de palancas, que están presentes en muchos juguetes comerciales.

4. Juegos y juguetes electrónicos que ejerzan una acción a través de la manipulación de determinados controles externos.
5. Ordenadores viejos, teclados, calculadoras, teléfonos inalámbricos, audífonos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, pueden ser usados para la acción instrumental.

Estos y muchos otros instrumentos pueden ser incorporados por el educador para consolidar estas acciones instrumentales. En este sentido ha de recordarse que estas acciones tienen dos principios básicos, que obliga al educador a hacer un análisis de cómo y en qué orden ubicar estos instrumentos. Estos principios son:

1. El de la progresiva complejización de la acción motora involucrada en la tarea instrumental.
Esto quiere decir que cada acción posterior es de una manipulación motriz más compleja, siendo más difícil de resolver en el plano de los movimientos finos.
2. El de la complicación progresiva de la acción mediatizada por el instrumento.

De igual manera, la relación instrumental ha de ir siendo cada vez más compleja en la medida en que una acción sucede a la otra.

En este sentido, y viendo estos principios de conjunto, una tarea motriz es siempre más compleja, motriz e instrumentalmente, que su precedente y requiere que el niño domine la anterior para poder pasar a aprender como hacer la que le sigue. Esto es algo importante que el educador ha de tener en cuenta, el que para pasar a una tarea siguiente el niño ha de tener un dominio más o menos aceptable de la que precede.

Por supuesto, en ocasiones es bien difícil determinar cuál ha de situar primero y cuál después, en particular con estos nuevos instrumentos tan distintos unos de otros, pero lo importante es que el educador sea consciente de estos principios y los aplique de manera lógica y consecuente.

Actividad

- Ejercitación de relaciones espaciales.

Objetivo

Continuar reforzando las nociones espaciales a partir de su propio cuerpo y acciones.

Metodología

- Situar papel de embalar en la pared, en un retablo, en una puerta, etc. y darle al niño lápices gruesos de cera para que hagan líneas de colores de arriba-abajo, y a la inversa, verbalizando la dirección del trazo "Hacia arriba", "Hacia abajo".
- Hacer un gran mural con papel de embalar y dividirlo en dos partes dobladas previamente para que deje una marca horizontal. El educador preguntará que cosas se pintan arriba (nubes, el sol, pájaros, etc.) y que cosas se pintan abajo (plantas, una casa, un camino, un río, entre otros). Dejar a los niños que las pinten.
- Cantar canciones en las que se hable de las relaciones arriba-abajo, dentro-fuera, encima-debajo, etc.
- Coger una caja grande de cartón y hacerle dos agujeros en los lados opuestos, lo suficientemente grandes como para que el niño pueda pasar a través de ella. Ponerla en el suelo y estimular a los niños a meterse "dentro" de la caja, y una vez en su interior decirles que salgan "fuera" de la caja. Generalizar esto a muchas otras acciones, tales como entrar y salir de un armario (dentro y fuera del armario), de la clase, de otro lugar específico, de la casa de muñecas, etc.
- Hacer que el niño siga con el dedo la línea que une las paredes, las patas de una mesa, de una silla, etc., de arriba-abajo, verbalizando "para arriba" "para abajo", de acuerdo con el sentido del movimiento.
- Realizar juegos en los que se practiquen las relaciones espaciales, por ejemplo, construir un tren con cajas de cartón grandes y estimular a los niños a que se sienten "dentro" del tren e ir "afuera" al llegar a la estación. También se pueden poner cosas "arriba" de los asientos y otras "debajo" de los mismos, colocar cajas unas "encima" de las otras, sentarse "lejos" o "cerca" de un amiguito, entre otras.

- El educador se colocará cerca o lejos de diferentes objetos y los niños deberán decir dónde se encuentra (por ejemplo: cerca de la pelota, lejos de la mesa, lejos de la clase, cerca del baño). Luego podrá orientar que sea el niño quien se coloque en el lugar (cerca-lejos de un objeto) según se le indique.
- Jugar a caminar con los ojos cerrados por toda la clase, para esto puede usarse una venda para cubrir el rostro. Luego el educador le preguntará al niño en cuestión si se encuentra cerca o lejos de él, para lo que debe guiarse por la voz.

Actividad

- Ejercitación de la motricidad fina mediante acciones con materiales.

Objetivo

Activar las conexiones propioceptivas de la musculatura fina de dedos y manos.

Metodología

El educador ha de continuar trabajando con los niños tareas en las que se ejercite y activen las conexiones nerviosas que se relacionan con la motricidad fina, para reforzar su percepción propioceptiva y lograr un mayor desarrollo de estos movimientos finos. Las actividades a realizar pueden ser muy diversas:

- Darle al niño hojas de papel de colores para que corte trocitos y los pegue en una hoja en blanco procurando que no quede ningún espacio libre entre los trocitos.
- Sobre una hoja de papel blanco poner la mano o el pie del niño y hacer que repase el contorno con su dedo índice, luego darle un bote de pintura de dedos o líquida para que, con el dedo impregnado de pintura, bordeé todo el contorno de la mano o el pie para dejar su imagen en el papel. Esta actividad también podrá hacerse tomando cualquier objeto plano (un plato, una tapa, una servilleta pequeña, etc., y contornear su borde de la misma manera, para también dejar su figura plasmada en el papel.
- Jugar a “los pintores”. Para ello el educador ha de colocar papel de embalar en una pared a la altura del niño, y ofrecerle una brocha de pintar paredes apropiada al tamaño de su mano, para que la meta en un bote de pintura y realice trazos de arriba a abajo, de un lado a otro, como si fuera un pintor de brocha gorda.
- Ofrecerle al niño tizas de colores para que haga trazos en el suelo de manera libre, siguiendo una línea previamente dibujada por el educador (recta, en curva, en zigzag).
- El educador ha de plegar una hoja de papel blanco varias veces, luego ha de desplegar la hoja sobre una mesa para que el niño realice trazos por las marcas de los pliegues de arriba abajo. Una vez que se haya hecho esto, elaborar un abanico uniendo los pliegues por un extremo.

- Dar al niño hojas de periódico o de revistas para que rasgue tiras y luego las pegue en una hoja de papel de forma vertical u horizontal.
- Ofrecer al niño una varilla larga y entregarle varias anillas de plástico o madera para que las inserte a lo largo del palo, entonces orientarles que agarren cada extremo con una mano y giren la varilla para que las anillas se desplacen libremente.
- Situar las anillas sobre una hoja de papel y pedirle al niño que trace su contorno con un lápiz de cera, utilizando para cada anilla un color diferente.
- El educador entregará al niño una hoja en la que hay dibujados globos de colores amarrados cada uno por una cuerda. Luego les pedirá que repasen con pintura de dedos las cuerdas de los globos. A continuación podrá orientarles que rellenen los globos con una masa blanda del mismo color de cada globo, extendiendo la masa con la yema de los dedos.
- Darle plastilina al niño para que la aplaste con la mano y forme un redondel, luego ofrecerle un palillo mondadientes para que pinche sobre la masa y dibuje lo que quiera con los puntos.
- Solicitarle al niño que con la plastilina haga rulos y los coloquen de arriba-abajo en una hoja de papel, luego pasará el dedo contorneando cada rulo de arriba-abajo también hasta terminar la serie. Pedirle entonces que lo haga de abajo para arriba.
- Ofrecer a los niños pinzas de las que se usan para la ropa y pedirles que sujeten varias hojas de papel con cada pinza. Utilizarlas también en los juegos de roles para que tiendan en una soga un pañuelo, un calcetín o cualquier prenda que sea fácil de manipular por ellos.
- Poner encima de una mesa una caja pequeña y a su lado situar palillos mondadientes. Pedirle a los niños que, con el dedo índice y pulgar de la mano derecha tomen algunos y los metan dentro de la caja, y lo repitan con la mano izquierda. Una vez que los hayan introducidos todos, volver a sacarlos y pedirles que esta vez alternen las manos, es decir, un palillo con la derecha y otro con la izquierda, y así sucesivamente hasta acabar todos los palillos.
- Orientar a los niños que metan su mano en un bote de pintura de dedos y que luego, con la mano totalmente abierta, hagan trazos sobre una hoja grande de papel de embalar colocada en la pared. Solicitarles luego que escondan un dedo y mojen los otros cuatro en la pintura y hagan trazos de nuevo. Así ir escondiendo dedo tras dedo hasta que

sólo quede el índice, con el cual harán líneas sinuosas (círculos, curvas, óvalos, etc.) conectando todos los trazos.

- Dar a los niños una base de cartón con agujeros y que tenga hebras de lana atadas suavemente en ellos y solicitarles que desaten los nudos. Una vez hecho esto tomar las hebras y pasarlas de un lado a otro de la base de cartón
- Entregar a los niños una hoja de papel y un rotulador grueso para que con el mismo marquen los puntos que quieran, a continuación pedirles que tracen líneas rectas con ceras de color para conectar entre sí todos los puntos.

Actividad

- Aplicación de acciones psicomotrices aprendidas a nuevas situaciones.

Objetivo

Consolidar las conexiones propioceptivas de acciones motrices conocidas por el niño.

Metodología

Estas actividades tienen el objetivo de consolidar aquellas acciones psicomotrices de las que el niño posee un cierto control y nivel de realización, con vistas a lograr un mejor desempeño de las mismas y reforzar sus conexiones nerviosas. Se sugieren las siguientes actividades:

- El educador dibujará con una tiza en el suelo, aros de distintos colores y tamaños, para que los niños realicen recorridos por ellos, ejecutando los movimientos que se les indiquen: con los pies juntos, cojeando, saltando como conejos, con un solo pie, etc. Esta actividad puede acompañarse con algún tipo de música que se preste a los movimientos.
- Colocar varias cajas de cartón haciendo un túnel y pedir a los niños que pasen por debajo a lo largo del túnel, para lo cual el educador indicará distintos tipos de movimiento (reptar, a cuatro patas, gateando, etc.).
- Poner una hoja larga y ancha de papel de embalar sobre la pared a la altura de los niños, luego darle esponjas mojadas en pintura para que hagan trazos de derecha a izquierda caminando desde el extremo derecho y pintando con esa mano, luego al llegar al final del papel cambiar la esponja a la mano izquierda y regresar hasta el extremo inicial haciendo la misma acción.
- El educador con dobleces sencillos hará un avión de papel y lo lanzará en el medio de la clase para que planee y los niños intenten cogerlo. Cuando ya haya hecho esto varias veces, rotar entonces el avión por los niños para que sean éstos los que lo echen a volar.
- Si el suelo de la clase es de baldosas jugar a pisarlas de una en una en punta de pies, luego con los talones, y al final con los bordes del empeine.

- El educador colocará varios obstáculos en la clase y le pondrá al niño sobre la cabeza un pañuelo sin amarrárselo. Luego le solicitará que borde los obstáculos tratando de mantener el pañuelo sin que se le caiga de la cabeza.
- El educador dibujará en el suelo líneas de formas y longitudes diferentes con tizas de varios colores, y solicitará a los niños que caminen por ellas, en cuclillas para un color, con un solo pie para otro, con los pies juntos para un tercero, y así sucesivamente.
- Dibujar una línea recta en el suelo con una tiza y pedirle a los niños que salten de un lado a otro de la línea con los pies juntos, luego con los pies separados alternando, etc. Esta actividad se podrá utilizar para cualquier tipo de movimiento que el educador necesite ejercitar en su grupo de niños.
- Acostados boca arriba el educador y los niños, ponerse rígidos y rodar con el cuerpo en un sentido y en otro. Jugar a chocar, a evadir el choque, a ir todos como un rodillo gigante, etc.

Actividad

- Conocimiento de la imagen corporal y de las posibilidades psicomotrices del cuerpo.

Objetivo

Consolidar el conocimiento del niño de su esquema corporal mediante acciones psicomotrices.

Metodología

El conocimiento del esquema corporal es una construcción progresiva que requiere de la realización de acciones encaminadas a su asimilación. En este sentido se han venido llevando a cabo actividades desde trimestres anteriores y que han de continuar realizándose en este, añadiéndoles nuevas acciones. Se recomiendan las siguientes:

- El educador ha de situarse frente a un espejo y teniendo a los niños a su lado realizará distintos movimientos y posturas (ponerse sobre una sola pierna, agacharse, poner los pies juntos y balancearse, ubicar los brazos arriba y agitarlos, etc.), para que ellos le imiten.
- De igual manera, buscará fotos de personas que aparezcan en una revista y adoptarán las posturas que ellas tienen. Esto puede hacerse como parte de un juego en el que el educador hojea la revista, selecciona la imagen, se la enseña al grupo y todos ellos deberán ponerse en la misma postura que aparezca la persona en las fotos.
- Jugar al conocido juego de "Simón dice..." Para ello se ha de poner una música de fondo y moviéndose al ritmo el educador de pronto podrá decir "Simón dice que te toques los dedos de los pies" para que todos los niños hagan esta acción, y sucesivamente ir realizando las que sugiere el educador.
- Relacionar movimientos con sonidos y partes del cuerpo. El educador indicará hacer sonidos fuertes y suaves con partes del cuerpo, y a la escucha del sonido los niños han de nombrar la parte corporal y hacer el movimiento indicado previamente. Por ejemplo, si se escucha un sonido agudo (puede ser de un silbato) el niño andará despacio y dirá "con los pies"; si se escucha un sonido fuerte (de una campana), el niño

moverá la cabeza y dirá "con la cabeza", y así con otras partes del cuerpo, sonidos y movimientos.

- Hacer varios muñecos del tamaño promedio de los niños del grupo, cada uno de ellos con un atuendo simple distinto, y recortar las partes significativas del cuerpo (cabeza, brazos, manos, pies, piernas, torso). Echar todas las piezas en una caja e ir extrayendo una a una para formar los muñecos originales, éstos se podrán armar sobre una pared o una tabla, el niño ha de identificar y nombrar la parte que extrae y ponerla donde va en las figuras que se arman.

Actividad

- Ejercitación para trepar, el lanzamiento y el salto.

Objetivo

Estimular las conexiones nerviosas y la coordinación motriz de brazos, manos y piernas.

Metodología

Este módulo es el primero del trimestre actual, el cual cuenta con seis actividades. El educador ha de recordar que los módulos del trimestre escolar anterior han de continuar siendo ejercitados en este período, al igual que puede seleccionar actividades de contenidos específicos para incorporarlas como parte de cualquier módulo. Se sugieren las siguientes tareas:

- El educador ha de colocar en la clase o área en que realiza la actividad un cesto con tantas pelotas como niños tenga el grupo y caminará con ellos formando una hilera, de forma que pasen por la cesta y cada uno recoja una pelota y continúe la marcha.
- Estando los niños de pie y sosteniendo la pelota abajo, a una señal del educador han de elevar los brazos bien estirados cuidando de que no se les caiga la pelota y de ahí regresar a la posición inicial. Luego, con las piernas separadas al ancho de los hombros, han de llevar los brazos arriba y hacer torsión del tronco hacia un lado y otro, tres o cuatro veces.
- De pie los niños, con los pies paralelos y sosteniendo la pelota abajo, hacer cuclillas y poner la pelota en el suelo. Ir arriba, volver a hacer cuclillas y recoger de nuevo la pelota. Repetir de tres a cuatro veces.
- Organizando tres pequeños grupos, el educador orienta a uno de ellos a caminar sobre un banco gimnástico con los brazos extendidos de forma lateral y mirada al frente, al llegar al extremo de la tabla dar un salto para caer de puntillas al suelo. A otro lo estimula a escalar a una espaldera o escalera tres o cuatro peldaños y a bajar por sí solos. Al tercer grupo le hace rebotar y capturar libremente una pelota. Los niños intercambiarán de grupo y realizarán cada tarea psicomotriz de tres a cuatro veces.

- Hacer el juego de “Las pelotas a sus marcas”. El educador ha de dibujar con una tiza marcas en el suelo, formando una hilera de marcas que tenga la misma cantidad que niños en el grupo y sitúa a los niños en un extremo de la clase, mientras que en el extremo opuesto coloca una cesta llena de pelotas de distinto tamaño. A una señal correrán hasta el cesto, cogerán una pelota y la colocarán sobre la marca que elijan.

Este juego puede incluir el situar a los niños de nuevo en un extremo y a otra señal, correr a recoger su pelota y ponerla en el cesto, tratando de no ser el último en hacerlo.

- La actividad ha de finalizar con una marcha lenta de relajamiento, cada vez más despacio, ir a la posición de agachado, después a la de sentado, terminando en la de acostado, por un par de minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, el reptar y correr.

Objetivo

Estimular la coordinación motriz de estas habilidades psicomotrices generales.

Metodología

Esta actividad modular tiene cinco tareas psicomotrices:

- Los niños iniciarán la actividad con una caminata lenta, dando pasos cortos, para pasar a hacerlo en punta de pies durante 30 segundos y a continuación otros treinta segundos caminando con el talón.
- De pie los niños con las manos en la cintura, harán movimientos con la cabeza; primero haciendo flexiones hacia el frente, luego hacia atrás, y finalmente hacia los lados, tres o cuatro veces en cada dirección. Estas flexiones han de hacerse con amplitud y a un ritmo moderado.
- El educador formará tres grupos de niños. Para el primero dibujará en el suelo una senda recta de 50 cms. de ancho y solicitará a éstos que caminen en cuadrupedia todo el trayecto, que será de unos tres o cuatro metros. Para el segundo grupo, colocará una tabla apoyada en dos bases a los extremos de no más de 20 cms. de altura y orientará para que la crucen reptando por debajo de la tabla. Al tercer grupo los estimulará a correr libremente unos 10 ó 15 metros hasta un lugar fijado previamente. Cada grupo ha de rotar por las tres actividades, después de hacer tres o cuatro veces cada una de ellas.
- Jugar a "Los pájaros salen a pasear". Para este juego el educador dibujará o colocará marcas en el suelo en un ángulo de la clase o del área en que se realice la actividad que representan los nidos. A la señal "Los pajaritos van a pasear" los niños correrán por el área imitando el vuelo de las aves. Cuando el educador o el niño que represente al cazador aparezca de pronto, todos correrán a ocupar una de las marcas situadas en el suelo, para evitar ser cazados. A otra señal volverán a salir y reanudarán el juego tres o cuatro veces.
- Los niños han de hacer una marcha de recuperación, haciendo ejercicios de respiración ("Oler la flor", "Soplar los globos"), con movimientos libres y pausados. En algún momento el educador orientará para que se sienten donde se encuentren y que continúen oliendo las flores y soplando los globos, esto se hará durante un par de minutos.

Actividad

- Estimular el equilibrio, la reptación y trepar.

Objetivo

Desarrollar la estabilidad y la coordinación de movimientos que involucren manos y piernas.

Metodología

El siguiente módulo consta de seis actividades:

- Realizar una caminata inicial en la que los niños levanten lo más que puedan sus piernas al dar el paso, como los soldados, sin correr ni agitarse, tan sólo flexionando las piernas lo más que les sea posible.
- Estando los niños de pie, el educador les orientará para que mirando al frente, doblen el cuello hasta tratar de tocarse el pecho con la barbilla, hacer esto tres o cuatro veces. A continuación y con la cabeza erecta de nuevo hacer torsión del cuello a la izquierda y a la derecha, tres o cuatro veces.
- En la misma posición los niños extenderán los brazos hacia delante y abrirán y cerrarán las manos rápidamente cuatro o cinco veces, luego harán círculos con sus manos abiertas girando en dirección opuesta, cuatro o cinco veces también.
- Poner una tabla estrecha apoyada en dos soportes a una altura de 20 cms y solicitar a un primer grupo de niños que caminen por todo lo largo extendiendo lateralmente los brazos, dar la vuelta y volver al inicio, procurando no saltar al salir de la tabla. A un segundo grupo, ubicar varios obstáculos en fila no mayor de 20 cms de altura para que repten por debajo de los obstáculos. Al tercer grupo hacerles trepar a un banco de 30 cms. de altura. Repetir cada tarea de tres a cuatro veces y luego rotar a los niños por todas.
- El juego de movimiento a realizar será "A través del portón". Para ello el educador situará una soga o cordel entre dos sillas a una altura no mayor de 30 cms. y sienta a los niños en hilera a 4 ó 5 metros de la soga. Junto al primer niño habrá una cesta con pelotas medianas. A una señal el primero tomará una pelota y la rodará para pasarla a través del

portón, corriendo a sentarse después de hacerlo, y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado la acción. Repetir tres o cuatro veces.

- Realizar una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños "son helados que se derriten" para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente para levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto uno o dos minutos.

Actividad

- Preparación para el salto, escalar y lanzamiento.

Objetivo

Lograr una mayor coordinación motriz y apreciación del espacio físico en el niño.

Metodología

El módulo siguiente comprende seis tareas psicomotrices:

- Realizar una marcha preparatoria caminando detrás del educador, que hace de “mamá pato” a la que siguen sus “patitos”. Acompañar esta acción de movimientos suaves de brazos en forma de aleteo arriba-abajo. Hacer esto durante un minuto.
- Estando los niños de pie frente al educador, éste les orienta a poner sus manos en la cintura y flexionarse por la misma tres o cuatro veces. Luego hacerlo hacia atrás un número similar de veces. Finalmente hacia los lados con igual frecuencia. Es importante que el educador oriente a los niños que hagan el movimiento con la máxima amplitud posible y poner las piernas extendidas.
- Situar a los niños en posición de gateo. Desde esa posición pedirles que eleven un brazo atrás y luego el otro, alternando estos movimientos cuatro o cinco veces. Luego solicitarles que cuando echen el brazo atrás traten de mirar la mano, para que tengan que realizar una ligera torsión del cuello y tronco.
- Hacer tres grupos de niños. Al primer grupo se le coloca frente a un banco gimnástico que tenga una altura máxima de 20 cms. y dándole una mano el educador los estimula a saltar libremente a dicha altura. Al siguiente grupo se le estimula a escalar varios peldaños de una escalera o espaldera. Al tercero se le dan pelotas medianas para que las reboten contra una pared de la clase y las capturen al bote. Hacer cada acción tres o cuatro veces, y rotar a los niños por todos los grupos.
- Jugar a “las pelotas buscan su casita”. Para ello el educador marcará una línea en el suelo y a una distancia de 10 m. trazará un área de marcas. Cada niño tendrá una pelota y se colocarán detrás de la línea. A una señal del educador lanzarán la pelota hacia el área de marcas,

correrán, recogerán las pelotas y tratarán de colocar cada una en una marca.

- Hacer una marcha ligera de recuperación, caminando lentamente a la vez que se elevan los brazos hasta el lateral, inspirando aire por la nariz y espirando el aire por la boca a la vez que se bajan los brazos. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Ejercitación de la cuadrupedia, la carrera y el salto.

Objetivo

Propiciar la coordinación motriz de los planos musculares de las piernas y brazos.

Metodología

El siguiente módulo comprende seis tareas psicomotrices:

- Hacer una caminata libre lenta, dispersos los niños por el área o la clase. A una señal se irán situando detrás del educador que se desplaza para formar un círculo. A otra señal continuarán caminando, ahora en punta de pies y luego sobre los talones, alternado estos movimientos durante dos minutos.
- Situar a los niños acostados boca arriba y ponerles a cada uno, una bolsita de arena sobre ambos tobillos, luego se les solicitará que eleven las piernas rectas, procurando mantener el equilibrio y que no se caigan las bolsas. Hacer esto cuatro o cinco veces.
- De pie los niños, con las manos en la cintura y las piernas extendidas, elevarse sobre la punta de los pies, regresar a la posición inicial y entonces hacer cucullas para volver de nuevo a la primera posición. Realizar estos movimientos de manera rítmica, sin detenerse. Repetir cuatro o cinco veces.
- El educador formará tres grupos como es habitual. Para el primero colocará tres o cuatro marcas en el suelo que impliquen un cambio de dirección en zigzag, y animará a los niños a que vayan de marca en marca en cuadrupedia de cuatro puntos de apoyo. Dibujará una senda estrecha para que el segundo grupo corra a lo largo de la misma. Al tercer grupo los estimulará a hacer un salto de profundidad con ambos pies juntos, pudiendo ir haciendo señales en cada lugar que los niños caigan, para ver quien salta más. Hacer cada tarea psicomotriz tres veces, y rotar por todos los grupos.
- Jugar a "Las ranas nadan en el estanque". Para esto el educador dibujará con tizas varias circunferencias en el suelo, o colocará varios aros grandes dispersos por la clase o el área de actividad. Concentrará a los niños en un lugar distante de los aros y al sonido de una

campanilla, los estimulará a que dando "saltos de rana" (agachados, manos hacia delante, bote con ambas piernas a la vez) se dirijan a los estanques (los aros o circunferencias) para ir a nadar. Repetir esta acción psicomotriz dos o tres veces.

- Concluir con una caminata de recuperación, deteniéndose cada tres o cuatro pasos para subir y bajar los brazos aspirando y espirando el aire ("oliendo el perfume" y "soplando las velas") durante dos minutos.

Actividad

- Fortalecimiento del equilibrio, el lanzamiento y correr con un objeto.

Objetivo

Propiciar la agilidad y la coordinación motriz de planos musculares diversos.

Metodología

- Iniciar con una caminata dispersa por la clase o el área de juego, rodeando al educador. A una señal de éste los niños se estirarán con los brazos hacia arriba y poniéndose de puntillas para hacer “como los gigantes”, y después de dar cinco o seis pasos, caminar agachándose “como los enanitos”, hacer estas acciones alternativamente durante dos minutos.
- Los niños haciendo un semicírculo frente al educador se pondrán las manos en la cintura, y a una señal comenzarán a dar saltitos al frente durante un minuto, luego se detendrán y realizarán cuclillas durante otro minuto.
- En la misma posición anterior, los niños extenderán sus brazos al frente, y comenzarán a moverlos cruzando uno por debajo de otro, procurando que una vez el brazo derecho vaya por arriba, y la siguiente por debajo. Realizar esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador organizará tres grupos con los niños. Con el primer grupo hará acciones motrices de equilibrio, para lo cual construirá un camino de tablas, la primera inclinada hacia arriba, continuando con otra horizontal y terminando con una tercera tabla que desciende, como haciendo un puente con rampas. Estimulará a los de este grupo a que caminen todo el trayecto con las manos extendidas a los lados y que al terminar, corran hasta el principio para volver a hacer la tarea dos o tres veces más. Para el segundo grupo situará una cesta de pelotas que quepan en la mano de los niños, y les solicitará que tomen una y la lancen hacia una dirección fijada por él, alternando con ambas manos. Los niños del tercer grupo cogerán una pelota de esa misma cesta y correrán con ella dispersos por la clase. Al pasar otra vez cerca de la cesta la dejarán caer sin detener su carrera.
- El juego de movimiento consistirá en que el educador situará tres cajas anchas y a una distancia de tres metros estarán los niños detrás de una

línea previamente trazada. Luego formará tres grupos que tomarán pelotas de una cesta situada delante y tratarán de lanzar las pelotas con un movimiento por debajo de los brazos para que caigan dentro de la caja correspondiente de cada grupo, ganando aquellos que más pelotas puedan meter en su caja. Hacer este juego varias veces mientras dure la motivación.

- Esta actividad concluye con una marcha simple de recuperación, caminando lentamente detrás del educador que acompaña el ritmo golpeando una pandereta, o cantando una canción alusiva a las pelotas.



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el cuarto año
de vida
(3-4 años)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL CUARTO AÑO DE VIDA

El tercer año de vida cierra una etapa significativa del desarrollo, la edad temprana, en la que se alcanzan logros importantes en los niños, que han posibilitado avanzar extraordinariamente en su proceso de formación y que redundan en un contacto más directo y variado con el mundo circundante y les permite actuar con mayor autonomía e independencia en el cuarto año. Como resultado de los determinantes básicos del desarrollo en este periodo se han concretado logros que preparan al niño para otra etapa cualitativamente distinta y que tiene en el actual cuarto año de vida la primera fase de manifestación. Entre esos logros del desarrollo presentes al concluir el tercer año se encuentran:

- ❑ La posibilidad de utilizar instrumentos variados para dar solución a diversas tareas que se les presentan en la vida cotidiana.
- ❑ Un significativo desarrollo de las habilidades psicomotrices generales (caminar, correr, trepar, escalar, entre otras), que les permiten realizar una diversidad de acciones y entrar en contacto por sí mismos con el medio circundante.
- ❑ La capacidad de establecer una conversación corta y sencilla en situaciones de la vida cotidiana y de comunicarse de manera más efectiva con lo que le rodea.
- ❑ Un autovalidismo importante, que les posibilita realizar tareas por sí solos en su atención y cuidado, sin depender continuamente del adulto.
- ❑ Un evidente conocimiento de sí mismo y de su esquema corporal que le permite reconocerse como individuo y valorar las posibilidades de su cuerpo para realizar distintas acciones.
- ❑ El surgimiento de las premisas del juego de roles, actividad fundamental del desarrollo a partir de este momento.

Estas adquisiciones han ido sentando las bases para un incremento continuo de las posibilidades psicomotrices, que van a dar como consecuencia la necesidad de un cambio cualitativo en su desarrollo, logros que empiezan a entrar en contradicción con el sistema de demandas que hasta el momento se les ha impuesto, y que van a cristalizar en la crisis del desarrollo de los tres años, una de las más importantes en la etapa preescolar, puesto que a partir de este cuarto año, el juego va a sustituir a la actividad con objetos como actividad rectora o fundamental del desarrollo, y va a marcar una forma diferente de apropiarse de las más importantes relaciones del mundo circundante, de la realidad que le rodea.

Este año es uno de los de mayor significación en el desarrollo del niño en esta etapa inicial de la vida, ya que en el mismo se producen importantes cambios que se suceden de manera vertiginosa, y que hacen que el tránsito por este período resulte de una singular dificultad para los padres y los educadores.

El hecho más característico, radica en que el comportamiento de los niños, que hasta ese momento era bastante tranquilo y manejable, se vuelve de pronto muy difícil de controlar, con frecuentes demostraciones de oposición, terquedad y rechazo a obedecer o hacer las cosas como se les imponen. En algunos incluso esto ya ha comenzado en los finales del tercer año de vida, pero aún así, es en este donde este comportamiento se hace más resaltante y significativo. Simplemente se ha llegado a la crisis de los tres años, a la que previamente habíamos hecho referencia.

La crisis es un fenómeno natural del desarrollo que se sucede en varios períodos de la vida, al año, a los tres, entre los seis y siete años, a los once-doce cuando comienza la adolescencia, entre otros. Es un proceso de grandes cambios que se dan en un corto período de tiempo, y que los transforman radicalmente. Es un paso inevitable en el desarrollo y que se da porque entran en contradicción las posibilidades cada vez mayores del niño de actuar por sí mismo y hacer más cosas, y la manera en que los adultos los han estado educando hasta el momento, dilema que ha de ser resuelto o la crisis, paso normal del desarrollo, se puede volver crítica y puede perjudicar el sano transcurso de la personalidad en formación de estos niños.

La crisis se caracteriza fundamentalmente porque los niños se vuelven rebeldes y caprichosos, se niegan a obedecer, quieren hacer todo por sí mismos, se muestran voluntariosos y reacios a hacer las cosas como antes. En el plano emocional se observan irritables, majaderos, en ocasiones agresivos. Sin embargo, se destaca que este comportamiento se da solamente *con los adultos*, pues con los otros niños las relaciones se mantienen buenas y cordiales.

Si la crisis no es resuelta puede dejar como secuela rasgos muy negativos en la personalidad del niño, como son la terquedad, el rechazo a obedecer reglas y patrones de conducta, la obstinación y el oposicionismo, entre otros comportamientos significativos.

Para sobrepasar de manera satisfactoria la crisis en términos generales lo que hay que hacer es transformar el sistema de demandas impuesto al niño hasta ese momento, contrastar con sus posibilidades crecientes, y modificar e instaurar nuevos patrones de organización y control de su conducta y socialización.

Esto es muy palpable cuando se realizan las actividades modulares en este año de vida, las que a partir de las mismas acciones de estimulación psicomotriz, requieren de nuevos métodos de realización, como es combinar en una sola acción aquellas actividades que en el año de vida anterior se hacían de forma separada. De esta manera se satisfacen las necesidades crecientes del niño de

hacer cosas más complejas y el educador resuelve alcanzar los objetivos que se propone en la actividad sin que ésta se le desorganice.

No obstante, emocionalmente, los niños de este cuarto año de vida, salvo el choque frecuente con los adultos por el problema de la crisis, logran mantener un estado de ánimo estable alegre y activo, y se sobreponen con facilidad a los eventos negativos que se presentan, lo que facilita en mucho la realización de las tareas psicomotrices.

La crisis es muy importante, porque indica que en el niño se están sucediendo importantes transformaciones en su desarrollo, y no se presenta igual en todos ellos, en algunos pasa casi inadvertida, en la mayoría es muy ostensible y siempre se da como hecho natural y singular del desarrollo.

El niño en el cuarto año de vida tiene una vitalidad y resistencia física que le hace ganar confianza en sus posibilidades, y donde el progreso en su control postural y su autonomía, hacen posible la realización de tareas psicomotrices bien complejas, que obliga al educador a diseñar actividades acordes con estas posibilidades.

En relación con esto, el niño de este grupo de edad comienza a realizar las tareas psicomotrices con una participación activa de su pensamiento, que se expresa fundamentalmente en acciones de orientación que ya no son externas, sino primordialmente internas, y que son un reflejo del nivel mental alcanzado en estas edades, y que le posibilita orientarse y hacer más efectivas sus acciones no sólo por medio de las representaciones sensoriales, sino también mediante el descubrimiento de relaciones esenciales de los objetos y fenómenos del mundo circundante, con acciones que ya puede analizar y prever en un plano interno.

La mejor realización de los movimientos y habilidades psicomotrices generales en este período (caminar, trepar, saltar, lanzar, etc.) perfeccionan sus posibilidades de desplazamiento, y conlleva la ampliación significativa del horizonte cognoscitivo del niño de esta edad, lo cual está dado por la diversificación de la realidad, que hace que el psiquismo en este año de vida continúe diferenciándose en la misma medida en que la realidad se diversifica y se requieran acciones estimuladoras dirigidas a las áreas específicas del desarrollo, tales como la actividad motriz, la percepción, el pensamiento, el conocimiento del mundo natural y social, entre otras.

Así, las actividades en el cuarto año de vida aunque conceptualmente siguen conjugando lo motor y lo psíquico, lo afectivo y lo psicomotor, lo cual está dado por la concepción de la unidad de los procesos cognoscitivos, afectivos y motores, determina que el sistema de influencias educativas se diferencie por áreas de desarrollo, y con acciones propias para cada una de ellas.

Desde el momento que se da la diferenciación por áreas de desarrollo, los contenidos de la actividad psicomotriz en el sistema de influencias educativas,

tomando en cuenta lo que la mayoría de los programas educativos de un buen número de sistemas educacionales muestran, destaca que, además de las actividades motrices como tales, se incluyen las referentes a la imagen corporal, las que tienen que ver con la estructuración del espacio partiendo del cuerpo del niño, y en alguna medida las referidas a la estructuración temporal.

El conocimiento del esquema corporal, de la imagen corporal, trata de las nociones que el niño va estructurando de manera progresiva con respecto a su cuerpo, de sus características físicas y de las posibilidades de acción motora que el mismo le ofrece, y de la formación de su identidad personal y su relación con los demás.

La estructuración espacial implica la noción que construye el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, de la relación de su cuerpo en dicho espacio con los objetos, las personas y las situaciones del medio natural y social que le rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, adelante, derecha, izquierda, etc.).

La estructuración temporal comprende la capacidad del niño para situar hechos en una sucesión de tiempo, noción que les permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Todos estos aspectos toman en consideración a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique, y las actividades para su desarrollo han de tomar en cuenta este criterio.

De la misma manera que sucedía en tercer año de vida, y ahora de forma mucho más manifiesta, los cambios y transformaciones que se dan en el desarrollo no son ya tan rápidos como antes, lo cual hace que el sistema de influencias educativas se siga organizando en periodos más largos y aunque pedagógicamente siguen el criterio de trimestres escolares, desde el punto de vista de la evolución del desarrollo psíquico las líneas directrices de este desarrollo son considerablemente más amplias y comprenden a todo el año de vida, e incluso los siguientes.

El cuarto año de vida, desde el punto de vista del desarrollo psíquico, constituye una unidad con los años que le continúan (el quinto y el sexto año de vida) y ha de enfocarse como la fase inicial de una etapa, la edad preescolar, de la cual es su momento primero.

Esto hace que realmente estos tres años comprendan un ciclo de desarrollo en el que las cualidades y funciones psíquicas características de esta edad comienzan a manifestarse desde el año actual y alcanzan su expresión más completa hacia los seis años en que concluye este período.

Es por eso que constituya un error científico el tratar de relacionar directamente períodos exactos del desarrollo con las actividades que se propongan para la

estimulación de determinados procesos y cualidades psíquicas, al menos en límites estrechos.

En cuanto a las actividades, y dado que el cuarto, quinto y sexto años de vida constituyen en sí mismos un período del desarrollo, en el que los objetivos de la enseñanza se conciben teóricamente iniciándose a partir de que los niños tienen tres años y se alcanzan cuando estos cumplen los seis-siete años, gran parte de las actividades propuestas para el año actual han de continuarse realizándose en los próximos, al igual que algunas del tercer año se han de mantener, añadiéndole por supuesto un mayor nivel de mayor complejidad, como sucede en el caso de las actividades modulares, que difieren mucho más en la complicación de las acciones a realizar que en la inclusión de nuevos contenidos.

Así, desde el punto de vista pedagógico la organización de actividades sigue en términos generales la misma que se tenía en el año de vida anterior, con la realización de aquellas que contienen objetivos amplios y otras que se refieren a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor.

Las actividades en este cuarto año de vida tendrán dos formas organizativas principales:

- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico.
- Actividades modulares, que engloban varios objetivos que se han de trabajar de manera conjunta.

En el primer tipo de actividad, el objetivo a desarrollar suele ser único y la acción de estimulación está dirigida a la consecución de un logro particular, mientras que en las actividades modulares (o módulos de actividades) se trata de estimular varios procesos de manera simultánea.

El hecho de que en las actividades modulares propuestas para este año de vida aparezcan tareas psicomotrices previamente diseñadas, no implica que estos módulos sean inalterables sino que, por el contrario, el educador ha de incluir en los mismos aquellas actividades de contenido específico que a su juicio puedan serlo, de acuerdo con los objetivos que se propone alcanzar en tal actividad.

En este sentido el educador ha de organizar sus propios módulos, incluyendo en los mismos varias tareas que estarán en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a formar.

De igual manera, y aunque hay actividades que aparecen en un trimestre determinado, cabe recordar que las mismas, sean de carácter específico o modulares, tienen una aplicación en todo el año de vida, por lo que se pueden mantener de un trimestre escolar a otros períodos posteriores.

Desde el punto de vista organizativo, estas actividades se estructuran de la forma siguiente:

- Actividades para niños en el primer trimestre escolar.
- Actividades para niños en el segundo trimestre escolar.
- Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.

Para estas actividades existen procedimientos metodológicos generales que son semejantes en todos los trimestres y que han de ser tomados en consideración a la hora de concebir las actividades pedagógicas.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL CUARTO AÑO DE VIDA

El sistema de actividades para el cuarto año de vida se caracteriza por la realización sistemática de acciones psicomotrices variadas y combinadas, en el marco de una situación lúdica, según el conocimiento que el niño posee de su cuerpo, del espacio y el tiempo.

Si se toma como punto de partida las vivencias psicomotrices de los años precedentes, comienza una etapa en la que la participación del niño implica nuevas formas de realizar estas acciones, que se hacen más creadoras e independientes, y donde se crean las condiciones necesarias para su realización por propia iniciativa. Por medio de la actividad psicomotora, el niño enriquece su contacto con el mundo de los objetos, sus propiedades y relaciones. El movimiento corporal apoya el establecimiento de relaciones espaciales y temporales, la expresión oral y corporal, además del juego.

La actividad psicomotriz proporciona al niño alegría y satisfacción, a su vez propicia la asimilación de acciones dirigidas a la regulación de su conducta, contribuye a las relaciones con sus coetáneos, le permite apreciar su actuación y la de los demás, ponerse de acuerdo para desarrollar los juegos, realizar acciones utilizando las propiedades de los objetos y sus relaciones, además, juega un papel importante en la orientación espacial a partir de su cuerpo y de otros puntos de referencia, y en la expresión de imágenes mediante movimientos corporales propiciados por estímulos musicales.

Las actividades psicomotrices en este año de vida se organizan en tres formas principales:

- ❑ La actividad pedagógica psicomotriz.
- ❑ La actividad psicomotriz libre o independiente.
- ❑ Los juegos de movimiento.

El primer tipo de actividad se caracteriza porque, en la misma, el educador ejerce una orientación del contenido de la actividad psicomotriz, posibilitando a su vez que el niño establezca y se apropie de las relaciones esenciales por sí mismo. Esta acción sobre la zona de desarrollo próximo de los niños, es básica para la asimilación adecuada de los contenidos.

La actividad psicomotriz libre o independiente permite que el niño ponga en práctica lo asimilado en las actividades pedagógicas por su propia iniciativa, determinando por sí mismo qué hacer, cómo hacerlo, cuándo hacerlo, lo que colabora en gran medida al desarrollo de su independencia y de su autonomía.

El juego de movimiento trata de reforzar lo asimilado mediante la acción

orientadora del educador, y puede incorporarse como un contenido dentro de las actividades modulares o formar parte de las posibilidades de la actividad físico-recreativa del niño en su juego libre.

En este cuarto año de vida las actividades pedagógicas psicomotrices podrán durar hasta 20 minutos y se caracterizan por la formación de pequeños grupos, aunque se puede trabajar con la totalidad de los niños en dependencia del desarrollo alcanzado por éstos, y la mayor o menor complejidad del contenido de las actividades.

Estas actividades han de realizarse preferentemente en el área exterior, sobre el césped, y si se hacen en la clase ha de procurarse que haya suficiente espacio. Los niños usarán calzado deportivo, y podrán estar descalzos cuando se ejecuten en la clase.

La ropa más apropiada serán un pantalón corto y una camiseta, acorde con su talla y con un diseño que permita la movilidad. En el desarrollo de las diferentes tareas en ningún caso se divide a los niños por sexo.

Para la actividad motriz libre o independiente el educador ha de situar a disposición de los niños variados materiales, y la posibilidad de hacer lo que deseen en los aparatos mecánicos del área de juegos, estructuras de actividad psicomotriz, y otros elementos de juego.

Para las actividades psicomotrices el educador puede optar por hacerlas con todo el grupo de niños u organizarlos por parejas, tríos o pequeños grupos. Éstas formas de trabajo se seleccionan y aplican de acuerdo con el contenido, para facilitar la carga física, la necesaria ejercitación y la utilización óptima del tiempo, evitando así el surgimiento de la fatiga, si bien pueden combinarse varias maneras de organizar a los niños dentro de una misma actividad.

Ha de evitarse en todo momento que ellos permanezcan en posiciones estáticas, o esperar entre una tarea psicomotriz y la otra, pues ello los dispersa y les hace perder la motivación para hacer la actividad.

En toda actividad psicomotriz se ha de facilitar el desarrollo de las habilidades psicomotrices generales, y conjuntamente las capacidades coordinativas, la flexibilidad y la postura, el equilibrio, la regulación de los movimientos, la diferenciación, la adaptación y los cambios motrices, la orientación espacial y temporal, que son objetivos permanentes.

La **flexibilidad y los hábitos para una postura correcta** han de trabajarse de conjunto. Para ello se combinan movimientos compensatorios, tales como caminar en punta de pies, y luego en el talón y el borde exterior; o estando sentado encorvarse con los brazos y la cabeza abajo para enderezarse situándolos arriba; o acostados boca arriba hacer una bola con el cuerpo y luego extenderse completamente con los brazos en arqueado.

En estas actividades el ritmo ha de ser moderado, pero procurando motivar a los niños para que amplíen el recorrido de sus movimientos corporales con frases como: "más amplio, grande, profundo, abajo, arriba"; "resbalamos" e imágenes como "el saltamontes, la mariposa, la rana", etc. La motivación se basa en el juego y expresión corporal y en la variedad de tareas psicomotrices que puedan hacerse para evitar la monotonía y enriquecer cada día la experiencia motriz de los niños.

La coordinación se logra, entre otros aspectos, cuando se mueven de manera simultánea diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo: saltar y separar los pies conjuntamente con los brazos laterales; combinar movimientos de una o varias partes del cuerpo como el hacer cuclillas y saltar hacia arriba; poner los brazos laterales abriendo y cerrando las manos, o alternar la posición o dirección del movimiento de una parte del cuerpo, como cuando se entrelazan las manos en la espalda con un brazo por arriba y otro por abajo flexionando los codos.

El equilibrio, en el que intervienen los receptores visuales, auditivos y vestibulares, se desarrolla al realizar las acciones psicomotrices por diferentes planos, distintas dimensiones en el área de apoyo, variadas alturas, posiciones del cuerpo, y combinaciones con giros y otros elementos.

La regulación de los movimientos se educa y desarrolla al procurar en el niño la apreciación de diferencias entre sus esfuerzos musculares (hacer un movimiento más o menos: amplio, grande, profundo, fuerte, suave, enérgico), entre el espacio recorrido por él o un medio al cual aplica su esfuerzo (lejos-cerca, alto-bajo, grande-pequeño, largo-corto, estirarse-agruparse) y entre las formas de transcurrir el tiempo respecto a la acción motriz (más-menos, rápido-lento, despacio, breve, rítmico, moderado).

Estos tres elementos se relacionan provocando un sistema causa-efecto. Así, si rebota la pelota fuertemente contra el suelo (energía), se mueve rápido (tiempo) y llega muy alto (espacio) hay una relación, pero si se lanza suave, el recorrido es lento, queda cerca, hay otra relación causa-efecto.

La adaptación y los cambios motrices se trabajan con la combinación constante e inesperada de elementos dentro de una actividad, fundamentalmente por orden verbal en una situación lúdica, como por ejemplo, cuando se combina la carrera-pararse-hacer cuclillas; o correr-caminar rápido-girar, entre otras. También se logra combinando habilidades psicomotrices generales, como caminar por un banco o una viga, pasar un obstáculo por encima, correr y trepar a un plano horizontal, o un cambio de rol en el juego de movimiento.

La orientación espacial se logra a partir del conocimiento del propio cuerpo del niño y por puntos de referencia relacionados con él, realizándose básicamente por indicaciones verbales, tales como poner brazos arriba y abajo, saltar dentro o fuera de un aro, caminar hacia un lado o al otro, pararse de frente a su compañero o de espalda a él, correr entre líneas, hacer un círculo alrededor de

un árbol, saltar al frente o atrás, a un lado, con giro, correr y a una señal detenerse y tocarse una parte del cuerpo, entre otras.

La diferenciación psicomotriz se logra a partir del conocimiento y la práctica de las acciones psicomotrices, cuando posibilita que el niño establezca relaciones de comparación y distinción entre sus acciones, en el esfuerzo realizado en unas y otras, en las formas de desplazamiento en el espacio y el tiempo. Ejemplo de esto es percibir las semejanzas y diferencias entre la cuadrupedia y el escalar, entre el lanzar y rodar, caminar y correr, rebotar y golpear, etcétera.

La actividad psicomotriz utiliza diferentes métodos, entre ellos se encuentran los métodos verbales, que activan la motivación, estimulan al niño y contribuyen a la comprensión e independencia de sus acciones.

En este sentido el educador ha de proponer las tareas a los niños en función del conocimiento que poseen del cuerpo, del espacio y del tiempo. Plantearles éstas con aumento progresivo de las dificultades, estimular situaciones nuevas, favorecer el descubrimiento y la variación de los movimientos en relación con lo propuesto. Ejemplos: "¿Cómo pueden pasar de una piedra a otra del río? (caminando, saltando); ¿cómo se puede hacer rodar la pelota más lento o más rápido? (dándole golpes, empujándola); ¿con qué partes del cuerpo es posible golpear la pelota? (con la mano, con el pie, con la cabeza), ¿cómo pasar por una escalera? (colocándola horizontalmente a una pequeña altura, caminando entre peldaños, caminando por los bordes, en cuadrupedia). En tales ejemplos el educador crea situaciones y los niños ofrecen variadas respuestas motrices, todo ello mediante un lenguaje sencillo y adecuado, sin tecnicismos, haciendo referencia al cuerpo, el espacio y el tiempo.

Entre los métodos sensoperceptuales, el auditivo contribuye a motivar a los niños, desarrolla el oído, la percepción del tiempo y el ritmo en el movimiento corporal, por ejemplo: sugerir un movimiento o cambiar su ritmo de ejecución por medio de una rima, una canción o un instrumento sonoro.

El método visual, por ejemplo: la demostración. Se utiliza para dar atención a las diferencias individuales como última opción o nivel de ayuda y si es posible, a través de la observación de otro niño. Su función es que el niño pueda realizar la acción psicomotriz por la imitación de los movimientos que observa.

Los métodos prácticos son aplicados durante la actividad psicomotriz básicamente a través de la ejercitación y el juego. Este último contribuye al desarrollo de capacidades físicas, a formar cualidades de la personalidad, regula la conducta, eleva el estado emocional y la intensidad del trabajo físico.

El educador ha de enseñar a respirar a los niños. Los movimientos de inspiración y de espiración contribuyen a estabilizar el ritmo respiratorio, favoreciendo la capacidad de trabajo. Para ello se ha de indicar, o demostrar si es necesario (que sea perceptible por los niños) cuándo inspirar y cuándo espirar, que aunque

ejercitados en el año de vida anterior, es una acción que ha de consolidarse en el actual.

La actividad psicomotriz en la edad preescolar esta en función de la variedad de los movimientos, en el enriquecimiento de su experiencia motriz, y no en la calidad puramente técnica de estos movimientos, aunque el educador ha de brindar atención a las diferencias individuales en aquellos casos en que la integridad física y la salud de los niños lo requiera. En este sentido, por ejemplo, al realizar un salto de profundidad, se ha de lograr la semiflexión de las piernas en la caída para proteger las estructuras y funciones de los huesos, músculos y articulaciones y, por tanto, de la postura y la salud. Esto se logra mediante llamadas de atención, la motivación ("hacer como un muelle") la rectificación en el propio cuerpo del niño con las manos del educador, hasta la demostración si es necesario; pero fundamentalmente, mediante la posibilidad de ejercitar.

En los niños del cuarto año de vida las actividades psicomotrices que se realizan incluyen ejercicios activos, tales como los desplazamientos, las acciones para el desarrollo físico general, las acciones para la formación de habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

DESPLAZAMIENTOS

Estas tareas psicomotrices están dirigidas a organizar a los niños para lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, el espacio y los medios de enseñanza, en cualquier momento de la actividad. Por lo general se realizan con todo el grupo. Para los desplazamientos se utiliza todo el espacio disponible, evitando la manipulación innecesaria de los niños y velando por la postura correcta.

Los desplazamientos se realizan acompañados de un ritmo, canción o rima, que sirven para motivar a los niños y como punto de referencia para desplazarse de una u otra forma. Con ello se logra una disposición general para la actividad desde el punto de vista psíquico y físico, de manera que se incorporen a ésta con alegría. El educador no necesita moverse frente al grupo o junto a él, es suficiente con que se coloque en lugares de la clase que le permitan observarlos y orientarlos.

Al desplazarse se pueden llevar objetos en las manos, en la cabeza, en los hombros, moverlos, cambiarlos de mano. Así, un pañuelo puede ir en la cabeza, luego en los hombros, colgado en el antebrazo, ser agitado, etcétera.

Los niños pueden caminar, correr y saltar. Además de hacerlo en forma dispersa, lo pueden realizar en círculo, en hilera, en filas, en parejas; hacia el frente, hacia atrás y hacia los lados.

Los desplazamientos pueden incluir muchas acciones, tales como saludarse entre sí, perseguirse, tocarse, etc. También se pueden utilizar puntos de referencia: detrás, delante, alrededor, dentro, fuera, arriba y abajo, que sirven a su vez para ejercitar las relaciones espaciales. Estos puntos de referencia se han de indicar con marcas, juguetes, árboles, los propios niños, cuerdas largas, aros y otros objetos. De acuerdo con el desarrollo alcanzado por los niños, los puntos de referencia usados inicialmente se van sustituyendo por la indicación verbal.

El educador puede combinar armónicamente varios de los contenidos previstos en los desplazamientos para cada actividad. Esto es muy evidente en las actividades modulares en que por lo general se combinan varios tipos de movimientos.

TAREAS PSICOMOTRICES PARA EL DESARROLLO FÍSICO GENERAL

Las mismas están dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo y al desarrollo de la coordinación y la flexibilidad. Se pueden realizar en el lugar o con desplazamientos, en formaciones o dispersos, con o sin objetos, y desde diferentes posiciones iniciales, que varían en dependencia del desarrollo de los niños y de las condiciones del área. Por lo general se realizan con todo el grupo completo.

Las tareas psicomotrices para el desarrollo físico general abarcan los movimientos de cabeza, brazos, tronco, piernas y sus combinaciones, los que contribuyen al desarrollo de la coordinación, por lo que ha de procurarse que realicen los movimientos con amplitud.

La cantidad de tareas psicomotrices a hacer por los niños dependerá de las combinaciones que se ejecuten y considerando las posibilidades de su desarrollo morfofuncional y psicológico.

Las tareas psicomotrices se orientarán mediante indicaciones verbales (arriba, abajo, al frente, atrás y otras), instrumentos de percusión, imágenes (medios de transporte, animales, objetos mecánicos y otros), un paseo imaginario, rimas, canciones conocidas o creadas por el educador. Este seleccionará y combinará estas formas de dirección para contribuir al conocimiento de las diferentes partes del cuerpo, a la orientación espacial y a la participación cada vez más independiente de los niños.

En estas actividades se pueden emplear diversos objetos: cintas, aros, flores, globos, cubos plásticos, hojas de árboles y otros.

ACCIONES PARA LA FORMACIÓN DE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES GENERALES

Estas tareas psicomotrices están encaminadas al desarrollo de las habilidades generales, las capacidades coordinativas y la flexibilidad, y contribuyen a sentar bases para la sana formación de determinadas cualidades de la personalidad, como la acción voluntaria, la perseverancia, el valor, entre otras.

Las acciones psicomotrices generales en este año de vida son caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, golpear, caminar en cuadrupedia, reptar, escalar, trepar y sus combinaciones. Se han de repetir más o menos atendiendo a sus características y grado de dificultad.

Por lo general en una actividad pedagógica se realizan de tres a cinco acciones motrices, separadas o combinadas, pero también se puede ejecutar varias acciones de una misma habilidad; aunque siempre procurando alcanzar un balance en el trabajo de los diferentes planos musculares. En su realización pueden utilizarse distintas formas de trabajo, tal como crear varios grupos pequeños o hacerlo con todo el grupo de niños.

Durante la ejecución de estas tareas el educador ha de tratar de mantener la motivación, pues ello colabora a la mejor realización de esta actividad. Al proponer a los niños la realización de una tarea ha de hacer referencia a sus cuerpos, al espacio y el tiempo, así por ejemplo, cuando escalan o trepan les ha de decir que han de llegar a lo alto, hasta el final; cuando saltan, reptan o hacen cuadrupedias se les ha de estimular para hacerlo hacia delante, hacia detrás, por encima de objetos, más rápido o más lento, además de otras formas que se puedan crear o surjan para que los niños realicen y disfruten plenamente de la actividad.

Es importante que la práctica de estas tareas combine varias habilidades siempre que sea posible, pues elevan a planos superiores el desarrollo de las mismas y por ende de las capacidades coordinativas, además de ser más estimulantes y variadas para los niños. Es por eso que los módulos de actividades siguen constituyendo una forma principal de realización de las tareas psicomotrices.

El educador ha de aplicar procedimientos metodológicos que resulten efectivos para formar y consolidar estas habilidades psicomotrices generales, con referencia a las mismas se sugiere lo siguiente:

Caminar

En todas las tareas para el desarrollo del caminar se ha de velar porque los niños tengan una postura correcta. Para ello se insistirá en que mantengan el tronco y la cabeza erguidos cuando se ejecuten por tablas o bancos, líneas o cuerdas,

pasando obstáculos y vigas. Estos ejercicios contribuyen al desarrollo del equilibrio, la coordinación y orientación espacial. También cuando se hacen en combinaciones, se desarrolla la adaptación y cambios, y la diferenciación.

Los niños pueden caminar sobre un banco o una tabla inclinada y pueden hacerlo con o sin objetos en las manos o en la cabeza. El caminar puede realizarse hacia el frente, dar pasos laterales con giros, cuclillas, sobrepasando pequeños objetos. En este cuarto año de vida las tablas han de tener un ancho aproximado de 20-30 cms., y su inclinación podrá alcanzar una altura de 40 a 50 cms., en dependencia del desarrollo logrado por los niños.

El caminar sobre líneas puede hacerse sobre rectas, onduladas y curvas, y de igual forma podrían colocarse cuerdas.

El caminar sobre una tabla o un banco puede ejecutarse con dos niños a la vez, uno frente al otro, los cuales pueden cruzarse en el centro del banco o girar y regresar. También se les pueden proponer distintos movimientos, tales como "¿Cómo caminar por el banco apoyando un solo pie?, ¿apoyando un pie y una mano?, ¿con los glúteos?". Estos elementos se pueden combinar. En todo caso la altura del banco o de la tabla será desde 25 hasta 30 cms.

Cuando se camina pasando obstáculos a una altura, se emplean vallas, latas pequeñas, cuerdas atadas a sillas, bastones apoyados a una altura, entre otros. La altura de los obstáculos ha de comenzar en 15 cms. y llegar a un máximo aproximado de 30 cms. Estos obstáculos pueden estar alineados a una misma altura, aumentarla o variarla de uno a otro dentro de los límites de las posibilidades de los niños.

Para caminar sobre la escalera colocada en el suelo, se puede pasar entre los peldaños y además, sobre los bordes. También en aquellos centros infantiles que posean en sus áreas exteriores pequeños troncos fijos, muros, etcétera, pueden usarlos como elementos para caminar sobre ellos.

Caminar sobre una viga se hará al frente, con pasos laterales, con pasos hacia atrás. La viga tendrá un ancho aproximado de 10 cms. Se comienza colocándola en el suelo, y se va aumentando su altura poco a poco hasta llegar a los 20 cms.

Correr

El educador ha de velar porque la carrera se realice siempre con la parte anterior de los pies, para lo que se puede indicar a los niños que lo hagan "sin hacer ruido".

La carrera contribuye al desarrollo de la coordinación, del ritmo, del equilibrio y la orientación espacial. Cuando se combina con otros movimientos se favorece además la regulación, la adaptación y los cambios, la diferenciación y en

sentido general, la flexibilidad. En este año de vida los niños son capaces de realizar diversas combinaciones de carrera con otras acciones.

Las sendas para la carrera se trazarán con tiza, cuerdas, cintas u otros. Se comenzará con varias sendas onduladas y curvas. Su ancho será de 40 cms. aproximadamente y se ha de ir reduciendo hasta los 30 cms en dependencia del desarrollo alcanzado por los niños. El largo oscila entre 10 y 20 metros.

La carrera a una distancia ha de ser en parejas, tríos y en pequeños grupos, y aumentarse su longitud de manera paulatina. Se comienza con 20 metros y se puede llegar hasta los 30 aproximadamente. Ha de procurarse que la carrera se haga de forma continua y mantener la motivación de los niños durante el recorrido.

Saltar

El salto contribuye al desarrollo de las capacidades coordinativas y la flexibilidad. Éste se ha de realizar cayendo en la parte anterior de los pies, con semiflexión de las piernas y sobre una superficie suave.

El salto con ambas piernas puede ejecutarse al frente, atrás, y hacia los laterales, utilizando partes del cuerpo como puntos de referencia: brazo al frente, salto al frente, piernas flexionadas, caer en puntillas. Puede hacerse con diferentes medios, tales como cuerdas, periódicos, pequeños objetos, bastones, cintas, aros, llevando objetos en las manos, entre las piernas, introduciéndose en sacos. Otra variante es dar varios saltos seguidos delimitados por los medios antes mencionados. El salto se hará con apoyo de las manos desde la posición de cuclillas (apoyando las manos al frente y saltar acercando los pies a las manos).

Estos saltos con ambas piernas, se pueden realizar tanto individual como en parejas. Los saltos en parejas se ejecutan coordinando el movimiento entre los participantes, por encima de las extremidades de un niño que permanece acostado o sentado, con piernas unidas o separadas y brazos separados.

Utilizando una cuerda o línea larga se pueden hacer saltos laterales con desplazamientos al frente o detrás, en zigzag, sobre la cuerda o línea. Estos saltos desarrollan la coordinación, la regulación de los movimientos y la flexibilidad.

El salto de profundidad puede realizarse individual, en parejas o en pequeños grupos y se efectúa de frente, de espalda y de lado. La altura oscila entre 20 y 40 cms. Al saltar a una profundidad con las dos piernas, se pueden representar animales, objetos; y también se puede hacer desde diferentes lugares (muros, bancos, obstáculos, altura, etcétera).

En el salto hacia una altura, se emplean colchones y muros entre otros, pudiéndose apoyar o no las manos. La altura oscila entre 10 y 15 cms. A través de

estos saltos también se desarrolla la coordinación motriz, el equilibrio, la regulación y la flexibilidad.

Saltar obstáculos a una altura se realiza hacia diferentes direcciones: al frente, hacia atrás y hacia los laterales. La altura será de 20 cms. aproximadamente, pudiendo aumentar hasta 25. Esta tarea motriz se lleva a cabo con o sin carrera de impulso, y combinado con la carrera contribuye a la adaptación y cambios motrices y a la diferenciación de movimientos.

Lanzar

El lanzamiento desarrolla fundamentalmente la coordinación, la orientación en el espacio, la regulación del movimiento, la diferenciación y la flexibilidad. Los niños en el cuarto año de vida han de lanzar bien, pues esto constituye un logro del desarrollo en la edad.

El lanzamiento con una mano, de manera alterna, y con dos manos puede realizarse de diversas formas: por encima de la cabeza, del hombro, desde el pecho, por abajo. El niño es capaz de lanzar hacia distintas direcciones: arriba, al frente, hacia detrás, pudiendo combinarse formas y direcciones. Un niño puede lanzarle a otro, a un cesto, a un objetivo a diferentes alturas: hacia el suelo, a la altura de la vista y más alto; así como atrapar con las dos manos.

Ha de procurarse que al lanzar con una mano, siempre se repita el movimiento con la otra.

El rebote y atrape puede ser individual y en grupo, hacia el suelo, hacia la pared. Este tipo de acción psicomotriz puede combinarse con cualquier otra forma de lanzamiento.

Rodar

El rodar contribuye a la coordinación motriz, a la regulación de los movimientos, a la diferenciación y a la orientación espacial. Rodar objetos puede realizarse de forma individual, en parejas o pequeños grupos, y desde variadas posiciones: sentados, con flexión del tronco; hacia distintas direcciones: al frente, atrás, a un lateral, entre las piernas, alrededor y por diversas partes del cuerpo: cabeza, mano, rodillas.

Para rodar por diferentes planos se utilizan tablas inclinadas, bancos, muros, declives del terreno y otros. Se ruedan objetos colocados a distancia, y el objeto que rueda puede atraparse con las dos manos, ser detenido con el pie o con otro objeto (bastón, bolo, raqueta, etcétera).

Golpear

Al igual que los otros movimientos el golpear ayuda a la coordinación motriz, la regulación del movimiento, la orientación en el espacio y la diferenciación. El golpeo de la pelota se hace individualmente, en parejas, en pequeños grupos, y hacia un objeto. Cuando se realice con el pie, el golpe debe efectuarse con el borde interior de éste. Se pueden utilizar complementos auxiliares como: raquetas, bolos, bastones, palos y otros.

Para los ejercicios de lanzar, rodar y golpear podrán usarse bolsas rellenas, pelotas industriales, artesanales, cestos, aros, dianas, cuerdas, redes, cilindros, bastones, discos de cartón, objetos sonoros, pañuelos, cintas, bolos, raquetas y otros creados por el educador.

Cuadrupedia

La cuadrupedia en este año de vida se realizará en cuatro puntos de apoyo (pies y manos). En la ejecución de este movimiento se ha de velar porque la superficie de apoyo (tanto el suelo como los objetos que se empleen) no dañen la piel de los niños. Esta forma de movimiento desarrolla la coordinación, la orientación espacial y el equilibrio.

La cuadrupedia por el suelo en diferentes direcciones, puede ejecutarse bordeando obstáculos dispersos o alineados; y por sendas trazadas en líneas rectas, curvas, en zigzag, describiendo caminos. El desplazamiento puede ser al frente, hacia detrás, lateralmente, o girando.

Los planos que se utilicen para la cuadrupedia pueden ser tablas planas en el suelo, o inclinadas, en las que los niños pueden bajar deslizándose, o subir también a una altura o banco, sobre escaleras colocadas en el suelo e inclinadas. La altura de la tabla, el banco y la escalera inclinados van desde los 30 cms. hasta los 40 cms. y su ancho de 20 a 30 cms.

La cuadrupedia puede ejecutarse combinada con otros elementos, llevando objetos en la espalda, empujándolos con las manos, la cabeza, y pasando cuerdas. En las combinaciones se puede incluir la acción en parejas: pasar entre las piernas separadas; sentado, pasar por arriba de las piernas y acostado atrás, con piernas y brazos separados, etc.

Reptar

Al reptar es necesario que se alterne el movimiento de brazos y piernas para lograr la coordinación. Esta habilidad psicomotriz desarrolla, además, la flexibilidad. Cuando se realice por debajo de obstáculos pueden utilizarse tablas, mesas, escaleras o similares, a pequeñas alturas (25 cms. aproximadamente),

para garantizar que el niño arrastre su cuerpo por el suelo. Es recomendable aumentar la cantidad de obstáculos para incrementar las distancias del desplazamiento durante la reptación.

Ha de velarse porque la superficie por donde se ejecute el movimiento reúna las condiciones necesarias para no dañar la piel de los niños. Esta tarea motriz puede realizarse libremente, hasta un objeto, y por debajo de otro niño, y pueden incluirse diferentes planos. La altura no debe exceder de 40 cms.

Escalar

La ejecución de los escalamientos requiere garantizar la seguridad del niño, pues es una habilidad psicomotriz que requiere destreza y valor. El educador trabajará para que el niño alterne el movimiento de brazos y piernas, tanto al subir como al bajar del implemento.

Trepar

Para trepar de forma horizontal se puede utilizar el cajón y banco suecos, barriles u otros elementos creados por el educador. La altura ha de oscilar entre 40 y 50 cms.

Las cuerdas que se usen para trepar en un plano vertical, han de tener nudos a 20 cms. de separación y estarán tensas, y del primer nudo al suelo ha de haber una altura aproximada de 15-20 cms. La altura máxima de la cuerda será de 2 metros.

Los juegos de movimiento ejercitan las acciones psicomotrices aprendidas y contribuyen a formar rasgos positivos de la personalidad. La repetición del juego dependerá de su dinamismo, de la carga física a que es sometido el niño y de su contenido.

Los juegos habituales pueden tener variantes modificando las posiciones iniciales, las formaciones, los modos de ejecutar la acción, la utilización de los medios de enseñanza, la distribución de los roles principales, y las reglas del juego. Lógicamente este tipo de variación se ha de realizar de acuerdo con la organización del juego que se va a desarrollar. Por ejemplo, en el juego "Pasar la pelota", que en el juego original se pasa la pelota por arriba de la cabeza desde el principio de la formación hasta el último niño estando estos de pie, se puede modificar la posición, unas veces sentados los niños, otras en cuclillas, etcétera mientras el objetivo principal de la actividad psicomotriz sigue siendo el mismo: trasladar la pelota por encima de la cabeza.

Pero también puede cambiarse la formación, en hileras del juego original por filas

u otra variante y mantener en cada una de ellas el objetivo de pasar la pelota.

Para variar la forma de ejecutar la acción en el ejemplo citado, se puede pasar la pelota por dentro de las piernas (en hileras), por el lateral (en círculo), etcétera. En la forma dispersa, los niños se pasan la pelota de frente, uno a otro indistintamente (parados o en movimiento).

Otra variante se logra cuando se introducen algunos cambios en las reglas del juego; por ejemplo: el juego "¿Quién llega primero?" plantea en su forma original correr hasta una silla, bordearla y regresar al grupo. La regla se varía cuando al llegar a la silla los niños se sientan y regresan corriendo. Otra alternativa puede ser llegar a la silla, subir y bajar de ella y regresar corriendo. En el juego se mantiene siempre la acción principal: la carrera.

Al finalizar las actividades psicomotrices se realiza la recuperación para lograr el equilibrio de las diferentes funciones de organismo y que se expresan de variada forma: pulsaciones cardíacas, frecuencia respiratoria, movimientos reflejos, entre otros, para evitar la aparición de síntomas de fatiga, cansancio, excitación y otros que pudieran presentarse.

La recuperación incluye acciones respiratorias y ejercicios de relajación. Entre las respiratorias se encuentran el caminar suavemente, elevar los brazos hasta los lados, inspirar el aire por la nariz, ampliando la capacidad pulmonar hacia el abdomen, y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Estas acciones se ejecutan utilizando diferentes formas de motivación: "oler la flor", "soplar el globo", "inflar la pelota", "soplar la plumita", así como otras que el educador sea capaz de crear.

Los ejercicios de relajación se combinan con el caminar lento y la respiración. Durante su ejecución se flexiona el tronco, acompañado de un suave balanceo de los brazos para relajar los músculos de las extremidades superiores. En este caso, se motiva a los niños diciéndoles "tiemblan los brazos", "caminamos como el elefante", entre otras.

La relajación de los músculos de las piernas se realiza de igual forma que los brazos: movimientos suaves de las piernas, indicando "tiemblan las piernas", así como sentarse y pasarse las manos hacia arriba en la parte de atrás de las piernas y sobre los muslos.

Esta recuperación puede finalizar con la relajación de todo el cuerpo, la caída suave hasta quedar acostado de espaldas al suelo, en esa posición se ha de respirar profundo de nuevo (inspiración - espiración) y relajación de brazos y piernas, así como pasar las manos suavemente por el abdomen de abajo hacia arriba, y colocar una mano sobre el área del corazón para sentir sus latidos, entre otros.

Durante la recuperación, el educador ha de bajar el tono de voz, que al mismo

tiempo ha de tornarse cada vez más suave en la medida que se introducen estos ejercicios. Por ejemplo: "caminemos como el muñeco de trapo y acostémonos lentamente", "nos derretimos como el helado", etcétera.

El tiempo de esta parte dependerá de las necesidades de los niños, las que serán valoradas por el educador mediante la observación de sus reacciones externas (sudoración, alteración de los movimientos respiratorios, entre otras).

Los ejercicios de relajación y respiración no sólo se concretan al final de la actividad psicomotriz, sino que pueden realizarse en otros momentos que se requiera, por ejemplo después de dar saltitos, trotes y otros. Estos se seleccionarán teniendo en cuenta las características del movimiento y el nivel funcional del organismo del niño.

En la realización de las actividades psicomotrices, particularmente en las modulares, el educador ha de tomar en consideración procedimientos metodológicos que garantizan la mejor planificación y dosificación de estos módulos, que por lo general tienen una estructura que sigue el siguiente modelo:

- Una parte inicial, que comprende aquellas acciones o tareas que permiten organizar al grupo de niños para la realización de la actividad, tales como marchas y caminatas, formaciones en círculos, en hileras, en filas, y otros desplazamientos.
- Una parte central, que se inicia con la realización de las tareas para el desarrollo físico general (dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo), luego las que corresponden a la formación y consolidación de las habilidades psicomotrices generales (correr, saltar, lanzar, trepar, etc.), y que concluye con un juego de movimiento que busca reforzar lúdicamente lo realizado previamente.
- Una parte final, que busca regular el organismo del niño después del esfuerzo realizado, aquí se ubican las tareas de respiración y los ejercicios de recuperación, fundamentalmente basados en caminatas lentas y acciones de relajamiento.

En este esquema el educador puede incluir otras acciones que guarden una relación con lo que se pretende lograr en el módulo, como pueden ser acciones para el conocimiento del esquema corporal, poniendo a los niños a realizar estas tareas frente a un espejo y nombrar las partes del cuerpo que intervienen, o activar relaciones espaciales, entre otras posibles.

Al organizar los módulos el educador dosifica las tareas psicomotrices principales, y selecciona las habilidades en dependencia del desarrollo psicomotor alcanzado por los niños y las características de los movimientos, pudiendo combinar ejercicios de diferentes habilidades, aunque una misma habilidad psicomotriz general puede realizarse de diversas formas en una misma actividad.

A su vez ha de programar las tareas comenzando por las más sencillas hasta llegar a las más complejas, tomando en cuenta las características del movimiento, altura, distancia, etc.

De igual manera el educador ha de combinar las diferentes habilidades de acuerdo con su intensidad y orden de dosificación. Por ejemplo, los ejercicios como lanzar, atrapar, caminar, trepar y escalar (que requieren mayor concentración de la atención) deben ejercitarse antes de la carrera, los saltos y otros.

También combinar habilidades psicomotrices de manera que una misma actividad no se limite a la activación de un sólo plano muscular, por ejemplo, lanzamiento y carrera, trepar y saltar, y también alternar la posición del niño al ejecutar los ejercicios, como por ejemplo trepar y correr.

En la planificación de la actividad psicomotriz el educador ha de elaborar los objetivos de la actividad a partir de la selección de las tareas psicomotrices principales, en función del niño y de las habilidades que va a desarrollar.

La planificación de la actividad se realiza teniendo en cuenta igualmente un orden de ejecución de las tareas psicomotrices, atendiendo a los requerimientos fisiológicos, recordando que la parte inicial contiene desplazamientos, la central ejercicios para el desarrollo físico general; las habilidades psicomotrices y los juegos de movimiento, y la parte final la recuperación.

La duración de cada actividad modular la determinará el educador en dependencia del desarrollo logrado por los niños al realizar las tareas motrices.

La actividad higiénico-preventiva o gimnasia matutina inicial, que se comenzó en el año de vida anterior, se mantiene en el actual y su función es preparar al organismo del niño para ejecutar las actividades del día.

Su diferencia esencial con la actividad psicomotriz que normalmente se desarrolla en el juego, consiste en que se dirige a realizar acciones profilácticas posturales, para compensar las posiciones inadecuadas que se adoptan durante el sueño nocturno. Esta gimnasia también contribuye a formar hábitos de ejercitación motriz diaria, tan importante para la salud de los niños.

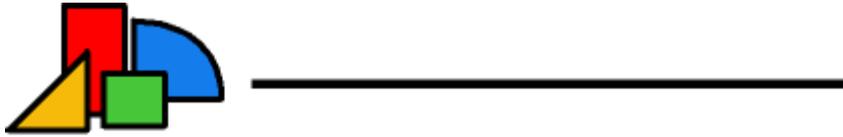
Esta actividad comienza con la acción de caminar, a la vez que se sigue un ritmo y se combinan diferentes formas de desplazamiento. Se incluyen tres o cuatro acciones para el desarrollo físico general, distribuidas para las distintas partes del cuerpo: cabeza, brazos, tronco, piernas, combinaciones de estos y variaciones de cada uno de ellos. Se termina caminando de una forma más moderada que al inicio de la actividad.

La gimnasia matutina se practica en un ambiente lúdico y se motiva a través de

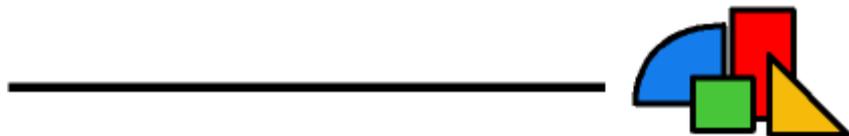
un paseo o recorrido por el área exterior del centro infantil, y no ha de durar más de siete-ocho minutos.

La actividad psicomotriz libre o independiente posibilita que el niño, por su propia voluntad y decisión, seleccione las acciones motrices que desea, para jugar con los otros niños, para ejercitarse, para hacer una actividad por sí mismo. El educador creará diariamente condiciones desde la apertura del centro infantil para el desarrollo de esta actividad motriz independiente, situando materiales al alcance de los niños para que los seleccionen y accionen con ellos.

Entre los materiales a utilizar se encuentran: pelotas, juguetes mecánicos y elementos del área exterior (parque infantil, obstáculos, muros, túneles, bancos, pequeñas elevaciones), caballitos de madera, juegos de bolos o sustitutos, juegos de ensartar aros pequeños, cuerdas atadas a dos sillas, aros, dianas, cestos a diferentes alturas, cilindros, latas, tragabolas, sacos, zancos, discos de cartón u otro material para saltar. El educador puede crear otros medios o incluir otras acciones apropiadas y sugerentes para esta actividad, pero siempre recordando que es el niño el que decide qué hacer, cómo hacer y cuándo hacer.



Actividades para niños en el primer trimestre escolar



CARACTERIZACIÓN GENERAL DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ EN ESTE AÑO DE VIDA

El cuarto año de vida es el inicio de un importante estadio del desarrollo, que se caracteriza por un nivel significativo de realización de las habilidades psicomotrices generales, una noción cabal del esquema corporal, así como la comprensión de relaciones espaciales más complejas, y temporales, particularmente del tiempo presente y pasado.

El curso evolutivo de los logros del desarrollo respecto a la psicomotricidad en este año de vida son:

- ❖ Camina (o corre) solo por escaleras, poniendo un pie por escalón.
- ❖ Dobla por esquinas estrechas, caminando o corriendo, tirando de objetos o empujándolos.
- ❖ Sube escaleras de mano, y a los árboles.
- ❖ Puede pararse, caminar o correr en puntillas de pies.
- ❖ Pedalea bien un triciclo, ejecuta fácilmente virajes difíciles en U.
- ❖ Brinca y se mantiene en un solo pie por un tiempo corto.
- ❖ Agarra objetos del suelo doblándose por la cintura, con las piernas extendidas.
- ❖ Se sienta con las rodillas dobladas.
- ❖ Realiza bien acciones motoras gruesas (lanzar, agarrar, patear, golpear, etc.), incluso batear una pelota mediana.
- ❖ Abre y cierra las manos, tocándose con el pulgar el resto de los dedos uno a uno.
- ❖ Sostiene y utiliza un lápiz con buen control.
- ❖ Dibuja una persona con cabeza, piernas y tronco, con brazos y dedos, reflejando un conocimiento apreciable de la imagen corporal.
- ❖ Se identifica por su nombre, indicando reconocerse como un individuo.

Al iniciar el cuarto año de vida el educador ha de tener en cuenta que muchas de las actividades del año anterior han de continuar siendo realizadas, particularmente las referidas en el tercer trimestre, agregándole un mayor nivel de complejidad, lo cual ha de ser muy significativo en las actividades modulares.

Es por eso que a continuación se plantean algunas de estas actividades, con las implicaciones que un mayor desarrollo de la psicomotricidad tiene implícito.

Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Activar la acción instrumental con relaciones motrices e intelectuales de dificultad creciente.

Metodología

Desde el segundo año de vida se han definido las acciones instrumentales como aquellas en las que un objeto cualquiera se utiliza para ejercer una acción sobre otro (cogerlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, romperlo, etc.). A este nuevo objeto que sirve de medio auxiliar y de intermediario de la acción intelectual se le denomina instrumento.

El uso del instrumento y de las acciones que se realizan con ellos tiene una significación crucial para el desarrollo mental, pues estas acciones para ser resueltas, deben serlo mediante el proceso del pensamiento (porque el instrumento -la varilla, el cucharón, el martillo, la palanca, entre otros- no le enseña directamente al niño como resolverla, sino que éstos tienen que hacer un análisis intelectual para encontrar la solución).

Es por esto que las acciones instrumentales constituyen las acciones más importantes de asimilar por el niño en estas primeras edades, y las que tienen mayor significación para su desarrollo psicomotor.

En el último trimestre del tercer año se le sugirió al educador buscar instrumentos complejos para incorporarlos dentro del sistema de acciones instrumentales o para la práctica pedagógica habitual, particularmente en la actividad libre o independiente, y que debían mantener como premisa dos principios fundamentales:

1. El de la complejización progresiva de los movimientos finos involucrados en la tarea instrumental.
Lo cual significa que cada acción posterior ha de ser de una manipulación motriz más compleja y más difícil de resolver en el plano de los movimientos finos.
2. El de la progresiva complicación de la acción intelectual mediatizada por el instrumento.

Referido a que la relación instrumental también ha de ir siendo cada vez más compleja de resolver en el plano mental en la medida en que una acción sucede a la otra.

Entre tales instrumentos se recomendaban destornilladores y pinzas diversas, para realizar acciones de atornillar, destornillar, apretar, introducir, sacar, entre otras; grúas de juguete, con brazos mecánicos, para mover arena, recoger materiales, empujar cosas, cargar objetos; palancas y sistemas de palancas; juegos y juguetes electrónicos que ejerzan una acción a través de la manipulación de determinados controles externos, como ordenadores viejos, teclados, calculadoras, teléfonos digitales e inalámbricos, audífonos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, etc.

En este trimestre se ha de mantener la búsqueda y el uso de tales instrumentos para la actividad pedagógica psicomotriz y el juego libre del niño, ahora incorporándolos dentro de una actividad lúdica, para que el niño relacione la acción instrumental con los contenidos de las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, y no solamente a la manipulación de tales objetos.

Así una calculadora puede ser utilizada para el juego de las tiendas, los audífonos para que "el papá" escuche música en el juego de la familia, un teléfono para el juego de los constructores, un martillo para jugar a los carpinteros, acciones que se han de conjugar con relaciones de arriba-abajo, delante-detrás, encima-debajo, ayer-hoy, entre otras.

Actividad

- Consolidación de relaciones espaciales directamente perceptibles.

Objetivo

Mantener el reforzamiento de nociones espaciales conocidas y nuevas tomando como referencia el propio cuerpo y sus acciones.

Metodología

- Situar una hoja de papel grande sobre la mesa y darle al niño lápices finos de madera para que haga garabatos, líneas y círculos en todas direcciones.
- Inventar rimas y canciones en las que se hablen de las relaciones arriba-abajo, dentro-fuera, encima-debajo, etc.
- Darle al niño un plano sencillo de la clase en el que sólo aparezcan dibujados los objetos y muebles más destacables, y solicitarle que encuentre el juguete que está escondido en el mueble que se le señala en el plano (este juguete ha sido previamente escondido por el educador).
- Sentar a los niños formando un círculo alrededor del educador y solicitarles que sin mover la cabeza miren hacia arriba, hacia abajo, hacia un lado y hacia el otro. Luego se les puede pedir que muevan los ojos formando círculos hacia un lado y hacia el otro. Esto ha de acompañarse con la verbalización del movimiento "Miro hacia arriba", "Miro hacia abajo", "Miro hacia este lado" (sin plantearle derecha-izquierda), "Miro alrededor", etc.
- Situar a los niños en dos grupos a cada extremo de la clase y dibujar con tiza en el suelo dos círculos iguales, lo suficientemente grandes para albergar cada mitad del grupo. Luego a una señal verbal del educador "Ir al círculo que está delante" los grupos han de correr y entrar al primer círculo. Se les ha de preguntar dónde están "Estoy en el círculo que está delante". Luego han de volver a la posición inicial y a una nueva orden "Ir al círculo que está detrás", los niños han de correr, evadir el primer círculo y entrar al segundo (que está detrás del primero). El educador podrá entonces preguntar a los niños donde están "Estoy en el círculo que estaba detrás".

- Realizar la actividad anterior varias veces, entonces invertir los grupos, poniendo los de un extremo en el extremo que antes ocupaba el otro. Repetir la actividad varias veces de la misma manera. El objetivo que se persigue es que los niños del pequeño grupo se den cuenta que el círculo que antes estaba delante para ellos, ahora es el de atrás, y a la inversa, solo que ahora han cambiado la noción de las relaciones espaciales y entiendan que dependen de donde esté su cuerpo.
- Darle a los niños un plato de cartón y estando de pie solicitarles que primero lo lancen "lejos" con una mano, y luego "cerca" con la otra (la mano preferencial ha de usarse para el lanzamiento lejano). Hacer que los niños verbalicen si lo lanzaron "cerca o lejos" y preguntarles porqué lo creen así.

Actividad

- Realización de movimientos de acondicionamiento de planos musculares específicos.

Objetivo

Ejercitar músculos y planos musculares preparatorios de acciones psicomotrices complejas.

Metodología

El objetivo de esta tarea motriz es activar zonas musculares que posteriormente han de incluirse en las actividades modulares como ejercicios para el desarrollo físico general y que son preparatorios de las habilidades psicomotrices generales.

- Pedir a los niños que se acuesten boca arriba en el suelo con las piernas estiradas, solicitarles entonces que las suban y bajen de manera alterna, luego que lo hagan con sus brazos, también de forma alterna.
- En la misma posición, y con las piernas estiradas, pedirles que traten de tocarse la punta de los pies con sus manos, para lo cual tendrán que ejercer una acción con sus músculos abdominales.
- Manteniéndose boca arriba, hacer que los niños crucen una pierna sobre la otra, alternando cada vez las piernas.
- Poner a los niños en posición de gateo y solicitarles que levanten una pierna extendida lo más alto que puedan, retroceder a su lugar y después hacerlo con la otra, alternando varias veces.
- Sentados en el suelo y con las piernas extendidas hacia delante, orientar a los niños que con la mano izquierda se toquen el pie izquierdo, y a la inversa.
- Situar a los niños frente a una pared y solicitarles que, inclinando el cuerpo hacia delante, se apoyen con ambas manos. Luego pedirles que dejen ir su cuerpo hasta tocar sus manos y cuando lo hagan, empujar con sus brazos sin dejar de apoyar las manos para volver a la posición inicial.
- Situar un palo fuerte entre dos muebles a mayor altura que el promedio de talla de los niños. Formando una fila, ir pasándolos uno a uno para

que agarrándose con las manos del palo, se cuelguen durante unos segundos.

- Darle un plato de cartón a los niños y pedirles que lo lancen lo más lejos posible con un movimiento de las manos, tanto por arriba como por debajo del brazo, luego solicitarles que lo hagan con la otra mano.
- Darle una pequeña bolsa rellena de arena o de semillas a cada niño y, a una señal, que la lancen hacia arriba, para tratar de atraparla antes de que caiga al suelo. El educador ha de procurar que el lanzamiento se realice con la palma de la mano hacia arriba, de abajo hacia arriba desde delante, y no con un giro desde atrás de la cabeza.

Actividad

- Ejercitación de acciones motrices finas más complejas.

Objetivo

Continuar activando las conexiones nerviosas de la musculatura fina del cuerpo.

Metodología

El educador ha de continuar haciendo que los niños realicen tareas en las que se ejerciten y activen las conexiones nerviosas relacionadas con la motricidad fina, para consolidar su percepción propioceptiva y lograr una mayor calidad de estos movimientos finos. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- Buscar objetos que puedan sonar al contacto (una caja de madera o de cartón, un tambor, una pandereta, etc.) y, estando los niños sentados y colocando el objeto sobre la mesa, solicitarles que toquen de manera continua solamente con sus dedos el objeto (tamborilear con los dedos) como si "tocaran un piano" o "escribieran a máquina". Esta tarea psicomotriz ha de acompañarse preferentemente con alguna música, que puede marcar diferentes ritmos para lentificar o acelerar el movimiento de los dedos.
- Estando en la misma posición, situar frente a cada niño una vasija ancha que contenga agua, y otra mas estrecha vacía, entonces proporcionarles un gotero para que con el mismo cojan agua de la vasija y la depositen en el frasco vacío.
- Darles hojas de papel para que los niños las doblen en dos. Tras haber realizado esta doblez, solicitarles que la vuelvan a doblar, y así hasta que el grosor del papel lo permita. Abrir la hoja de papel ahora cuadriculada y con un lápiz marcar todas las líneas del papel. Rellenar con lápiz grueso de cera de colores algunos de las cuadrículas que se han formado por los dobleces.
- Entregarle a los niños hojas en las que esté plasmada alguna imagen de objetos o de paisajes, y pedirles que la doblen en dos, y luego hacer dos dobleces más, con lo que la hoja ha de quedar marcada en ocho cuadrículas. Pedirles entonces que rasguen las hojas por las marcas dejadas por los dobleces, y una vez que se tengan las ocho piezas, armarlas de nuevo para recomponer la imagen inicial.

- Dar a los niños un alambre fino y maleable, preferentemente de cobre que es dúctil, para modelen el contorno de diferentes figuras, como puede ser una mano, un martillo, una pelota, entre otros muchos. El educador podrá hacer previamente una figura para enseñar a los niños las propiedades del alambre y los movimientos finos que se deben hacer.

Actividad

- Ejercitación de las nociones de la imagen corporal y de las potencialidades psicomotrices del cuerpo.

Objetivo

Continuar reforzando el conocimiento del niño de su esquema corporal.

Metodología

La noción del esquema corporal requiere de la realización de acciones encaminadas a su asimilación, pues esto es una construcción que el niño hace de manera progresiva. Al respecto en los trimestres anteriores se han venido haciendo actividades que han de continuar realizándose en este, añadiéndoles por supuesto, nuevas acciones.

- El educador ha de dispersar sillas por la clase y poniendo una música alerta a los niños a que se muevan por el lugar sin tocar a nadie y sin tocar las sillas mientras dure la música. Cuando la música cese, han de tocar una silla con dos partes de su cuerpo, y a solicitud del educador decir qué partes del cuerpo son. Luego repetir varias veces la actividad pero advirtiéndoles que cada vez hay que tocar las sillas con dos partes distintas del cuerpo que no sean las mismas de antes.
- Darle a cada niño un globo inflado y pedirle que camine por la clase sosteniéndolo entre sus manos. A una señal los niños han de sujetar el globo con cualquier otra parte de su cuerpo (bajo el brazo, entre las piernas, debajo de la barbilla, etc.) y caminar por toda la clase en esa posición, repitiendo cuando se le solicite, con qué parte del cuerpo lo están sosteniendo.
- El educador hará un círculo con los niños a su alrededor y les dirá que cuando nombre una parte del cuerpo (brazo, cabeza, cadera, espalda, etc.) ellos deberán hacer un movimiento libre con esa parte del cuerpo que nombre. Luego podrá hacer un cambio del rol y situar a un niño para que dirija la actividad (y así sucesivamente con los demás niños).
- Jugar al juego de "Simón dice..." Para ello se ha de poner una música de fondo y situando a un niño como guía, éste ha de decir al grupo "Simón dice que te toques los dedos de los pies" para que todos sus compañeros hagan esta acción, y sucesivamente ir sugiriendo otras

acciones y partes del cuerpo. El educador ha de procurar rotar a varios niños en el rol de conductor del juego.

Las actividades modulares del cuarto año de vida presentan una diferencia significativa en su realización con respecto a las del tercer año, y que consiste en que las tareas motrices para la formación, desarrollo y consolidación de las habilidades psicomotrices generales, para las cuales se organizaban tres pequeños grupos a partir de la totalidad del número de niños del grupo, y donde cada uno de estos realizaba una tarea específica y luego rotaba por las siguientes, ahora, manteniendo la misma división en tres conjuntos, los niños realizan las tareas una a continuación de la otra, para al terminar la tercera volver a comenzar por la primera, el número de repeticiones que el educador considere necesario.

Esto se debe a que el niño de esta edad requiere de una mayor complejidad en la realización de sus acciones, pues al estar inmerso en la crisis del desarrollo, demanda de cambios y de retos psicomotrices acorde con sus potencialidades físicas e intelectuales más desarrolladas. De no hacerse así, el niño puede fácilmente volverse difícil de manejar y controlar, y las actividades desorganizarse, por no cumplir sus expectativas y requerimientos ahora mucho mayores.

Lo anterior obliga al educador a concebir de manera lógica y apropiada los módulos, insertando las acciones psicomotrices en un continuo en el que una actividad conduce de forma natural a la siguiente, sin cortes abruptos entre una y otra.

El educador no tiene que esperar a que cada niño termine el recorrido para que el niño siguiente empiece, esto haría muy larga la actividad, sino que en la medida en que el primero va avanzando, el siguiente inicia el circuito, de modo tal que tres niños estén a la vez en una fase del trayecto.

Las actividades modulares que se sugieren a continuación siguen estos criterios, y constituyen una base en la cual el educador ha de integrar alguna que otra tarea que haga más complicada su realización, para lo cual ha de tomar de aquellas específicas que mejor se avengan a los objetivos de la actual.

De igual manera los juegos de movimiento, que cierran la parte central de la actividad modular, han de ser igualmente más complejos y comenzar a introducir poco a poco el elemento competitivo, lo cual estaba prácticamente ausente en los trimestres anteriores, esto también obedece a las particularidades del desarrollo en este periodo.

Actividad

- Estimulación de la cuadrupedia, la carrera y el salto.

Objetivo

Activar la coordinación motriz de los planos musculares de las piernas y brazos.

Metodología

Esta actividad modular es semejante a la del trimestre anterior, que ahora ha de modificarse y hacerse más compleja. Esto parte del criterio de no romper abruptamente la secuencia de lo que el niño ya conocía y está grabado en su memoria motriz, para ir haciendo un cambio paulatino a las nuevas formas de realización de la actividad.

Este módulo comprende seis tareas psicomotrices:

- Realizar una caminata libre lenta, dispersando a los niños por toda la clase, para que a una señal se vayan situando detrás del educador que se desplaza para formar un círculo. A otra señal continuarán caminando en puntillas, luego sobre los talones, y finalmente sobre los bordes externos de los pies, alternado estos movimientos durante dos minutos.
- Estando los niños acostados boca arriba, ponerle a cada uno una bolsita llena de arena o de semillas sobre ambos tobillos, luego se les pedirá que eleven las piernas rectas, procurando mantener el equilibrio y que no se caigan las bolsas. Hacer esto cuatro o cinco veces.
- Estando los niños de pie, con las manos en la cintura y las piernas extendidas, elevarse en la punta de los pies, regresar a la posición inicial y entonces hacer cuclillas para volver de nuevo a la primera posición. Realizar estos movimientos de manera rítmica, sin detenerse. Repetir cuatro o cinco veces.
- A partir de la formación de tres grupos como es habitual, el educador dibujará con tiza tres o cuatro marcas en el suelo que impliquen un cambio de dirección en zigzag, a continuación de la última marca hará una senda estrecha de unos 30-40 cms. de ancho y 8-10 metros de largo y al final de la senda una raya transversal a la misma. Situará a los niños en fila y los estimulará a que vayan de marca en marca en cuadrupedia de cuatro puntos de apoyo, de ahí sin detenerse que corran a todo lo largo de la senda, y al llegar a la raya atravesada dar

un salto de profundidad con ambos pies juntos, pudiendo ir haciendo señales en cada lugar que los niños caigan, para ver quien salta más. Hacer este recorrido tres o cuatro veces.

- Hacer el juego "Las ranas nadan en el estanque". Para esto el educador dibujará con tizas varias circunferencias en el suelo, o colocará varios aros grandes dispersos por la clase o el área de actividad. Concentrará a los niños en un lugar distante de los aros, y al sonido de una campanilla, los estimulará a que dando "saltos de rana" (agachados, manos hacia delante, bote con ambas piernas a la vez) se dirijan a los estanques (los aros o circunferencias) para ir a nadar. Repetir esta acción psicomotriz dos o tres veces.
- Terminar con una caminata de recuperación, deteniéndose cada tres o cuatro pasos para subir y bajar los brazos aspirando y espirando el aire ("oliendo el perfume" y "soplado las velas") durante dos minutos.

Actividad

- Fortalecimiento del equilibrio, el lanzamiento y correr con un objeto.

Objetivo

Propiciar la agilidad y la coordinación motriz de planos musculares diversos.

Metodología

Este módulo también es similar al del trimestre anterior, aunque con modificaciones. El mismo cuenta con seis tareas psicomotrices:

- Hacer una caminata dispersa por la clase o el área de actividades, rodeando al educador, y a una señal de éste los niños se estirarán con los brazos arriba y poniéndose de puntillas para hacer “como los gigantes”, y después de dar cinco o seis pasos, caminar agachándose “como los enanitos”. Hacer estas acciones alternando durante dos minutos.
- Haciendo un semicírculo frente al educador los niños se pondrán las manos en la cintura y a una señal comenzarán a dar saltitos al frente durante un minuto, luego se detendrán y realizarán cucullas durante otro minuto.
- En la misma posición anterior, los niños extenderán sus brazos al frente, y comenzarán a moverlos cruzando uno por debajo de otro, procurando que una vez el brazo derecho vaya por arriba y a la otra por debajo, para realizar esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador construirá para la actividad un camino de tablas, la primera inclinada hacia arriba, a continuación otra horizontal apoyada en dos puntos y termina con una tercera tabla que desciende, como haciendo un puente con rampas. Luego colocará en el centro de la clase una cesta con pelotas que quepan en la mano de los niños. Situará a los niños en hilera y los estimulará a que caminen todo el trayecto de tablas con las manos extendidas a los lados y que al terminar, cojan una pelota de la cesta y la lancen hacia una dirección fijada por él, alternando con ambas manos. Luego cada niño cogerá otra pelota de la cesta y correrá con la misma disperso por el lugar, y al pasar otra vez cerca de la cesta la dejará caer sin detener su carrera.

- El juego de movimiento será “A llenar la cesta de pelotas” y consistirá en que el educador situará una caja ancha o cesta a tres metros de distancia de una raya que ha pintado previamente en el suelo. Situará a los niños en dos grupos formando hilera detrás de la línea trazada. El educador se ubicará entre ambas filas con varias pelotas en sus manos, a una señal dará una al primer niño de cada fila, que saldrán corriendo para depositar la pelota en la cesta. Al regresar este ha de tocar al niño que ahora está al frente de la fila y se va a situar al final. El educador dará de nuevo una pelota a cada niño que salga, y así sucesivamente hasta que el último de la hilera mete su pelota en la cesta. Ganan aquellos que más rápido puedan meter las pelotas en la cesta. Hacer este juego varias veces mientras dure la motivación.

- Esta actividad concluye con una marcha simple de recuperación, caminando lentamente detrás del educador que acompaña el ritmo golpeando una pandereta o cantando una canción alusiva a las pelotas, luego irán deteniéndose hasta sentarse tranquilamente en el suelo.

Actividad

- Estimular el equilibrio, la reptación y trepar.

Objetivo

Desarrollar la estabilidad y la coordinación de movimientos que involucren manos y piernas.

Metodología

El siguiente módulo consta de seis actividades, y es una modificación de uno anterior realizado en el trimestre anterior.

- Hacer una caminata inicial en la que los niños levanten lo más que puedan sus piernas al dar el paso, como los soldados en las paradas militares, sin correr ni agitarse, tan sólo extendiendo las piernas lo más posible.
- Estando los niños de pie frente al educador, éste les orienta poner sus manos en la cintura y flexionarse por la misma hacia delante tres o cuatro veces, luego hacerlo hacia atrás un número similar de veces, y finalmente hacia los lados con igual frecuencia. Es importante que el educador oriente a los niños que hagan el movimiento con la máxima amplitud posible y poner las piernas extendidas.
- Pedir a los niños que se pongan en posición de gateo en cuatro puntos de apoyo (manos y pies), y de esa posición pedirles que eleven un brazo atrás, y luego el otro, alternando estos movimientos cuatro o cinco veces. A continuación solicitarles que cuando pongan el brazo atrás traten de mirar la mano, para que tengan que realizar una ligera torsión del cuello y tronco.
- Poner una tabla estrecha apoyada en dos soportes a una altura de 20 cms. A continuación ubicar varios obstáculos en fila no mayores de 20 cms. de altura y luego situar longitudinalmente un banco, ahora de 30 cms. de alto. Hacer una fila con los niños y solicitar al primero que camine por todo lo largo de la tabla extendiendo lateralmente los brazos, dar la vuelta y volver al inicio, procurando no saltar al salir de la tabla, luego incitarle a que repte por debajo de los obstáculos, y finalmente hacerle trepar al banco. Repetir cada tarea con cada niño tres o cuatro veces mientras dure la motivación.

- Hacer el juego de movimiento "El zorro y el gallinero": Un niño representa el zorro y en un lado de la clase o del área de actividad se coloca su casita, que puede ser una silla, en otro extremo se ubica el gallinero (que debe ser sobre un muro, un banco o algún otro mueble que permita encaramarse) donde se paren los niños. A la señal del educador los niños bajan del muro y hacen acciones de las aves: corren, picotean, etcétera. Al aparecer el zorro, los niños deben huir y trepar de nuevo al muro. Cuando el niño que hace de zorro atrape una gallina, ésta se convierte en zorro, y así se va aumentando el número de zorros en cada realización.

- Hacer una marcha ligera de recuperación, caminando lentamente a la vez que se elevan los brazos hasta el lateral, inspirando aire por la nariz, y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Activar la cuadrupedia, el equilibrio y rodamiento de objetos.

Objetivo

Fomentar la estabilidad corporal, la postura y la coordinación motriz.

Metodología

Esta actividad modular es propia de este trimestre escolar, y la misma comprende seis tareas psicomotrices:

- Los niños caminando libremente, en fila organizada por el educador, a su señal han de formar un círculo por sí solos, y continuar marchando, hasta que a una nueva señal caminarán en las puntas y los talones de los pies, alternando el movimiento durante dos minutos.
- Estando de pie los niños con los brazos al lado del cuerpo, el educador les indicará elevar los brazos extendidos arriba y al mismo tiempo extensión del cuello mirando las manos, luego han de bajar los brazos, hacer flexión del cuello y mirar hacia el suelo. Repetir tres o cuatro veces.
- Mantenedos de pie con los brazos al lado del cuerpo, realizar movimientos circulares con los brazos, hacia delante y hacia atrás, volver a la posición inicial y luego, descansando en un pie, hacer círculos con el otro. Alternar esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador ha de situar una tabla inclinada sobre un apoyo de 15 a 20 cms. de altura, a su lado una cesta con pelotas medianas al lado de un banco y finalmente una línea pintada en el suelo de cuatro metros de largo, al inicio de la línea hay otra cesta que contiene bolsas de arena o con semillas. Inicia la actividad estimulando al primer niño a que gatee sobre la tabla inclinada, y que al llegar al extremo se siente y se deslice de frente, luego ha de tomar una pelota de la cesta y la rodará con las manos por el banco, alternando con la otra mano al volver al principio del banco, entonces tomará una bolsa de la canasta, se la colocará en la cabeza y caminará todo el trayecto de la línea sin salirse de la misma y sin que se le caiga la bolsa. Al terminar el niño se situará al final de la hilera hasta esperar su turno de nuevo, el educador ha de procurar que repitan esta tarea tres o cuatro veces.

- El juego de movimiento será “El lobo y los conejos” para estimular otra habilidad psicomotriz general. En el mismo, un niño será el lobo y el resto del grupo los conejos. Estos estarán junto al educador haciendo movimientos como los conejos (hacen cuadrupedia, saltan en dos pies, etc.). Opuestos en la clase estarán la cueva de los conejos y la guarida del lobo, donde se esconde el niño que lo representa. A una señal del educador el “lobo” sale de su cubil y persigue a los conejos que corren dispersos a ocultarse en su cueva. Si el lobo atrapa a algún conejo este sale del juego, hasta que el educador decide dar el rol de lobo a cualquiera de los niños que han sido atrapados. Repetir el juego cuatro o cinco veces.

- Realizar una marcha de recuperación, con acciones de inspiración profunda del aire y exhalación marcada, abriendo los brazos lateralmente, durante dos o tres minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, la carrera y el escalamiento.

Objetivo

Desarrollar la destreza, la agilidad y la orientación espacial.

Metodología

Este módulo del cuarto año tiene también seis tareas psicomotrices:

- El educador hará una fila con los niños y les hará caminar en diferentes direcciones, de acuerdo con puntos de referencia previamente dados "Caminamos hacia la puerta", "Volvemos hacia la mesa de trabajo", etc. Luego apuran el paso sin llegar a correr y pasan por el lado de una cesta en la que hay bastones tomando cada niño uno, luego les orienta que el niño que está a mitad de la fila se desplace más rápido y que se sitúe al lado del primer niño, para formar de esta manera, y por los propios niños, dos filas.
- De pie, frente al educador, y sosteniendo el bastón abajo con ambas manos, el educador solicita a los niños que eleven los brazos que sostienen el bastón, por delante y por encima de la cabeza, mirando al bastón. Luego les pide que lo lleven por detrás de los hombros, a repetir por delante y por encima de la cabeza, para volver entonces a la posición inicial. Repetir esto cuatro o cinco veces.
- En la misma posición, con las piernas separadas al ancho de los hombros, y los brazos abajo sosteniendo el bastón, hacer que se doblen por la cintura para tocar con el bastón la punta de los pies sin flexionar las rodillas. Volver a la posición inicial, hacer entonces salto al frente con una sola pierna llevando los brazos extendidos hacia delante, alternando las piernas para repetir estos movimientos tres o cuatro veces.
- El educador situará en el centro de la clase una escalera de varios travesaños acostada en el suelo, a continuación pondrá tres aros medianos en fila a una separación de 50 cms. uno de otro, y finalmente habrá otra escalera abierta también de varios travesaños. Orientará que el primer niño realice cuadrupedia con apoyo de manos y pies sobre la escalera colocada en el suelo, al salir saldrá corriendo para sortear los aros haciendo una línea ondulada y se dirigirá a la escalera

que está parada para escalar en ella cuatro o cinco peldaños. Realizar el circuito tres o cuatro veces con cada niño del grupo.

- El juego de movimiento será "A saltar los charcos" en los que utilizando los mismos aros de la actividad anterior y ubicados en la misma posición, el educador les dice que son "charcos de agua" que hay que saltar para no mojarse, el niño que pise el borde de un aro se mantendrá en el juego, porque lo que se pretende es que el niño haga saltos de profundidad sobre este obstáculo que está en el suelo. El carácter competitivo puede darse formando dos grupos y el que menos toque los aros es el que gana.
- La recuperación se hará mediante una caminata dispersa lenta que será cada vez menos movida, hasta llegar a la posición de sentado en el suelo y de ahí a acostarse de la forma que el niño estime conveniente, quedándose quieto durante un minuto sin hacer movimientos.

Actividad

- Estimulación de la cuadrupedia, el equilibrio y la carrera.

Objetivo

Desarrollar los planos musculares de las extremidades superiores e inferiores, así como la orientación en el espacio.

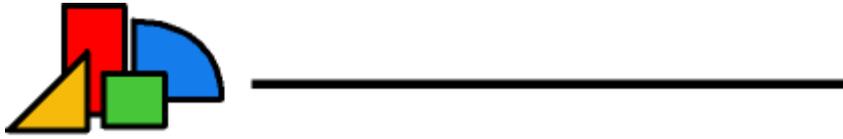
Metodología

Esta actividad modular consta de seis tareas psicomotrices:

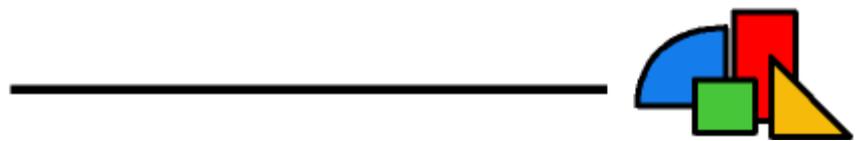
- El educador orientará a los niños para que caminen libremente por el área y a una señal del educador busquen una pareja y continúen marchando cogidos de la mano. A otra señal se separan y luego vuelven a unirse otra vez y así alternando durante un par de minutos.
- Sentados los niños frente al educador, con las piernas cruzadas y las manos sobre las rodillas, harán torsiones del tronco hacia un lado, flexionando los brazos, regresan a la posición inicial y de ahí hacen de nuevo torsión hacia el otro lado, flexionando igualmente los brazos. Repetir esta acción cuatro o cinco veces.
- Puestos de pie, con las manos en la cintura y las piernas extendidas, los niños se han de elevar en punta de pies, volver a la posición inicial, y hacer entonces cuclillas, para repetir toda la tarea cuatro o cinco veces.
- El educador ha de situar una viga o banco gimnástico en un extremo de la clase o del área de actividades, y frente al mismo pondrá tres o cuatro obstáculos de forma que no queden en línea recta pero sí en una misma dirección, luego en el otro extremo tendrá una marca que será "la casita" de los conejos. Entonces hará que el primer niño camine lateralmente, con los brazos extendidos a los lados y la vista al frente, a lo largo de toda la viga, se bajará y correrá en zigzag bordeando los obstáculos, al terminar de sortear el último se pondrá en cuadrupedia con apoyo de manos y pies y se desplazará lo más rápido posible hacia "la casita", para volver de nuevo corriendo hasta la tabla y recomenzar el circuito, repitiendo tres o cuatro veces esta acción psicomotriz.
- El educador orientará el juego de movimiento de "Lanzar hasta las banderitas". Para ello trazará con tiza tres líneas en el suelo a un metro y

medio de distancia entre la primera y la segunda, y a 50 cms. entre la segunda y la tercera. Detrás de esta última línea colocará banderitas de colores con su asta. Los niños, situados detrás de la primera línea, sin pisarla, tomarán de una cesta pelotas o saquitos de arena y a una señal del educador los lanzarán, tratando de tumbar las banderitas. Los niños que más banderitas tumben serán los ganadores, para esto podrá formarse dos o tres equipos que compitan entre sí. Repetir este juego tres o cuatro veces. Si los niños aciertan muy fácilmente por la cercana distancia, ir alejando la tercera línea de 20 en 20 cms. hasta que el educador lo considere prudente.

- Hacer una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños "son helados que se derriten" para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto durante uno o dos minutos.



Actividades para niños en el segundo trimestre escolar



Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Continuar activando acciones instrumentales con relaciones motrices e intelectuales de dificultad creciente.

Metodología

Las acciones instrumentales son aquellas en las que un objeto cualquiera se utiliza para ejercer una acción sobre otro (cogerlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, romperlo, etc.). A este nuevo objeto que sirve de medio auxiliar y de intermediario de la acción intelectual se le denomina instrumento.

Estas acciones tienen una significación crucial para el desarrollo mental, pues son acciones que se resuelven mediante el proceso del pensamiento, por lo que constituyen las acciones más importantes a asimilar por el niño en estas primeras edades y las que tienen mayor significación para su desarrollo psicomotor.

En el anterior trimestre se le sugirió al educador el uso de tales instrumentos en la actividad pedagógica psicomotriz y el juego libre del niño incorporados dentro de una actividad lúdica, para que éste realice la acción instrumental conjuntamente los contenidos de las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, y no solamente manipule dichos objetos.

En el actual ha de mantenerse el mismo enfoque, para consolidar la formación de estas acciones instrumentales, por lo que el educador ha de utilizar los procedimientos metodológicos sugeridos previamente, así como la búsqueda y utilización de aquellos objetos que satisfagan dichos criterios.

Actividad

- Activación de relaciones espaciales.

Objetivo

Continuar el reforzamiento de nociones espaciales a partir del propio cuerpo y sus acciones.

Metodología

- Colocar en una mesa baja dos tipos de objetos pequeños como, por ejemplo, pelotas y cochecitos, separados por una línea pintada con tiza, procurando que a cada lado de la línea haya igualmente cochecitos y pelotas. Situar a los niños de frente a la mesa. El educador entonces les pide que levanten su mano derecha, y luego la izquierda. Después de hacer esto, les solicita que con la mano derecha cojan un objeto del lado derecho de la mesa, y que con la izquierda cojan uno de ese lado, y que los depositen en algún lugar convenido de antemano (una cesta, una caja o similar), la que está delante para las pelotas y la que está detrás para los cochecitos. Tras depositar todos los objetos, distribuirlos para que los niños jueguen con ellos.
- Regar un grupo de aros grandes por el suelo (como los del hulla-hoop) y acompañado con música hacer que los niños se desplacen entre los aros. Luego, a la señal de "Adentro" todos han de meterse en el aro más cercano, y a la señal de "Afuera" volverán a salir y continuar desplazándose con la música. El educador podrá estimular a los niños_a que repitan las palabras adentro-afuera cuando ejecuten la acción indicada.
- Disfrazar a un niño de conejo (o a varios) y a otros de zanahorias (con algún atributo o atuendo que los identifique). El educador situará a los conejos en el centro de la clase diciendo que están en su cueva (puede pintarse un círculo en el suelo) y a las zanahorias a su alrededor a diferentes distancias (cerca-lejos). A una señal los conejos irán a comerse las zanahorias que estén "cerca", y a otra a las que estén "lejos", del centro de la clase donde está la cueva de los conejos.
- Utilizar el juego de Simón para reforzar diversas relaciones espaciales: "Simón dice que levantes la mano derecha...", "Simón dice que con la mano izquierda te toques la nariz...", "Simón dice que pongan las manos encima de la mesa...", esto se puede hacer en forma

de juego, con lo que los niños que se equivoquen se van eliminando hasta que quede uno o varios ganadores.

- Situar en el aula o área de actividades algunos obstáculos a diferentes distancias de una zona en el suelo demarcada por una tiza y haciendo cualquier tipo de movimientos conocidos que impliquen posición de colocar el cuerpo horizontal respecto al suelo (cuadrupedias, reptaciones, gateos), estimular a los niños a ir a los que están “cerca” (que puede referirse con un tipo dado de movimiento) y a los que están “lejos”.
- De igual manera construir túneles con cajas o muebles, y hacer con los niños juegos en los que unos se metan “dentro” del túnel y otros estén por “fuera”, siempre verbalizando las acciones psicomotrices que se realizan. Aquí también pueden utilizarse otras relaciones espaciales como junto-separado (“Junto a la entrada hay que poner un guardia”) o al lado de (“Pónganse al lado de la puerta del túnel”).

Actividad

- Acondicionamiento de planos musculares específicos.

Objetivo

Continuar ejercitando músculos y planos musculares preparatorios de acciones psicomotrices complejas.

Metodología

Los objetivos de estas acciones motrices son mantener la activación de zonas y planos musculares que luego han de incluirse en las actividades modulares como ejercicios para el desarrollo físico general y que son preparatorios de las tareas para las habilidades psicomotrices generales.

- Sentados los niños en el suelo y con las piernas dobladas hacia el pecho, solicitarles que abracen sus rodillas, y se balanceen hacia delante y hacia atrás, como si fueran balancines. Esta actividad puede acompañarse de las palabras “delante-detrás”, para activar la relación espacial.
- En la misma posición, pedirles ahora que estiren las piernas y traten de tocarse la punta de los pies con la punta de sus dedos, para lo cual tendrán que doblarse hacia delante ejerciendo una acción con sus músculos abdominales.
- Acostados boca abajo sobre una colchoneta o el suelo, decirles que son “serpientes” y que, apoyándose en los antebrazos y sin hacer movimientos con las piernas, se arrastren hacia algún lugar específico designado por el educador.
- Poner una música suave y estando los niños de pie, pedirles que roten sobre sí mismos lentamente como si fueran los postes de un carrousel de parque de atracciones, desplazándose con cuidado por toda la clase.
- Jugar a los “conejos amigos” y haciendo parejas de niños, hacer que estos brinquen, saltando con los pies juntos y cogidos de las manos, por toda la clase o área de actividades. El rol puede cambiarse de varias formas: saltar como resortes, brincar como volatineros en el circo, hacer como los canguros, etc.

- Situar a los niños frente a la pared de la clase u otro lugar propicio, y darles unos balones grandes (como los de fútbol) para que los pateen contra la pared, y al rebote los vuelvan a patear hasta que fallen.
- Sentados en el suelo y con las piernas extendidas hacia delante, indicarles que se doblen por la cintura y con la mano respectiva se toquen el pie de ese lado, y luego con la otra mano al otro pie.

Actividad

- Reconocimiento de la imagen corporal y de las potencialidades psicomotrices del cuerpo.

Objetivo

Continuar reforzando el conocimiento del niño de su esquema corporal.

Metodología

El conocimiento por el niño de su esquema corporal ha sido una tarea que se ha venido llevando a cabo desde los primeros años y que requiere la continuidad de acciones encaminadas a su asimilación, pues esto es una construcción que el niño hace de manera progresiva. Al respecto en el trimestre anterior se incorporaron nuevas actividades que, por su importancia, han de mantenerse realizando en el actual. Entre ellas están:

- Dispersando sillas por la clase, el educador ha de poner una música sugerente y decirle a los niños que se muevan por el lugar sin tocar a nadie y sin tocar las sillas mientras dure la música, pero que, cuando ésta cese, han de tocar una silla con dos partes de su cuerpo, y luego decir qué partes del cuerpo son. Luego repetir varias veces la actividad pero advirtiendo que cada vez hay que tocar las sillas con dos partes distintas del cuerpo que no sean las mismas de antes.
- Dar un globo inflado a cada niño y solicitarles que caminen por la clase sosteniéndolo entre sus manos. Tocar un instrumento de percusión (pandereta, claves, etc.) y cuando el educador deje de tocar los niños han de sostener el globo con cualquier otra parte de su cuerpo (bajo el brazo, entre las piernas, debajo de la barbilla, etc.) y caminar por toda la clase en esa posición, repitiendo cuando se le solicite con qué parte del cuerpo lo están sosteniendo. Luego volver a percutir para continuar la actividad en la que cada vez que el educador pare de tocar los niños han de cambiar a una nueva parte de su cuerpo.
- Formando lo niños un círculo alrededor del educador, éste les dirá que cuando diga una parte del cuerpo (brazo, cabeza, cadera, espalda, etc.) ellos deberán hacer un movimiento libre con esa parte del cuerpo que nombra el educador (que procurará ir diciendo partes más difíciles del cuerpo y no concretarse en la mano, el pie o la cabeza, como la cadera, el cuello, la espalda, el empeine, los glúteos, etc.). Luego podrá

hacer un cambio del rol y situar a un niño para que dirija la actividad (y así sucesivamente con los demás niños).

- Jugar al juego de "Simón dice..." Para ello se ha de poner una música de fondo y situando a un niño como guía, éste ha de decir al grupo "Simón dice que te toques los dedos de los pies" para que todos sus compañeros hagan esta acción. Así sucesivamente ir sugiriendo otras acciones y partes del cuerpo. El educador ha de procurar rotar a varios niños en el rol de conductor del juego.

Las actividades modulares del trimestre anterior también han de continuar realizándose siguiendo los mismos criterios metodológicos anteriormente expuestos, particularmente los tres últimos módulos, variando en algo su contenido para no hacerlos ver como repeticiones a los niños, por lo que se recomienda variar los juegos de movimiento como en los tres módulos que vienen a continuación.

Actividad

- Activar la cuadrupedia, el equilibrio y rodamiento de objetos.

Objetivo

Fomentar la estabilidad corporal, la postura y la coordinación motriz.

Metodología

Esta actividad modular es propia de este trimestre escolar, y la misma comprende seis tareas psicomotrices:

- Los niños caminando libremente, en fila organizada por el educador, a su señal han de formar un círculo por sí mismos, y continuar marchando, hasta que a una nueva señal caminarán en las puntas y los talones del pie, alternando el movimiento durante dos minutos.
- Estando de pie los niños con los brazos al lado del cuerpo, indicarles elevar los brazos extendidos arriba y al mismo tiempo extensión del cuello mirando las manos, luego han de bajar los brazos, hacer flexión del cuello y mirar hacia el suelo. Repetir tres o cuatro veces.
- Los niños de pie con los brazos al lado del cuerpo, realizarán movimientos circulares con los brazos, hacia delante y hacia atrás. Volver a la posición inicial y luego, descansando en un pie, hacer círculos con el otro, y alternar esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador ha de situar una tabla inclinada sobre un apoyo de 15 a 20 cms. de altura, a su lado una cesta con pelotas medianas al lado de un banco y finalmente una línea pintada en el suelo de cuatro metros de largo, al inicio de la línea hay otra cesta que contiene bolsas de arena o de semillas. Inicia la actividad estimulando al primer niño a que gatee sobre la tabla inclinada, y que al llegar al extremo se siente y se deslice de frente, luego ha de tomar una pelota de la cesta y la rodará con las manos por el banco, alternando con la otra mano al volver al principio del banco, entonces tomará una bolsa de la canasta, se la colocará en la cabeza y caminará todo el trayecto de la línea sin salirse de la misma y sin que se le caiga la bolsa. Al terminar el niño se situará al final de la hilera hasta esperar su turno de nuevo. El educador ha de procurar que repitan esta tarea tres o cuatro veces.

- Se ha de incorporar el juego de movimiento “Pasa y rueda la pelota”, para ello el educador sentará a los niños en círculo, con las piernas cruzadas, luego indicara a uno para que empiece como guía del juego, al cual le dará una pelota de tamaño mediano. A su señal este niño pasará la bola al niño que está a su derecha, y este al siguiente, hasta completar el círculo, al llegar de nuevo al primero, éste recomenzará la acción pero ahora hacia la izquierda. Una vez completado ambos giros se reiniciará sin parar la actividad pero ahora rodando la pelota, hacia la derecha y luego hacia la izquierda. Se puede añadir un elemento competitivo haciendo que el niño que falle salga del círculo, hasta que quede uno o varios, según considere el educador.

- Realizar una marcha de recuperación, con acciones de inspiración profunda del aire y exhalación marcada, abriendo los brazos lateralmente, durante dos o tres minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, la carrera y el escalamiento.

Objetivo

Desarrollar la destreza, la agilidad y la orientación espacial.

Metodología

Este módulo del cuarto año tiene también seis tareas psicomotrices.

- El educador hará una fila con los niños y les hará caminar en diferentes direcciones, de acuerdo con puntos de referencia previamente dados "Caminamos hacia la puerta", "Volvemos hacia la mesa de trabajo", etc. Luego apuran el paso sin llegar a correr y pasan por el lado de una cesta en la que hay bastones tomando cada niño uno, luego les orienta que el niño que está a mitad de la fila se desplace más rápido y que se sitúe al lado del primer niño, para formar de esta manera, y por los propios niños, dos filas.
- De pie, frente al educador, y sosteniendo el bastón abajo con ambas manos, el educador solicita a los niños que eleven los brazos que sostienen el bastón, por delante y por encima de la cabeza, mirando al bastón. Luego les pide que lo lleven por detrás de los hombros, a repetir por delante y por encima de la cabeza, para volver entonces a la posición inicial. Repetir esto cuatro o cinco veces.
- En la misma posición, con las piernas separadas al ancho de los hombros y los brazos abajo sosteniendo el bastón, hacer que se doblen por la cintura para tocar con el bastón la punta de los pies sin flexionar las rodillas y volver a la posición inicial. Hacer entonces salto al frente con una sola pierna llevando los brazos extendidos hacia delante, alternando las piernas para repetir estos movimientos tres o cuatro veces.
- El educador situará en el centro de la clase una escalera de varios travesaños acostada en el suelo, luego a continuación pondrá tres aros medianos en fila a una separación de 50 cms. uno de otro, y finalmente habrá otra escalera de patas también de varios travesaños. Orientará que el primer niño realice cuadrupedia con apoyo de manos y pies sobre la escalera colocada en el suelo, al salir saldrá corriendo para sortear los aros haciendo una línea ondulada, y se dirigirá a la escalera

para escalar en ella cuatro o cinco peldaños. Realizar el circuito tres o cuatro veces con cada niño del grupo.

- Ahora el juego de movimiento será "¿Quién corre más rápido?". A una distancia no mayor de 10 metros el educador sitúa al grupo de niños, y él se sitúa en la meta. A la señal convenida los niños han de correr hasta donde está el educador a ver quien llega primero. A la siguiente repetición se ubican banderitas en la línea que inicialmente era la meta, para que los niños al llegar allí, tomen una de ellas y regresen al punto de partida, ganando aquel que llegue primero con su bandera.
- La recuperación se hará mediante una caminata dispersa lenta que será cada vez menos movida, hasta llevar a la posición de sentado en el suelo y de ahí a acostarse de la forma que el niño estime conveniente, quedándose quieto durante un minuto sin hacer movimientos.

Actividad

- Estimulación de la cuadrupedia, el equilibrio y la carrera.

Objetivo

Desarrollar los planos musculares de las extremidades superiores e inferiores, así como la orientación en el espacio.

Metodología

La actividad modular que viene a continuación consta de seis tareas psicomotrices:

- El educador orientará que los niños caminen libremente por el área y a una señal del educador busquen una pareja y continúen marchando cogidos de la mano. A otra señal se separan y luego vuelven a unirse de nuevo, y así alternando durante un par de minutos.
- Sentados los niños frente al educador, con las piernas cruzadas y las manos sobre las rodillas, harán torsiones del tronco hacia un lado, flexionando los brazos, regresan a la posición inicial y de ahí harán de nuevo torsión hacia el otro lado, flexionando igualmente los brazos. Repetir esta acción cuatro o cinco veces.
- Puestos de pie, con las manos a la cintura y las piernas extendidas, los niños se han de elevar en punta de pies, volver a la posición inicial y hacer entonces cuclillas, para repetir toda la tarea cuatro o cinco veces.
- El educador ha de situar una viga o banco gimnástico en un extremo de la clase o el área de actividades, y frente a la misma pondrá tres o cuatro obstáculos de tal forma que no queden en línea recta pero si en una dirección, luego en el otro extremo tendrá una marca que será "la casita" de los conejos. Entonces hará que el primer niño camine lateralmente, con los brazos extendidos a los lados y la vista al frente, a lo largo de toda la viga, se bajará y correrá en zigzag bordeando los obstáculos, al terminar de sortear el último se pondrá en cuadrupedia con apoyo de manos y pies y se desplazará lo más rápido posible hacia "la casita", para volver de nuevo corriendo hasta la tabla y recomenzar el circuito, repitiendo tres o cuatro veces esta acción psicomotriz.

- El juego de movimiento ha de ser “Cuidado que te pescan”. Para esto el educador ha de utilizar una cuerda a la que en su final ata un saquito lleno de arena y se sitúa en el centro del círculo formado por los niños. Ha de procurar que el largo de la cuerda con el saco atado llegue hasta donde están los niños. El educador señala entonces que va a pescar “pececitos” (los niños), para lo cual hace girar el cordel por el suelo en forma circular, y al pasar por cada niño, éste ha de saltar para evitar “ser pescado” (tocado por el saco de arena). Los niños que sean tocados se irán acostando al lado del educador, y aquellos que tras cinco o seis repeticiones logren evadir la pesca, se desplazarán libremente por la clase imitando el movimiento de los peces.

- Hacer una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños “son helados que se derriten” para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto durante uno o dos minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, el salto y el lanzamiento.

Objetivo

Estimular la agilidad, la coordinación motriz y el fortalecimiento de planos musculares.

Metodología

Este módulo es de los nuevos que se incorporan en el trimestre, y cuenta con seis actividades:

- Los niños caminan detrás del educador que se mueve por la clase o el área de actividades moviendo los brazos arriba y bajo “como las mariposas”, para que ellos imiten su movimiento. Luego “liban la miel de una flor” en la que se detienen, se agachan y hacen gestos de chupar, se levantan de nuevo y continúan volando como antes. Hacer estas acciones durante dos minutos.
- De pie, con las manos en la cintura, hacer flexión de cuello hacia un lado y el otro. Tras repetirlo tres o cuatro veces, flexionar hacia delante y hacia atrás. Luego hacer círculos con la cabeza en un sentido y otro, por tres o cuatro veces.
- Sentados los niños con las piernas extendidas al frente y los antebrazos apoyados atrás, a una señal del educador han de elevar las piernas y flexionándolas, hacer movimientos alternos de pedaleo, como si montaran una bicicleta. Repetir esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador colocará cuatro o cinco objetos en línea recta separados uno de otro por una distancia de 50 cms., a continuación ubicará en el suelo dos aros grandes a un metro uno de otro, y finalmente dos sillas con una soga atravesada a una altura alrededor de un metro y que cerca tendrá una cesta llena de bolsas de arena o de semillas. Entonces orientará al primer niño que en cuatro puntos de apoyo sortee los obstáculos en cuadrupedia, a continuación irá a los aros y dará algunos saltos con los pies unidos en cada uno, y luego, tomando una bolsita de la cesta tratará de lanzarla al otro lado de la soga pasando por encima de esta. Hacer que cada niño repita estas acciones tres o cuatro veces.

- Se hará el juego de “Alcancen y tiren la pelota”. Para ello el educador colocará una cesta o caja grande en el centro de la clase o área de actividades, y a su alrededor dibujará en el suelo a la distancia de un metro o metro y medio un círculo con tiza. A una señal arroja varias pelotas por la clase para que los niños corran a atraparla y una vez que la tengan tratar de meterla en la cesta sin pasar de la línea divisoria del círculo. Realizar el juego tres o cuatro veces.

- Hacer una marcha ligera de recuperación, caminando lentamente a la vez que se elevan los brazos hasta el lateral, inspirando aire por la nariz, y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Estimulación de la carrera, la trepa y el rodamiento del cuerpo.

Objetivo

Desarrollar la destreza y la orientación en el espacio, así como la coordinación motriz de distintos planos musculares.

Metodología

Esta actividad modular tiene también seis tareas psicomotrices:

- El educador colocará una cesta con banderillas en el centro de la clase y caminando dispersos los niños tomarán dos de la cesta cada uno de ellos, continuarán caminando agitando a los lados las banderillas hasta que se les oriente detenerse, hacer esto durante un par de minutos.
- De pie frente al educador, o en semicírculo, con las piernas ligeramente separadas y los brazos al lado del cuerpo sosteniendo las banderillas, elevar los brazos por encima de la cabeza agitándolas. Volver a la posición inicial, realizar cuclillas y colocar las banderillas en el suelo, volver a ponerse de pie, nueva cuclilla, recoger las banderillas. Hacer cuatro o cinco repeticiones de esta tarea psicomotriz.
- Sentados los niños en el suelo, con las piernas cruzadas y sosteniendo las banderillas con los brazos a los lados del cuerpo, orientarles que hagan torsión del tronco hacia un lado para colocar detrás las banderillas, volver a la posición inicial y hacerlo hacia el otro lado. Repetir esto tres veces. Luego en la misma posición y con los brazos extendidos delante, llevarlos atrás por encima de la cabeza, agitar las banderillas y volver a la misma posición también moviéndolas como antes. Repetir esta tarea tres veces también.
- El educador ha de situar tres o cuatro obstáculos en zigzag a una distancia de 50 cms. uno de otro en un extremo de la clase o del área de actividades, luego pondrá una barra vertical a continuación de un grosor que permita al niño abrazar más o menos la barra con su mano, y luego ubicará una colchoneta en el suelo. Enseguida orientará al primer niño que corra en zigzag entre los obstáculos, de ahí trepe a la barra vertical con apoyo de manos y piernas, y finalmente vayan al colchón en el que estará el educador, para que dé una vuelta de frente en el mismo. En esta acción el educador ayudará al niño colocándole una

mano en la nuca y la otra en la región glútea, para permitir que ruede hasta llegar a la posición de sentado. Repetir la tarea psicomotriz tres o cuatro veces.

- Hacer el juego de movimiento de "El gato duerme, los ratones bailan". Para ello situará varias mesas bajas dispersas en la clase que serán las cuevas de los ratones. En el centro del área dibujará con tiza en el suelo un círculo que será la casa del gato, que estará personificado por un niño, y que simulará dormir, los demás niños estarán encaramados en las mesas. El educador pondrá una música alegre y ante esta señal los "ratones" bajarán suavemente de las mesas y bailarán al compás de la música, con movimientos libres. De pronto el educador para la música y ante esta señal el "gato" despierta y persigue a los "ratones" que trepan a las mesas para no ser alcanzados. Cada niño atrapado sale del juego, que se mantendrá un rato mientras dure la motivación. Recordar cambiar el rol del gato en sesiones posteriores.
- Hacer una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños "son helados que se derriten" para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto uno o dos minutos.

Actividad

- Incentivación del salto, el equilibrio y el lanzamiento.

Objetivo

Coordinar motrizmente acciones de diversos planos musculares.

Metodología

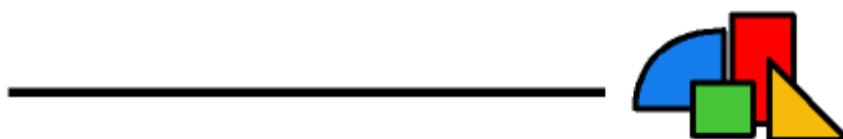
El presente módulo consta de seis actividades:

- Realizar una caminata dispersos por el área de actividades o la clase llevando una hoja de papel (que agitan hacia arriba, hacia abajo, al frente, etc). Luego se detienen, colocan la hoja en el suelo y saltan con ambos pies juntos alrededor de la misma. Hacer esto durante dos minutos.
- De pie, las piernas unidas y los brazos al lado del cuerpo con la hoja de papel en la mano, elevar el papel por encima de la cabeza y agitarlo libremente, luego bajar los brazos y volver a la posición inicial. Hacer flexión del tronco al frente para dejar el papel en el suelo, volver a la posición inicial, y repetir el movimiento para recoger la hoja. Repetir esta acción cuatro o cinco veces.
- Con la hoja en la mano, empezar a caminar por la clase mientras estrujan el papel para formar una pelota, la cual lanzan dentro de una caja que el educador ha situado previamente. Este lanzamiento ha de hacerse por encima del brazo y a una distancia mínima de un metro.
- El educador ha de situar un banco o tabla gimnástica con una altura de 30 cms. del suelo y a su extremo una colchoneta. A continuación estará ubicada una caja o cesta con pelotas medianas y otra cesta vacía. Finalmente estará colocado un cajón sueco con altura de 30 cms. y la cuña de despegue en su inicio. El educador entonces estimula al primer niño para que camine a lo largo del banco con los brazos extendidos a los lados, y al llegar a su final salte al colchón, procurando caer sobre la parte delantera del pie, al salir tomará una pelota de la cesta y la rebotará una vez contra el suelo, para capturarla y dejarla caer en la cesta vacía, luego correrá hasta la cuña para rebotar en la misma y tratar de caer en la tapa, sin que esto haya de ser una exigencia. Hacer que cada niño repita este circuito tres o cuatro veces.

- El juego de movimiento ha de ser el de "Captura la pelota". Para esto el educador buscará una pelota de 20 cms. de diámetro y se la lanzará a cualquiera de los niños que están dispersos a su alrededor. El niño ha de capturar la pelota extendiendo ligeramente los brazos hacia delante y atrapándola con las manos sin llevarla al pecho y se la devolverá con un lanzamiento enérgico de ambas manos por debajo. El juego ha de durar de cuatro a cinco minutos, pudiendo el educador establecer la consigna de que al que se le caiga la pelota, salga del juego.
- La actividad psicomotriz finaliza con una marcha simple de recuperación, caminando lentamente detrás del educador que acompaña el ritmo golpeando una pandereta o un tambor, o cantando una canción alusiva a las pelotas, luego irán deteniéndose hasta sentarse tranquilamente en el suelo.



Actividades para niños en el tercer trimestre escolar



Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Continuar activando acciones instrumentales con relaciones motrices e intelectuales de dificultad creciente

Metodología

En el tercer trimestre de este cuarto año ha de continuarse la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, que son base indispensable para el uso de otros instrumentos más sofisticados en los años posteriores, como es la utilización del ordenador.

Se ha de recordar que las acciones instrumentales son aquellas en las que un objeto cualquiera se utiliza para ejercer una acción sobre otro (tomarlo, empujarlo, ladearlo, trasladarlo, romperlo, etc.). A este nuevo objeto que sirve de medio auxiliar y de intermediario de la acción intelectual se le denomina instrumento.

Tales acciones tienen una significación crucial para el desarrollo mental, pues las mismas son resueltas mediante el proceso del pensamiento, lo que las hace las más importantes para el niño en estas primeras edades, y las que tienen mayor significación para su desarrollo psicomotor.

Es importante que los niños tengan oportunidades de jugar con estos instrumentos, pues muchos de ellos, además, colaboran al desarrollo de una comprensión tecnológica de las relaciones entre los objetos. Así, cosas en desuso, como ordenadores viejos, teclados, calculadoras, teléfonos digitales e inalámbricos, audífonos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, que son en sí instrumentos, pueden ser usados para el juego investigativo e imaginativo en una variedad de situaciones diferentes. A los niños mayorcitos les encanta manipularlos y averiguar como y porqué funcionan.

En el trimestre pasado se le sugirió al educador el uso de tales instrumentos en la actividad pedagógica psicomotriz y en el juego libre del niño, para que este realice la acción instrumental conjuntamente con los contenidos de las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, y no solamente manipule dichos objetos, lo cual se mantiene vigente en este trimestre final.

Actividad

- Activación de relaciones espaciales

Objetivo

Mantener el reforzamiento de nociones espaciales a partir del propio cuerpo y de otros puntos de referencia.

Metodología

La asimilación de relaciones espaciales ha estado fundamentalmente descansando en la imagen corporal como punto de referencia a partir del cual el niño establece las relaciones de espacio y el lugar que los objetos ocupan con respecto a sí. Ahora en este trimestre se han de comenzar a utilizar otros puntos de referencia, aún en forma muy elemental, y directamente concatenados con su experiencia sensorial.

- El educador ha de colocar en una pizarra magnética figuras de animales (por ejemplo, perros y gatos) de pequeño tamaño, que los niños tendrán más pequeños encima de sus mesas de trabajo. Les repartirá folios blancos que han de tener una raya horizontal a la mitad, al igual que habrá una cinta divisoria en la pizarra. Entonces estimulará diversas formas de ejercitar la relación abajo-arriba (que los niños ya dominan en relación con su cuerpo) diciéndoles que coloquen los gatos arriba y los perros debajo de la línea, que arriba pongan un gato al lado (otra relación espacial) de un perro, que debajo sitúen al perro cerca o lejos del gato, que pongan los gatos dentro de la hoja de papel y a los perros fuera, entre otras combinaciones.
- Sentados a la mesa, dar a cada niño un folio grande dividido a la mitad por una línea horizontal y repartir fichas rojas y azules. A una señal del educador los niños deben colocar las fichas rojas arriba de la línea y las azules debajo. Entonces en una pizarra magnética, dividida por una línea horizontal, el educador colocará figuras de animales, algunos en la parte de arriba y otros en la parte de abajo. El juego consiste en que, escogiendo el educador una de las figuras de animales (bien de arriba o de abajo) solicite al niño que le cambie una ficha del color correspondiente por la figura y la coloque en su propia hoja en el lugar en que estaba la ficha, de esta manera ha de ir sustituyendo figuras por fichas, que han de ser ubicadas en la correcta relación espacial: arriba-abajo. Si el niño se equivoca podrá continuar en el juego, pero no recibirá figura en ese intento.

- En una cartulina en la que haya dibujado un círculo, darle a los niños figuras de animales para que las ubiquen dentro o fuera del mismo a una indicación del educador, o siguiendo determinada orientación como: "Los animales domésticos irán dentro de la casita (el círculo) y los salvajes se colocarán fuera". Luego se le puede preguntar a los niños porqué decidieron situarlos en uno u otro lugar.
- El educador hará que los niños recorten las partes integrantes de un paisaje (una casa, uno o más árboles, algún que otro animal, el sol, nubes, un pájaro volando, etc.) y luego les dará una hoja de papel blanco para que peguen las figuras de acuerdo con determinadas indicaciones: "La casa la pondremos en el centro de la hoja", "A la izquierda de la hoja ubiquen un árbol", "Arriba pongan el sol, el pájaro que vuela, las nubes", "Delante de la casa peguen al perrito", hasta completar la imagen. (El educador debe prever referirse siempre a la hoja de papel para señalar la relación espacial y no a los objetos que están en la lámina porque pueden llevar a confusión, ya que la "izquierda" de la casa es a la "derecha" del papel, por nombrar un ejemplo).

Actividad

- Realización de movimientos de acondicionamiento de planos musculares específicos.

Objetivo

Continuar ejercitando músculos y planos musculares preparatorios de acciones psicomotrices complejas.

Metodología

Esta tarea motriz persigue activar zonas musculares que posteriormente han de incluirse en las actividades modulares como ejercicios para el desarrollo físico general y que son preparatorios de las habilidades psicomotrices generales, o como juegos en su parte final.

- Darle a cada niño una de las sillas de la clase y luego pedirles que se desplacen por todo el lugar empujando con las dos manos las sillas, la motivación puede crearse diciendo que "están paseando en coche por la avenida". Advertir que deben respetar el paso de los otros y no chocar entre sí, diciendo que el que choque sale del juego hasta la próxima vez.
- Llenar sacos con objetos no pesados y proponer a los niños que hagan parejas y jueguen a "las mudanzas", para lo cual han de arrastrar los sacos hasta un lugar determinado por el educador.
- El educador se ha de colocar en el medio de la clase con una cesta en la que habrá pequeños sacos llenos de semillas. Los niños se pondrán a su alrededor. El educador tomará uno de los saquitos y lo lanzará hacia lo alto para que los niños lo capturen cuando caiga, así hará hasta vaciar la cesta. Se puede añadir una motivación de competencia haciendo dos grupos que emulen entre sí.
- Estando los niños de pie hacer que caminen hacia atrás al tocar una música lenta y brincando en un pie hacia delante cuando la música sea rápida. En esta segunda fase se han de alternar los pies en cada repetición.
- Regar de pequeños aros la clase o el área de actividades (los aros no han de ser mayores de 20 cms. de diámetro) y solicitarle a los niños que a una señal brinquen de uno a otro, primero con los pies juntos y luego

alternando. También se puede hacer un camino de aros (cada uno separado del otro a 10 cms.) y plantearle a los niños que brinquen de aro en aro alternando los pies para "cruzar el río sobre las piedras".

- Poner una cuerda a 20 cms. de altura entre dos puntos de apoyo y estimular a los niños a correr y saltar el obstáculo, esta actividad se puede hacer más compleja ubicando varias cuerdas separadas unas de otras dos metros, para que los niños vayan saltando de una en otra con alternancia de pies.
- El educador ha de motivar a los niños diciendo que van a hacer "una película muda", para lo cual, sin moverse del lugar, y de acuerdo con la música cada niño simulará que corre o camina, extremando los movimientos "porque los están filmando". Hacer la actividad mientras dure la motivación.
- Con la misma motivación, pero ahora "una película normal" estimular a los niños a que se desplacen por la clase o área de actividades deslizándose como si estuvieran "patinando sobre una pista de hielo", imitando a los patinadores. Se pueden formar parejas de un niño y una niña, y acompañar con música suave o rápida de acuerdo con la intención del educador.
- Ofrecerles cintas de distintos colores a los niños, cada una asociada a un tipo de movimiento, por ejemplo, la roja es para correr, la amarilla para saltar, la verde para reptar, etc. Cuando estén distribuidas cintas y movimientos, poner una música alegre para que cada niño realice su movimiento particular. Una mayor complicación de esta actividad consiste en que metan las cintas en una caja grande en el centro y sin mirar escojan una, teniendo ahora que cambiar de movimiento si el color de la cinta es diferente, o seguir haciendo el mismo si selecciona la de idéntico color. Mantener la actividad mientras dure la motivación.
- Sentar a los niños uno detrás de otro en filas de cuatro o cinco, con las piernas recogidas y los brazos a los lados. Poner estas filas paralelas unas de otras y decirles que van a hacer "una carrera de canoas", para lo cual han de "remar", extendiendo los brazos hacia delante y recogerlos de nuevo, todos a la vez. Simular una competición y hacer que los niños se muevan a un ritmo igual, el educador podrá hacer la demostración del movimiento para que los niños lo imiten de manera apropiada.
- Ubicar varias mesas de trabajo bajas juntas para formar una superficie grande como si fuera un puente ancho; entonces estimular a los niños que en grupo de cuatro o cinco trepen y gateen por encima para bajar por el lado opuesto y luego regresar reptando por debajo de las mesas.

Actividad

- Identificación de sí mismo, de su imagen corporal y de las potencialidades psicomotrices del cuerpo.

Objetivo

Continuar reforzando el conocimiento de la imagen y esquema corporal del niño.

Metodología

Las actividades planteadas en el anterior trimestre han de continuar realizándose en el actual, ya que las mismas requieren de una continuidad y reforzamiento que no es posible alcanzar en un tiempo tan breve, por lo que se mantienen con ligeras modificaciones:

- El educador ha de dispersar sillas por la clase y poniendo una música sugerente, orienta a los niños a que se muevan por el lugar sin tocarse unos a otros y sin tocar las sillas mientras dure la música, pero que, cuando esta cese, han de tocar una silla con dos partes de su cuerpo, y luego decir qué partes del cuerpo son. Repetir varias veces la actividad, advirtiendo que cada vez hay que tocar las sillas con dos partes distintas del cuerpo que no sean las mismas de antes. Esta actividad puede variarse haciendo que los niños, en lugar de nombrar las partes de su cuerpo en contacto, digan las del niño que tienen al lado, cuando se lo solicite el educador.
- El educador dará un globo inflado a cada niño y les solicitará que caminen por la clase sosteniéndolo entre sus manos. Tocar un instrumento de percusión (pandereta, claves, etc.) y cuando deje de sonar los niños han de sostener el globo con cualquier otra parte de su cuerpo (bajo el brazo, entre las piernas, debajo de la barbilla, etc.) y caminar por toda la clase en esa posición, repitiendo cuando se le solicite con qué parte del cuerpo lo están sosteniendo. Luego volver a percutir para continuar la actividad en la que cada vez que el educador pare de tocar los niños han de cambiar a una nueva parte de su cuerpo. De igual manera se le puede solicitar a un niño que diga con qué parte del cuerpo lo está sosteniendo el niño que tiene a su lado.
- Estando el educador con los niños en círculo a su alrededor, les dirá que cuando nombre una parte del cuerpo (brazo, cabeza, cadera, espalda, etc.) ellos deberán hacer un movimiento libre con esa parte del cuerpo que nombra (y que procurará ir diciendo partes más difíciles del cuerpo y

no concretarse en la mano, el pie o la cabeza, como la cadera, el cuello, la espalda, el empeine, los glúteos, etc.). Luego podrá hacer un cambio del rol y situar a un niño para que dirija la actividad (y así sucesivamente con los demás niños).

- Situar una silueta de un niño y de una persona adulta en una pared y repartir entre los niños los dibujos de partes del cuerpo de dos tamaños diferentes (que encajen apropiadamente en las figuras diseñadas). Se dirá a los niños que coloquen y peguen en las siluetas "las manos", "los pies", "las cabezas", "las caderas", etc., para lo cual tendrán que comparar unas piezas y otras para poder determinar en qué figura se ha de colocar, hasta completar las dos siluetas. Aquellos niños que tengan partes del cuerpo únicas como "la nariz", "el pecho", han de ser los últimos en ubicar su pieza.
- Jugar al juego de "Simón dice..." Para ello se ha de poner una música de fondo y situando a un niño como guía, este ha de decir al grupo "Simón dice que te toques los dedos de los pies" para que todos sus compañeros hagan esta acción, y sucesivamente ir sugiriendo otras acciones y partes del cuerpo. El educador ha de procurar rotar a varios niños en el rol de conductor del juego, y tomar él el rol director cuando detecte que reiteran las partes o no han incluido alguna en sus mandatos.
- Cuando se termine el juego de Simón, el educador ha de hacer con los niños un recuento de las partes y movimientos que se hicieron, si alguno lo realiza motrizmente de nuevo, permitirselo, pero se ha de buscar el recuerdo verbal de los movimientos realizados.

Actividad

- Ejercitación de acciones motrices finas complejas.

Objetivo

Continuar activando las conexiones nerviosas de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

El educador ha de continuar haciendo que los niños realicen tareas en las que se ejerciten y activen las conexiones nerviosas relacionadas con la motricidad fina, para consolidar su percepción propioceptiva y lograr una mayor calidad de estos movimientos finos, por lo que podrá repetir tareas que persigan estos objetivos, añadiendo algunas nuevas. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- Darle a los niños revistas y periódicos para que rasguen figuras impresas o fotos, tratando de que sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras y que luego se han de pegar en una hoja de papel.
- El educador ha de entregar a los niños hojas de papel en blanco cuadradas y solicitarles que hagan dobleces en las mismas, esta vez con dobleces diagonales para dar lugar a triángulos, con los que harán figuras como barcos de vela, tiendas de campaña, etc., que pegarán en otras hojas.
- Estando en la misma posición sentados a sus mesas, situar frente a cada niño una vasija ancha que contenga agua coloreada y otra más estrecha que tenga el agua clara. Proporcionarles una pera de goma con la que se pueda absorber agua, para que cojan agua coloreada de la vasija ancha y la depositen en el frasco del agua clara y así observen como se mezclan una y otra.
- Entregarle a los niños hojas en las que esté plasmada alguna imagen de objetos o de paisajes y pedirles que la doblen en dos y luego hacer un doblez más, con lo que la hoja ha de quedar marcada en cuatro cuadrículas. Pedirles entonces que rasguen las hojas por las marcas dejadas por los dobleces, y una vez que se tengan las cuatro piezas, armarlas de nuevo para recomponer la imagen inicial.
- Dar a los niños un alambre fino y maleable, preferentemente de cobre que es dúctil, para que sentados a sus mesas modelen el contorno de

diferentes figuras, como puede ser una mano, un martillo, una pelota, entre otros muchos. El educador podrá hacer previamente una figura para enseñar a los niños las propiedades del alambre y los movimientos finos que se deben hacer.

- Estimular a los niños a que armen rompecabezas, para lo cual se les han de dar imágenes atractivas, de varios objetos y de paisajes, con cortes rectos y curvos, horizontales y verticales. Se recomiendan hasta cuatro cortes, pero esto ha de estar tomando en consideración con las posibilidades reales. Si son capaces de trabajar con más piezas, ofrecerles la oportunidad de hacerlo. El modelo ha de estar presente cuando se ensaye un nuevo rompecabezas.
- Con los niños sentados frente a las mesas de trabajo, darles cordones de zapatos y pedirles que hagan nudos con los mismos y luego los quiten, también se les pueden dar plantillas de cartón en las que aparezca un muñeco con huecos en los ojales de su camisa para que los niños inserten los cordones y al final hagan un nudo que mantenga firme el cierre.

Actividad

- Estimulación del equilibrio, el rodamiento y el escalamiento.

Objetivo

Mantener la activación propioceptiva de diversos planos musculares, la agilidad y la orientación en el espacio.

Metodología

Las actividades modulares del trimestre escolar anterior han de continuar ejercitándose en el presente, añadiéndoles algunos como los que a continuación se reflejan. Este módulo actual consta de seis actividades modulares.

- Realizar el educador y los niños una caminata libre batiendo los brazos como si fueran aves, de vez en cuando se agachan y cesan el aleteo (como si fueran a libar de una flor), pero luego se reanuda el movimiento anterior, hacer esto durante dos minutos.
- De pie los niños, con los brazos al lado del cuerpo, extenderlos al frente dando una palmada. Se vuelve a la posición inicial y se levantan por encima de la cabeza y se vuelve a dar una palmada. Hacer esto cuatro o cinco veces
- Sentados los niños en el suelo con las piernas separadas y poniendo las manos en la cintura, realizar flexión del tronco al frente. Después de volver a la posición inicial, hacer torsión hacia un lado y hacia el otro. Repetir esta acción psicomotriz cuatro o cinco veces también.
- Situar una tabla estrecha de equilibrio, con dos puntos de apoyo a 30 cms. de altura, a continuación ubicar una colchoneta y finalmente terminar el recorrido poniendo una escalera o espaldera de cinco a siete peldaños. Al iniciar la actividad el educador dará al niño un aro para que, llevando los brazos arriba, lo sostenga mientras camina por todo el trayecto de la tabla. Al llegar al extremo soltará el aro y dará un salto para caer sobre el colchón. Una vez allí se acostará transversalmente en el colchón, con los brazos extendidos siguiendo la línea de su cuerpo, para realizar rodillos hasta el otro extremo de la colchoneta, sin separar los brazos y manteniendo el cuerpo extendido. De ahí el niño se ha de situar frente a la escalera o espaldera y escalará cinco o seis peldaños, poniendo las manos alternas en cada peldaño subsiguiente y subiendo cinco o seis de ellos. Luego descenderán la

escalera o espaldera en la misma posición que subieron. Repetir este circuito tres o cuatro veces por niño.

- Hacer el juego de "Los automóviles". Para ello se le da a cada niño un aro mediano que será "el volante", para que imite que conduce un coche. Caminará más lento, más rápido, hacia diferentes lugares, pasando por arriba de tablas, bancos o cuerdas (que forman caminos), por debajo de objetos, deteniéndose y arrancando otra vez, acompañando siempre sus desplazamientos con sonidos onomatopéyicos propios de los coches. Mantener el juego mientras dure la motivación de los niños.
- Hacer una marcha de recuperación con la misma idea de los automóviles, moviéndose cada vez más lentos hasta detenerse completamente, los niños terminarán sentándose tranquilos en el suelo.

Actividad

- Ejercitar el salto, el lanzamiento y la captura.

Objetivo

Desarrollar la coordinación motriz entre planos musculares y la precisión visual para la captura.

Metodología

- Iniciar la actividad con una caminata y a una señal del educador, los niños han de correr, para volver a caminar ante otra señal, y así sucesivamente alternando las acciones psicomotrices. La caminata ha de comenzar dispersa pero poco a poco el educador ha de conducir a los niños para formar un gran círculo a su alrededor.
- De pie los niños, con las manos en la cintura, hacer flexión del cuello al frente, extensión del cuello atrás, durante cuatro o cinco veces. De inmediato poner los brazos lateralmente y elevarlos hacia arriba a la señal del educador, llevarlos abajo a otra señal y luego concatenar ambos movimientos. Hacer esto cuatro o cinco veces.
- Acostados los niños boca arriba en el suelo, con los brazos descansando a los lados, hacerles elevar ligeramente las piernas y moverlas en movimiento de pedaleo, como si estuvieran montados en una bicicleta. Luego extenderlas completamente y bajarlas y subirlas de manera alterna durante cuatro o cinco veces.
- El educador dibujará una línea con tiza en el suelo, a 30-40 cms. del borde de una colchoneta rectangular ubicada a lo largo de dicha línea. Tras la colchoneta, colocará una cesta llena de pelotas medianas. Situando a los niños en pareja detrás de la línea y con las piernas separadas a la anchura de los hombros y semiflexionadas, hacerles extender los brazos hacia atrás para tomar impulso y saltar al frente lo más que puedan para caer en cucullas sobre la colchoneta. De ahí se han de dirigir a la cesta de pelotas y tomando un niño una de ellas, se la lanzará a su compañero hacia el frente y por arriba. El compañero la capturará y de inmediato la lanzará hacia el primero para que éste también la capture. Repetir estas acciones psicomotrices cuatro o cinco veces o mientras dure la motivación.

- El juego de movimiento será "A tumbar las banderitas". Para ello el educador trazará tres líneas en el terreno, la segunda a un metro de distancia de la primera, y la tercera a 50 cms. de la segunda. Detrás de esta última línea situará banderitas de colores diversos, sostenidas en sus bases, con una altura no mayor de 30 cms. Los niños, situados detrás de la primera línea y sin pisarla, cogerán una pelota pequeña (como las de tenis) y con movimientos libres, tratarán de tumbar las banderitas tirando la pelota. Esto puede hacerse competitivo si se divide el grupo en dos equipos, ganando aquel que logre derribar más banderitas. Realizar este juego el tiempo que dure la motivación o el educador considere.
- La actividad finaliza con una marcha de recuperación, cada niño con la pelota en su mano "que se va a dormir", yendo cada vez más lento hasta que se detienen, se agachan y ponen la pelota en el suelo, quedándose sentados los niños tranquilamente junto a ella.

Actividad

- Ejercitar la cuadrupedia, el equilibrio, y el lanzamiento con captura.

Objetivo

Reforzar las acciones psicomotrices hechas en la actividad modular anterior.

Metodología

La siguiente actividad modular tiene seis tareas psicomotrices.

- Comenzar con una marcha en hilera, un niño detrás del otro. A una señal del educador, los niños empiezan a caminar en punta de pies, a otra señal se ponen en talones. Luego tienen que correr lentamente alrededor de una soga previamente colocada en el suelo en forma circular, hasta quedar parados de frente al educador en el centro de la circunferencia.
- De pie como están, con las manos en la cintura, hacer torsión del cuello a un lado y luego al otro lado, durante cuatro o cinco veces. Después poniendo los brazos a los lados del cuerpo, elevarlos hacia arriba, estirándose lo más que puedan (para lo que tendrán que ponerse nuevamente en puntillas), de inmediato bajar los brazos a la posición inicial, hacer esto tres o cuatro veces.
- Manteniendo la misma posición, con los brazos delante del cuerpo, hacer flexión del tronco hacia el frente tratando de tocar los pies con la punta de los dedos. Regresar a la posición inicial, volver a bajar hacia los pies pero advirtiéndole que con los dedos del pie traten de tocar la punta de la mano (para obligar a doblar los dedos hacia arriba). Repetir esta acción psicomotriz cuatro o cinco veces.
- Situar una tabla de equilibrio de solamente 20 cms. de anchura. Al final de la tabla ha de situarse una escalera acostada en el suelo y luego una caja o cesta con pelotas medianas. El niño que inicia la actividad debe caminar a lo largo de la tabla con los brazos extendidos lateralmente, se baja suavemente y se pone en cuadrupedia de cuatro puntos de apoyo para recorrer la escalera, y luego coge una pelota que ha de lanzar hacia arriba con las dos manos de abajo-arriba para tratar de capturarla cuando descende. Realizar esta tarea motriz cuatro o cinco veces con cada niño del grupo.

- Hacer el juego de movimiento de "Aquí va el tren". Para ello el educador invita a los niños a que se coloquen uno detrás del otro sosteniéndose por la cintura, el educador ha de ser "la locomotora" para guiar apropiadamente el ritmo y la velocidad del movimiento. Haciendo sonidos onomatopéyicos y referencias verbales por donde pasan, recorrer la clase o el área de actividades por encima de bancos y tablas, por debajo de objetos, bordeando obstáculos, etc. Realizar el juego durante tres o cuatro minutos.
- Del mismo juego de movimiento anterior pasar a la caminata de recuperación, yendo cada vez más lento el tren, hasta relajarse cayendo unos en el suelo, otros arriba o debajo de los obstáculos, incluso unos niños encima de otros, para "dormir". El educador también ha de hacer esta acción conjuntamente con los niños.

Actividad

- Estimulación del caminar con objetos, correr, y la cuadrupedia.

Objetivo

Lograr la coordinación motriz de planos musculares de manos y piernas.

Metodología

Este módulo tiene seis actividades psicomotrices:

- Hacer una caminata suave moviendo los brazos y el tronco a un lado y otro. A una señal cambian para flexionar el tronco hacia delante mientras continúan caminando como si buscarán algo en el suelo. Repetir esto durante un par de minutos.
- El educador coloca pequeñas bolsas de arena en el suelo y los niños caminan lentamente pisando las bolsas, primero con el arco plantar, y tras una una señal lo harán con la punta de los pies. Repetir tres o cuatro veces esta tarea psicomotriz.
- Poner a cada niño frente a una de las bolsas de arena. El educador les orienta para que la cojan con las manos, doblándose por la cintura y que la eleven hasta por encima de su cabeza, con movimiento libre. Luego les dice que la muevan a uno y otro lado, también de la forma que deseen pero sin moverse del lugar. Repetir esto tres o cuatro veces.
- Situar una cesta llena de bolsas de arena o de semillas y orientar a los niños que cada uno coja una bolsa. De inmediato se les solicita que, poniendo la bolsa en sus espaldas, caminen en cuadrupedia en cuatro puntos de apoyo, hacia delante, hacia atrás, por encima de algún obstáculo bajo (previamente colocado por el educador), procurando que no se les caiga la bolsa. Luego, cogiendo la bolsa en sus manos hacer que caminen, corran y salten dispersos por la clase sin soltarla, pasándola de una mano a la otra. Al final la depositarán en la misma caja de donde la cogieron.
- Hacer el juego de movimiento "A llevar cosas a la casita". Para ello el educador divide el grupo a la mitad y traza en la clase dos líneas en el suelo a una distancia de 10 metros y que han de representar las casas. Entre las líneas y en el centro de la clase se dibuja un círculo donde se ubica a un niño que hará el rol de perseguidor. Delante de la línea han

de situarse objetos y juguetes medianos, uno por cada niño. El educador ubica un grupo de niños detrás de una de las líneas y al otro, tras la otra. A una señal los niños han de salir corriendo agarrando cada cual su juguete para tratar de refugiarse en su otra casa (la línea contraria), a la vez que el niño perseguidor trata de agarrar alguno antes de que llegue a la "casita". Cada vez que agarre a uno tomará el juguete y lo guardará dentro del círculo, y el niño capturado ha de salir temporalmente del juego. Seguir con el juego mientras dure la motivación e intercambiar el rol del niño perseguidor cuando el educador lo estime conveniente.

- Llevando a cuestas cada niño una de las bolsas de arena, iniciar una caminata cada vez más lenta hasta detenerse, sentarse y luego ir a la posición de acostado para "dormirse" tranquilamente, usando la bolsa como almohada. Hacer esta recuperación durante dos minutos.

Actividad

- Mantenimiento del equilibrio con objetos y el lanzamiento a una altura.

Objetivo

Estimular propioceptivamente acciones motrices complejas.

Metodología

Esta actividad modular cuenta con seis actividades:

- Caminar por la clase elevando los brazos lateralmente y bajándolos al costado sin detenerse, al unísono. Luego hacerlo hacia delante y hacia atrás por encima de la cabeza de la misma manera. Hacer esta tarea psicomotriz un par de minutos.
- De pie en el lugar que deseen y dispersos por el área o la clase, hacer que los niños flexionen el tronco en todas direcciones (hacia el frente, hacia atrás, a un lado y al otro). Luego pedirles que lleven una pierna extendida al frente, atrás, a un lado, alternando las piernas. Repetir tres o cuatro veces.
- Situar bolsas de arena en el suelo dispersas por la clase y pedirles a los niños que corran hacia ellas, toquen una sin detenerse y continúen corriendo hasta un punto previamente designado por el educador. A continuación se le vuelve a pedir correr otra vez, pero ahora bordeando estos objetos sin tocarlos.
- Situar una tabla inclinada con un punto de apoyo de 30 cms. y un ancho de 20 cms. Cerca de ella poner a una altura de metro y medio, y separada un metro del final de la tabla, una caja o cesta. Solicitar al primer niño que camine por la tabla, con los brazos extendidos lateralmente, sosteniendo una pelota en su mano preferencial y que al llegar al final lance la pelota hacia arriba para tratar de encestarla (en este período la cesta no ha de estar a mayor altura que la del niño más la altura de la tabla, pero sí con la separación mínima de un metro), el movimiento de lanzamiento ha de ser libre, según lo desee el niño. Repetir esta acción psicomotriz tres o cuatro veces con cada niño.
- Hacer el juego de movimiento "Alcanza y lanza la pelota a la cesta". Para ello se ha de situar una caja o cesta en el centro de la clase, en el medio de una circunferencia pintada en el suelo con tiza. La caja ha de

estar como mínimo a un metro y medio del borde del círculo. Situar a los niños a un extremo de la clase y en el otro extremo tirar por el suelo varias pelotas, los niños han de correr a coger una de ellas para luego ir hasta el borde de la circunferencia y desde allí, sin pisar el trazo, tratar de encestar la pelota dentro de la caja, con movimientos libres. Repetir el juego tres o cuatro veces.

- Hacer una marcha lenta de recuperación, caminando lentamente, inspirando con fuerza el aire ("Oliendo fuerte las flores") y espirando de igual manera ("Soplando fuerte las velas") hasta detenerse. Hacer progresivamente las inspiraciones y espiraciones más suaves hasta terminar.

Actividad

- Realización de juegos de movimientos que ejercitan habilidades psicomotrices generales.

Objetivo

Estimular de manera recreativa la activación de diversos planos musculares.

Metodología

El presente módulo consta únicamente de juegos recreativos de movimiento, que se dirigen cada uno de ellos a activar determinada habilidad psicomotriz general. El mismo ha de ser utilizado como premio "Hoy vamos solamente a jugar". Como estos juegos son muy activos, el educador determinará el número de juegos a realizar, pero nunca han de ser más de tres en una misma sesión.

El educador puede crear sus propios módulos de juego, de acuerdo con el desarrollo alcanzado por los niños en este momento del curso escolar. Al respecto, se le recomiendan algunos todavía no conocidos por los niños:

- Hacer el juego de "El cochecito". Para esto el educador ha de organizar varios equipos de niños (compuestos por cinco o seis niños cada uno) formando una hilera y los ubica en un extremo del área o la clase. Da al primer niño de cada fila una pelota mediana y una raqueta o paleta para que la ruede al otro extremo de la clase, de la vuelta (habrá una señal en el suelo donde se ha de retornar) y vuelva a su equipo, dándole la pelota y paleta al niño que está delante. Así sucesivamente hasta que todos hacen la tarea. Gana el equipo que más rápido y mejor realiza la actividad.
- Jugar a "Que se caen las bolsas". Con las mismas condiciones anteriores, darle al primer niño una bolsa de arena pequeña que se ha de poner en la cabeza. A una señal del educador, el primer niño echará a caminar hasta un punto previamente señalado al otro extremo de la clase, procurando que no se le caiga la bolsa (que no se puede tocar con las manos una vez que se empieza a caminar), regresa y entrega la bolsa al segundo niño que ha de repetir la misma operación. Gana el equipo cuyos niños se les caiga menos veces la bolsa de la cabeza.
- Hacer el juego de "Pasa y ponte de pie". Para ello el educador forma dos o más círculos de niños sentados en el suelo con las piernas

cruzadas, señalando a un niño que será el guía para iniciar el juego y al cual, entrega una pelota mediana. A una señal, este niño pasa la pelota al compañero que está situado a su derecha y cuando la entrega se pone de pie. La bola sigue así dando vueltas hasta que el último niño se pone de pie y entrega la pelota al primero. Gana el equipo que más rápido y mejor realiza este juego motor. El educador ha de velar porque unas veces se haga hacia la derecha y otras hacia la izquierda.

- Hacer “Que suene la campana”. Para este juego el educador cuelga una campana aproximadamente a dos metros de altura y coloca una cesta llena de pelotas pequeñas (como las de tenis) cerca de ella. A la señal “¡Que suene la campana!”, cada niño toma una pelota y la lanza contra la campana para que ésta suene. Este juego puede también hacerse formando equipos de cinco o seis niños que paulatinamente van a la cesta y tratan de darle a la campana, ganando aquel que más veces lo logre.
- Jugar a “A tumbar los bolos”. El educador en un extremo de la clase dibuja una línea y en el otro extremo coloca bolos de madera o plástico de distintos tamaños. A continuación forma varios equipos de niños a los que sitúa en hileras paralelas detrás de la línea. Luego da una pelota pequeña al primer niño de cada hilera y le dice que la lance rodando para tratar de tumbar los bolos que pueda, sin pisar la línea divisoria. El educador puede ayudarse en esta tarea colocando dos niños junto a los bolos, uno para que levante de nuevo aquellos que se tumban y el otro para alcanzar la pelota al que le corresponde lanzar. Este rol lo cambiará durante el curso del juego para que éstos también tengan oportunidad de lanzar.
- Hacer el juego “Llegó el cazador”. El educador dibujará en el suelo de la clase cinco o seis círculos (de acuerdo con el número de “animales” que existan en el “bosque”, estos círculos pueden tener la silueta o la figura del animal también dibujada dentro. Divide a los niños en pequeños grupos que se sitúan en cada círculo que representa a un animal. A la señal de “¡A jugar en el bosque!” los niños salen de sus círculos haciendo los movimientos de cada animal, desplazándose de manera dispersa por el área o la clase: unos saltando como ranas, otros trotando como un caballo, en cuadrupedita como el perro, saltando como conejos, volando como los pájaros, entre otros. A la voz de “¡Llegó el cazador!” todos han de correr a su casa, con los mismos movimientos que antes hacían. El juego se puede complicar haciendo que un niño asuma el rol de cazador, y que ha de irrumpir a la señal del educador.



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el quinto año
de vida
(4-5 años)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL QUINTO AÑO DE VIDA

El quinto año de vida constituye el año intermedio del período que se ha dado en denominar como edad preescolar, y él en sí mismo significa un período de tránsito entre el inicio de esta etapa del desarrollo comenzada con el cuarto año de vida y que culmina con la crisis del desarrollo de los seis-siete años.

Realmente la edad preescolar es una etapa única del desarrollo que comienza desde el momento del nacimiento y termina con la citada crisis, pero lo cierto es que históricamente ha predominado utilizar este término para el tiempo que transcurre desde los tres hasta los seis años, de ahí que a veces se haga necesario hacer aclaraciones cuando se utilizan estos vocablos. Lo que sí está claro es que la edad preescolar global, entendida desde el primero hasta el sexto año de vida, tiene dos fases bien definidas: una primera que va desde cero a tres años (más conocida por edad temprana), y otra desde los tres hasta los seis-siete, y que se ha dado en llamar reduccionistamente como edad preescolar.

Desde el punto de vista del desarrollo estos tres últimos años conforman y determinan, sobre la base de los tres primeros, los cimientos fundamentales del desarrollo de la personalidad del individuo, y en sí misma constituyen la etapa más importante del mismo.

Entre el cuarto y el quinto año no hay prácticamente diferencia en cuanto a la formación de las adquisiciones del desarrollo, por lo que en ocasiones se les ha considerado como un ciclo en sí mismos y lo que verdaderamente se da en el quinto año es un perfeccionamiento y mayor incremento de aquellos procesos y cualidades físicas y psíquicas que comenzaron a perfilarse en el cuarto año de vida, lo cual no quita que existan logros fundamentales del desarrollo que se obtienen en el quinto año y que lo hacen particularmente significativo a los fines del desarrollo, como es el caso de la transformación cualitativa que se sucede en el pensamiento representativo, también llamado pensamiento en imágenes, durante este año de vida. Desde este punto de vista, el quinto año no es realmente un año de tránsito como algunos pretenden ver, sino un período importante en el transcurso evolutivo del desarrollo infantil.

Pero a los fines del sistema de influencias educativas dirigido a la consecución de los logros del desarrollo, los métodos y procedimientos metodológicos entre el cuarto y el quinto año de vida son muy semejantes, por lo que las acciones educativas a ejercer, las áreas a trabajar, y las formas organizativas de estructurar esta actividad educativa, sólo se diferencian en su gran mayoría en una mayor complejidad de los contenidos, a los que se unen aquellos nuevos dados por el devenir evolutivo del desarrollo.

Así, la caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en este año son prácticamente similares al anterior, por lo que se han de plasmar como

aquellas, haciendo los ajustes necesarios que impone el tratarse de un año de vida mayor y particularizando en aquellas cuestiones que se inician en este año y no estaban presentes en el año anterior, o eran imperceptibles a los fines de la práctica educativa.

En referencia a la psicomotricidad, en el cuarto año de vida se han alcanzado logros que pueden resumirse en:

- ❑ La utilización amplia de instrumentos variados para dar solución a diversas tareas que se les presentan en la vida cotidiana.
- ❑ Un desarrollo cualitativo de las habilidades psicomotrices generales (caminar, correr, trepar, escalar, entre otras), que les permiten realizar una diversidad de acciones y entrar en contacto por sí mismos con el medio circundante.
- ❑ La capacidad de establecer una conversación de tipo situacional pero con elementos contextuales, que le permiten establecer una comunicación más efectiva con los que le rodean, no solamente de cosas directamente en el entorno sino de un carácter más conciso.
- ❑ Una autonomía y validismo importantes, que le posibilita realizar la mayor parte de las tareas por sí solos en su atención y cuidado.
- ❑ Un evidente conocimiento de sí mismo y de su esquema corporal bien consolidado, que le permite reconocerse como individuo y valorar las posibilidades de su cuerpo para realizar distintas acciones.
- ❑ Una manifestación significativa del juego de roles como actividad fundamental del desarrollo.

El hecho de que durante el cuarto año de vida la crisis del desarrollo de este período haya podido ser superada con un manejo eficiente, hace que los niños en el quinto año de vida sean más dúctiles y propensos a seguir la orientación adulta, aunque desde el punto de vista de la actividad psicomotriz existan exigencias notables para su desarrollo.

La crisis, como fenómeno natural del desarrollo, y que se sucede en varios períodos de la vida (al año, a los tres, entre los seis y siete años, a los once-doce cuando comienza la adolescencia, entre otros) es un proceso de grandes cambios que se dan en un corto período de tiempo y que transforman radicalmente a los niños. Es un paso inevitable en el desarrollo y que se da por la contradicción que se presenta entre las posibilidades cada vez mayores del niño de actuar por sí mismo y hacer más cosas, y la manera en que los adultos los han estado educando hasta el momento, dilema que ha de ser resuelto o la crisis, que es un paso normal del desarrollo, puede volverse crítica y resultar en perjuicio para el sano transcurso de la personalidad en formación de estos niños.

La crisis se caracteriza fundamentalmente porque los niños se vuelven rebeldes y caprichosos, se niegan a obedecer, quieren hacer todo por sí mismos, se muestran voluntariosos y renuentes a hacer las cosas como antes. En el plano emocional se observan irritables, majaderos, en ocasiones agresivos. Sin embargo, se destaca que este comportamiento se da solamente *con los adultos*, pues con los otros niños las relaciones se mantienen buenas y cordiales.

Si la crisis no es resuelta puede dejar como secuela rasgos muy negativos en la personalidad del niño, como son la terquedad, el rechazo a obedecer reglas y patrones de conducta, la obstinación y el oposicionismo, entre otros comportamientos significativos.

Para sobrepasar de manera satisfactoria la crisis en términos generales lo que hay que hacer es transformar el sistema de demandas impuesto al niño hasta ese momento, contrastar con sus posibilidades crecientes, y modificar e instaurar nuevos patrones de organización y control de su conducta y socialización.

Esto ha debido hacerse de manera apropiada en el cuarto año de vida, por lo que la socialización de los niños en el quinto año no debe presentar grandes dificultades, si bien son bastante exigentes en cuanto a sus posibilidades de conocimiento, de lo cual la presencia significativa de los porqué de contenido cognoscitivo y la manifestación de las relaciones de causa y efecto, hacen que estos niños requieran de actividades complejas y que les aporten un reto psicomotor, social, personal.

Esto es particularmente significativo en las actividades modulares, que al igual que en el año de vida anterior, requieren de nuevos métodos de realización, como es combinar en una sola acción aquellas actividades que en el año de vida anterior se hacían de forma separada. De esta manera se satisfacen las necesidades crecientes del niño de hacer cosas más complejas y el educador logra alcanzar sus objetivos de una manera mucho más efectiva.

También se hace más palpable el afán competitivo de los niños en este año de vida, que continuamente se están planteando hacer más cosas y mejores, por lo que esta característica ha de ser manejada de forma inteligente por el educador, para que dentro del espíritu competitivo se instauren también los sentimientos de solidaridad, de ayuda mutua y de cooperación entre los niños.

El niño en el quinto año de vida tiene una vitalidad y resistencia física notables, que le posibilita hacer acciones psicomotrices más extensas y complejas, y donde el progreso en su control postural y su autonomía le permiten realizar tareas bien difíciles, y que obliga al educador a diseñar actividades acordes con estas posibilidades.

En relación con esto el niño de este grupo de edad realiza las tareas psicomotrices con una participación activa de su pensamiento, que se expresa en acciones de orientación internas y que son un reflejo del nivel mental

alcanzado en estas edades y que le posibilita orientarse y hacer más efectivas sus acciones mediante el descubrimiento de relaciones esenciales de los objetos y fenómenos del mundo circundante, con acciones que ya puede analizar y prever en un plano interno

Una prueba palpable de esto es la posibilidad de utilizar sustitutos de la realidad, tanto en sus juegos como en los objetos que utiliza, lo que posibilita al educador no depender tanto ya del medio material para la realización de sus actividades.

La ampliación significativa del horizonte cognoscitivo del niño de esta edad, lo cual está dado por la diversificación de la realidad, hace que se requieran acciones estimuladoras dirigidas a las áreas específicas del desarrollo, tales como la actividad motriz, la percepción, el pensamiento, el conocimiento del mundo natural y social, entre otros, por lo que el sistema de influencias educativas se diferencia por áreas de desarrollo y con acciones propias para cada una de ellas.

Desde el momento que se da la diferenciación por áreas de desarrollo, los contenidos de la actividad psicomotriz en el sistema de influencias educativas, destaca que, además de las actividades motrices como tales, se incluyen las referentes a la imagen corporal, las que tienen que ver con la estructuración del espacio partiendo del cuerpo del niño y las referidas a la estructuración temporal.

El conocimiento del esquema corporal, de la imagen corporal, trata de las nociones que el niño va estructurando de manera progresiva con respecto a su cuerpo, de sus características físicas y de las posibilidades de acción motora que el mismo le ofrece y de la formación de su identidad personal y su relación con los demás.

La estructuración espacial implica la noción que construye el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, de la relación de su cuerpo en dicho espacio con los objetos, las personas y las situaciones de su medio natural y social que le rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, adelante, derecha, izquierda, etc.).

La estructuración temporal comprende la capacidad del niño para situar hechos en una sucesión de tiempo, noción que les permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Todos estos aspectos toman en consideración a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique y las actividades para su desarrollo han de tomar en cuenta este criterio.

De la misma manera que en el cuarto año de vida y ahora de forma mucho más manifiesta, los cambios y transformaciones que se dan en el desarrollo no son ya tan rápidos como antes, lo cual hace que el sistema de influencias educativas se siga organizando en períodos más largos y aunque pedagógicamente siguen el criterio de trimestres escolares, desde el punto de vista de la evolución del

desarrollo psíquico las líneas directrices de este desarrollo son considerablemente más amplias y comprenden todo el año de vida, e incluso los siguientes.

Realmente estos tres años (cuarto, quinto y sexto) comprenden un ciclo de desarrollo en el que las cualidades y funciones psíquicas características de esta edad comienzan a manifestarse desde el cuarto año y alcanzan su expresión más completa hacia los seis-siete años en que concluye este período.

En referencia a las actividades y dado que el cuarto, quinto y sexto años de vida constituyen en sí mismos un período del desarrollo, en el que los objetivos de la enseñanza se conciben teóricamente iniciándose a partir de que los niños tienen tres años y se alcanzan cuando estos cumplen los seis-siete años, gran parte de las actividades propuestas para este quinto año han de continuarse realizándose en los próximos, al igual que algunas del cuarto año se han de mantener en el actual, añadiéndole por supuesto un mayor nivel de mayor complejidad, como sucede en el caso de las actividades modulares, que difieren mucho más en la complicación de las acciones a realizar que en la inclusión de nuevos contenidos.

Por lo tanto, pedagógicamente la organización de actividades sigue en términos generales la misma que se tenía en el año de vida anterior, con la realización de aquellas que contienen objetivos amplios y otras que se refieren a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor.

Las actividades en este quinto año de vida tendrán dos formas organizativas principales:

- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico.
- Actividades modulares, que abarcan varios objetivos que se han de trabajar conjuntamente.

Como ya hemos tratado anteriormente, el primer tipo de actividad suele desarrollar objetivos únicos, y la acción de estimulación está dirigida a la consecución de un logro particular, mientras que en las actividades modulares (o módulos de actividades) se trata de estimular varios procesos de manera simultánea.

El hecho de que se propongan actividades modulares previamente diseñadas, no implica que estos módulos no puedan ser modificados, sino que, por el contrario, el educador ha de incluir en los mismos aquellas actividades de contenido específico que a su juicio puedan serlo, de acuerdo con los objetivos que se propone alcanzar en tal actividad.

En este sentido el educador podrá organizar sus propios módulos, incluyendo en los mismos tareas que han de estar en correspondencia con el nivel de desarrollo de los niños, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a formar.

De igual modo, y aunque hay actividades que aparecen en un trimestre determinado, cabe recordar que las mismas, sean de carácter específico o modulares, tienen una aplicación en todo el año de vida, por lo que se pueden mantener de un trimestre escolar a otros.

En cuanto a la organización, estas actividades se estructuran de la forma siguiente:

- Actividades para los niños en el primer trimestre escolar.
- Actividades para los niños en el segundo trimestre escolar.
- Actividades para los niños en el tercer trimestre escolar.

Estas actividades tienen procedimientos metodológicos generales que son semejantes en todos los trimestres, y que han de ser tomados en consideración a la hora de concebir las actividades pedagógicas.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL QUINTO AÑO DE VIDA

El quinto año de vida se caracteriza por la realización sistemática de acciones psicomotrices variadas y combinadas, preferentemente en el marco de una situación lúdica, según el conocimiento que el niño posee de su cuerpo, del espacio y el tiempo.

Las vivencias psicomotrices de los años precedentes forman la base de nuevas formas de realizar estas acciones, que se hacen más creadoras e independientes, y donde se crean las condiciones necesarias para su realización por propia iniciativa. Por medio de la actividad psicomotora, el niño enriquece su contacto con el mundo de los objetos, sus propiedades y relaciones. El movimiento corporal apoya el establecimiento de relaciones espaciales y temporales, la expresión oral y corporal, además del juego.

La actividad psicomotriz proporciona al niño alegría y satisfacción, a su vez propicia la asimilación de acciones dirigidas a la regulación de su conducta, contribuye a las relaciones con sus coetáneos, le permite apreciar su actuación y la de los demás, ponerse de acuerdo para desarrollar los juegos, realizar acciones utilizando las propiedades de los objetos y sus relaciones, además, juega un papel importante en la orientación espacial a partir de su cuerpo y de otros puntos de referencia, y en la expresión de imágenes mediante movimientos corporales propiciados por estímulos musicales.

Las actividades psicomotrices en el quinto año de vida se organizan en tres formas principales:

- ▣ La actividad pedagógica psicomotriz.
- ▣ La actividad psicomotriz libre o independiente.
- ▣ Los juegos de movimiento.

La actividad pedagógica psicomotriz se caracteriza porque, en la misma, el educador ejerce una orientación del contenido de la actividad, posibilitando a su vez que el niño establezca y se apropie de las relaciones esenciales por sí mismo. Esta acción sobre la zona de desarrollo próximo de los niños, es básica para la asimilación adecuada de los contenidos.

La actividad psicomotriz libre o independiente posibilita que el niño ponga en práctica por su propia iniciativa lo asimilado en las actividades pedagógicas, determinando por sí solo qué hacer, cómo hacerlo, cuándo hacerlo, lo que colabora grandemente al desarrollo de su independencia y de su autonomía.

El juego de movimiento trata de reforzar lo asimilado mediante la acción orientadora del educador, y puede incorporarse como un contenido dentro de las actividades modulares o formar parte de las posibilidades de la actividad físico-recreativa del niño en su juego libre.

En el quinto año de vida las actividades pedagógicas psicomotrices podrán durar hasta 25 minutos y han de realizarse preferentemente en el área exterior, sobre el césped, y si se hacen en la clase ha de procurarse el suficiente espacio. Los niños usarán calzado deportivo y podrán estar descalzos cuando se ejecuten en la clase.

La ropa más apropiada será unos pantalones cortos y una camiseta, acorde con su talla y con un diseño que permita la movilidad. En el desarrollo de las diferentes tareas en ningún caso se divide a los niños por sexo.

Para las actividades motrices libres el educador ha de situar a disposición de los niños variados materiales y la posibilidad de hacer lo que deseen en los aparatos mecánicos del área de juegos, equipos de actividad psicomotriz y otros elementos de juego.

El educador puede decidir hacer estas actividades con todo el grupo de niños, por parejas, tríos o pequeños grupos. Estas formas de trabajo se seleccionan y aplican de acuerdo con el contenido, para facilitar la carga física, la necesaria ejercitación y la utilización óptima del tiempo, evitando así el surgimiento de la fatiga, si bien pueden combinarse varias maneras de organizar a los niños dentro de una misma actividad.

Se ha de evitar en todo momento que ellos permanezcan en posiciones estáticas, o esperar entre una tarea psicomotriz y la otra, pues esto los dispersa y les hace perder la motivación hacia la actividad.

Toda actividad psicomotriz ha de facilitar el desarrollo de las habilidades psicomotrices generales y conjuntamente las capacidades coordinativas, la flexibilidad y la postura, el equilibrio, la regulación de los movimientos, la diferenciación, la adaptación y los cambios motrices, la orientación espacial y temporal, que son objetivos permanentes.

La flexibilidad y los hábitos para una postura correcta se trabajarán de conjunto, para ésto se combinan movimientos compensatorios, tales como caminar en punta de pies y luego en el talón y el borde exterior; o estando sentado encorvarse con los brazos y la cabeza abajo para enderezarse situándolos arriba; o acostados boca arriba hacer una bola con el cuerpo y luego extenderse completamente con los brazos en arqueado.

El ritmo ha de ser moderado, tratando de motivar a los niños a que amplíen el recorrido de sus movimientos corporales con frases como: "más amplio, grande, profundo, abajo, arriba"; "resbaltamos" e imágenes, como "el saltamontes, la

mariposa, la rana", etc. La motivación descansa en el juego y expresión corporal y en la variedad de tareas psicomotrices que puedan hacerse, para evitar la monotonía y enriquecer cada día la experiencia motriz de los niños.

La coordinación se logra cuando se mueven de manera simultánea diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo: saltar y separar los pies conjuntamente con los brazos laterales; combinar movimientos de una o varias partes del cuerpo, como el hacer cuclillas y saltar hacia arriba; poner los brazos laterales abriendo y cerrando las manos, o alternar la posición o dirección del movimiento de una parte del cuerpo, como cuando se entrelazan las manos en la espalda con un brazo por arriba y otro por abajo flexionando los codos.

El equilibrio, en el que intervienen los receptores visuales, auditivos y vestibulares, se desarrolla al realizar las acciones psicomotrices por diferentes planos, distintas dimensiones en el área de apoyo, variadas alturas, posiciones del cuerpo, y combinaciones con giros y otros elementos.

La regulación de los movimientos se forma y desarrolla procurando que el niño aprecie diferencias entre sus esfuerzos musculares (hacer un movimiento más-menos: amplio, grande, profundo, fuerte, suave, enérgico), entre el espacio recorrido por él o un medio al cual aplica su esfuerzo (lejos-cerca, alto-bajo, grande-pequeño, largo-corto; estirarse-agruparse) y entre las formas de transcurrir el tiempo respecto a la acción motriz (más-menos, rápido-lento, despacio, breve, rítmico, moderado).

Los tres elementos se relacionan provocando un sistema causa-efecto: Si rebota la pelota fuertemente contra el suelo (energía), cómo se mueve rápido (tiempo) y llega muy alto (espacio) hay una relación, pero si se lanza suave, el recorrido es lento, queda cerca, hay otra relación causa-efecto.

La adaptación y los cambios motrices se dan en la combinación constante e inesperada de elementos dentro de una actividad, fundamentalmente por orden verbal en una situación lúdica, como, por ejemplo, cuando se combina la carrera, mandar a detenerse, hacer cuclillas; o correr, caminar rápido, girar, entre otros. También se logra combinando habilidades psicomotrices generales, como caminar por un banco o una viga, pasar un obstáculo por encima, correr y trepar a un plano horizontal, o un cambio de rol en el juego de movimiento.

La orientación espacial se establece a partir del conocimiento del niño de su propio cuerpo, y por puntos de referencia relacionados con él, realizándose básicamente por indicaciones verbales, tales como poner brazos arriba y abajo, saltar dentro o fuera de un aro, caminar hacia un lado o al otro, pararse de frente a su compañero o de espalda a él, correr entre líneas, hacer un círculo alrededor de un árbol, saltar al frente o atrás, a un lado, con giro, correr y a una señal detenerse y tocarse una parte del cuerpo, entre otras.

La diferenciación psicomotriz se logra a partir del conocimiento y la práctica de

las acciones psicomotrices que posibilitan que el niño establezca relaciones de comparación y distinción entre sus acciones, en el esfuerzo realizado en unas y otras, y en las formas de desplazamiento en el espacio y el tiempo. Ejemplo de esto es cuando se perciben las semejanzas y diferencias entre la cuadrupedia y el escalar, entre el lanzar y rodar, el caminar y correr, rebotar y golpear, etcétera.

Para la realización de la actividad psicomotriz se utilizan diferentes métodos, uno de ellos son los métodos verbales, que activan la motivación, estimulan al niño y contribuyen a la comprensión e independencia de sus acciones.

Así, el educador ha de proponer tareas a los niños en función del conocimiento que poseen del cuerpo, del espacio y del tiempo, con aumento progresivo de las dificultades, estimular situaciones nuevas, favorecer el descubrimiento y la variación de los movimientos en relación con lo propuesto. Ejemplos: "¿Cómo pueden pasar de una piedra a otra del río? (caminando, saltando); "¿cómo se puede rodar la pelota más lento o más rápido?" (dándole golpes, empujándola); "¿con qué partes del cuerpo es posible golpear la pelota?" (con la mano, con el pie, con la cabeza), "¿cómo pasar por una escalera?" (colocándola horizontalmente a una pequeña altura, caminando entre peldaños, caminando por los bordes, en cuadrupedia). En tales ejemplos el educador crea situaciones y los niños ofrecen variadas respuestas motrices, todo ello mediante un lenguaje sencillo y adecuado, sin tecnicismos, haciendo referencia al cuerpo, el espacio y el tiempo.

De los métodos sensoperceptuales, uno de los que más contribuye a motivar a los niños es el auditivo, que estimula al oído, la percepción del tiempo y el ritmo en el movimiento corporal, por ejemplo: sugerir un movimiento o cambiar su ritmo de ejecución por medio de una rima, una canción o un instrumento sonoro.

Los métodos visuales, entre ellos la demostración, se utilizan para dar atención a las diferencias individuales como última opción o nivel de ayuda y si es posible, a través de la observación de otro niño. Su función es que el niño pueda realizar la acción psicomotriz por la imitación de los movimientos que observa.

Los métodos prácticos se aplican durante la actividad psicomotriz básicamente a través de la ejercitación y el juego. Este último contribuye al desarrollo de capacidades físicas, a formar cualidades de la personalidad, regular la conducta, elevar el estado emocional y la intensidad del trabajo físico.

Para una adecuada realización de las actividades psicomotrices es importante que el educador enseñe a respirar a los niños. Los movimientos de inspiración y de espiración contribuyen a estabilizar el ritmo respiratorio, favoreciendo la capacidad de trabajo. Para ello se ha de indicar, o demostrar si es necesario (que sea perceptible por los niños), cuándo inspirar y cuándo espirar, que aunque practicados en el año de vida anterior, es una acción que ha de consolidarse en el actual.

La actividad psicomotriz en la edad preescolar está en función de la variedad de los movimientos, en el enriquecimiento de la experiencia motriz de los niños, y no en la calidad puramente técnica de estos movimientos, aunque el educador ha de brindar atención a las diferencias individuales en aquellos casos en que la integridad física y la salud de los niños lo requiera.

En este sentido, por ejemplo, al realizar un salto de profundidad, se ha de lograr la semiflexión de las piernas en la caída para proteger las estructuras y funciones de los huesos, músculos y articulaciones y, por tanto, de la postura y la salud. Esto se alcanza mediante llamadas de atención, la motivación ("hacer como un muelle"), la rectificación en el propio cuerpo del niño con las manos del educador, hasta la demostración si es necesario; pero fundamentalmente, mediante la posibilidad de ejercitar.

En el quinto año de vida las actividades psicomotrices que se realizan con los niños incluyen ejercicios activos, tales como los desplazamientos; las acciones para el desarrollo físico general; las acciones para la formación de habilidades motrices generales y los juegos de movimiento.

LOS DESPLAZAMIENTOS

Son tareas psicomotrices dirigidas a organizar a los niños para lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, el espacio y los medios de enseñanza, en cualquier momento de la actividad. Por lo general se realizan con todo el grupo y se utiliza todo el espacio disponible, evitando la manipulación innecesaria de los niños y velando por la postura correcta.

Por lo general se realizan acompañados de un ritmo, canción o rima, que sirven para motivar a los niños y como punto de referencia para desplazarse de una u otra forma, logrando así una disposición general para la actividad desde el punto de vista psíquico y físico, que hace que se incorporen a ésta con alegría. El educador no necesita moverse frente al grupo o junto a él, salvo en algunas tareas motrices que así lo exijan y será suficiente que se coloque en lugares del área de actividad o de la clase que le permitan observar y orientar a los niños.

Al desplazarse los niños pueden llevar objetos en las manos, en la cabeza, en los hombros, moverlos, cambiarlos de mano. Así, un pañuelo podrá ir en la cabeza, luego en los hombros, colgado en el antebrazo, ser agitado, etcétera.

Los niños pueden caminar, correr y saltar. Además de hacerlo en forma dispersa, lo pueden realizar en círculo, en hilera, en filas, en parejas; hacia el frente, hacia atrás, y hacia los lados, y al hacerlo pueden incluir muchas acciones, tales como saludarse entre sí, perseguirse, tocarse, etc., lo cual es propio de este año de vida.

También se pueden utilizar r puntos de referencia: detrás, delante, alrededor, dentro, fuera, arriba y abajo, que sirven a su vez para ejercitar las relaciones espaciales. Estos puntos de referencia se han de indicar con marcas, juguetes, árboles, los propios niños, cuerdas largas, aros y otros objetos. De acuerdo con el desarrollo alcanzado por los niños, los puntos de referencia usados inicialmente se van sustituyendo por la indicación verbal.

El educador puede combinar de manera armónica varios de los contenidos previstos en los desplazamientos para cada actividad. Esto es muy evidente en las actividades modulares en que por lo general se combinan varios tipos de movimientos.

En el quinto año de vida se introduce el caminar con los ojos cerrados, pudiendo hacerse en punta de pie con los brazos extendidos arriba, elevando las rodillas al pecho, caminando por el borde de una aro, cuerda o bastón, con las manos en la espalda, etc.

LAS TAREAS PSICOMOTRICES PARA EL DESARROLLO FÍSICO GENERAL

Estas están dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo y al desarrollo de la coordinación y la flexibilidad. Se pueden realizar en el lugar o con desplazamientos, en formaciones o dispersos, con o sin objetos, y desde diferentes posiciones iniciales, que varían en dependencia del desarrollo de los niños y de las condiciones del área. Por lo general se realizan con todo el grupo completo.

Estas tareas psicomotrices abarcan los movimientos de cabeza, brazos, tronco, piernas y sus combinaciones, que contribuyen al desarrollo de la coordinación, por lo que ha de procurarse que los niños realicen los movimientos con amplitud.

El número de tareas a hacer por los niños dependerá de las combinaciones que se ejecuten y de las posibilidades de su desarrollo morfofuncional y psicológico.

En este año de vida el educador orientará las tareas psicomotrices principalmente mediante indicaciones verbales (arriba, abajo, al frente, atrás y otras), pero puede apoyarse en instrumentos de percusión, en imágenes (medios de transporte, animales, objetos mecánicos y otros), en un paseo imaginario, en rimas, canciones conocidas o creadas por él mismo. Seleccionará y combinará estas formas de dirección de acuerdo con el contenido de la tarea psicomotriz, bien sea para contribuir al conocimiento de las diferentes partes del cuerpo, a la orientación espacial y a la participación cada vez más independiente de los niños.

En estas actividades se pueden emplear diversos objetos: cintas, aros, flores, globos, cubos plásticos, hojas de árboles y otros.

LAS ACCIONES PARA LA FORMACIÓN DE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES GENERALES

Están encaminadas al desarrollo de las habilidades generales, las capacidades coordinativas y la flexibilidad, y contribuyen a sentar bases para la sana formación de determinadas cualidades de la personalidad, como la acción voluntaria, la perseverancia, el valor, entre otras.

Las acciones psicomotrices generales en este año de vida son caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, golpear, caminar en cuadrupedia, reptar, escalar, trepar y sus variantes y se han de repetir más o menos atendiendo a sus características y grado de dificultad.

En una actividad pedagógica se han de realizar de tres a cinco acciones motrices, separadas o combinadas, pero también se puede ejecutar variantes de una misma habilidad; aunque siempre teniendo en cuenta lograr un balance en el trabajo de los diferentes planos musculares. En su realización pueden utilizarse distintas formas de trabajo, tal como crear varios grupos pequeños o hacerlo con todo el grupo de niños.

El educador ha de tratar de mantener la motivación en la realización de las tareas, pues esto ayuda a lograr la actitud propicia de los niños. Al proponerles hacer una tarea ha de hacer referencia a sus cuerpos, al espacio y el tiempo, así, por ejemplo, cuando escalan o trepan les ha de decir que lleguen a lo alto, hasta el final; cuando saltan, reptan o hacen cuadrupedias se les ha de estimular el hacerlo hacia delante, hacia detrás, por encima de objetos, más rápido o más lento, además de otras formas que se puedan crear o surjan para que los niños realicen y disfruten plenamente de la actividad.

La práctica de estas tareas ha de combinar varias habilidades siempre que sea posible, pues elevan a planos superiores el desarrollo de estas habilidades y por consecuencia de las capacidades coordinativas, además de ser más estimulantes y variadas para los niños. Es por eso que los módulos de actividades siguen constituyendo una forma principal de realización de las tareas psicomotrices.

El educador ha de aplicar procedimientos metodológicos que resulten efectivos para formar y consolidar estas habilidades psicomotrices generales, con referencia a las mismas se sugiere lo siguiente:

Caminar

En las tareas para el desarrollo del caminar se ha de velar porque los niños tengan una postura correcta, insistiendo en que mantengan el tronco y la cabeza erguidos cuando se ejecuten por tablas o bancos, líneas o cuerdas, pasando

obstáculos y vigas. Estos ejercicios contribuyen al desarrollo del equilibrio, la coordinación y orientación espacial. También, cuando se hacen en combinaciones, se desarrolla la adaptación y los cambios, y la diferenciación.

Los niños pueden caminar sobre un banco o una tabla inclinada, y pueden hacerlo con o sin objetos en las manos o en la cabeza. El caminar puede realizarse hacia el frente, dar pasos laterales con giros, cucullas, sobrepasando pequeños objetos. En este quinto año de vida las tablas han de tener también un ancho aproximado de 20-30 cms., y su inclinación podrá alcanzar una altura de 40 a 50 cms., en dependencia del desarrollo logrado por los niños.

El caminar sobre líneas puede hacerse sobre rectas, onduladas y curvas. De igual forma podrían colocarse cuerdas.

El caminar sobre una tabla o un banco puede ejecutarse con dos niños a la vez, uno frente al otro, los cuales pueden cruzarse en el centro del objeto o girar y regresar. También se les puede proponer distintos movimientos, tales como "¿Cómo caminar por el banco apoyando un solo pie?, ¿apoyando un pie y una mano?, ¿con los glúteos?" Estos elementos se pueden combinar. En todo caso la altura del banco o de la tabla será desde 25 hasta 30 cms.

Cuando se camina pasando obstáculos a una altura, se emplean vallas, latas pequeñas, cuerdas atadas a sillas, bastones apoyados a una altura, entre otros. La altura de los obstáculos ha de comenzar en 15 cms. y llegar a un máximo de 30 cms. Estos obstáculos pueden estar alineados a una misma altura o aumentarla o variarla de uno a otro dentro de los límites de las posibilidades de los niños.

En este año de vida los niños pueden pasar bancos o tablas colocadas transversalmente *en parejas, pequeños grupos o de forma individual*.

Para caminar sobre la escalera colocada en el suelo, se puede pasar entre los peldaños y además, sobre los bordes, en este quinto año se puede poner a una altura determinada para que los niños caminen pasando entre los peldaños.

También en aquellos centros infantiles que posean en sus áreas exteriores pequeños troncos fijos, muros, etcétera, pueden usarse como elementos para caminar sobre ellos.

Caminar sobre la viga se hará al frente, con pasos laterales, con pasos hacia atrás. La viga tendrá un ancho aproximado de 10 cms. Se comienza con ella colocada en el suelo y se va aumentando su altura poco a poco hasta llegar a los 20 cms.

Correr

El educador ha de velar porque el correr se realice siempre con la parte anterior

de los pies, para lo cual se les puede indicar a los niños que lo hagan "sin hacer ruido".

La carrera contribuye al desarrollo de la coordinación, del ritmo, del equilibrio y de la orientación espacial. Cuando se combina con otros movimientos se favorece además la regulación, la adaptación y los cambios, la diferenciación y en sentido general, la flexibilidad. En este quinto año los niños son capaces de realizar diversas combinaciones de carrera con otras acciones.

Las sendas para la carrera se trazarán con tiza, cuerdas, cintas u otros. Se comenzará con varias sendas onduladas y curvas, y también en zigzag. El ancho de las sendas será de 30 cms. aproximadamente en esta edad. El largo oscila entre 10 y 20 metros.

La carrera a una distancia puede ser en parejas, tríos y en pequeños grupos, aumentando su longitud de manera paulatina, se comienza con 20 metros y se puede llegar hasta los 30 metros o más. Ha de procurarse que la carrera se haga de forma continua y mantener la motivación de los niños durante el recorrido.

En este quinto año se introduce la carrera por diferentes planos, inclinados, muros, por elevaciones del terreno, bancos y otros. La tabla inclinada tendrá una altura aproximada de 50 cms., y el banco de 30.

Saltar

El salto contribuye al desarrollo de las capacidades coordinativas y la flexibilidad y se ha de realizar cayendo en la parte anterior de los pies, con semiflexión de las piernas y sobre una superficie suave.

Saltar con ambas piernas puede ejecutarse al frente, atrás, y hacia los laterales, utilizando partes del cuerpo como puntos de referencia: brazo al frente, salto al frente, piernas flexionadas, caer en puntillas. Puede hacerse con diferentes medios, tales como cuerdas, periódicos, pequeños objetos, bastones, cintas, aros, llevando objetos en las manos, entre las piernas, introduciéndose en sacos. Otra variante es dar varios saltos seguidos delimitados por los medios antes mencionados. El salto se hará con apoyo de las manos desde la posición de cuclillas (apoyando las manos al frente y saltar acercando los pies a las manos).

Los saltos con las dos piernas se pueden realizar tanto individual como en parejas. Los saltos en parejas se ejecutan coordinando el movimiento entre los participantes, por encima de las extremidades de un niño que permanece acostado o sentado, con piernas unidas o separadas y brazos separados.

Utilizando una cuerda o línea larga se pueden hacer saltos laterales con desplazamientos al frente o detrás, en zigzag, sobre la cuerda o línea. Estos saltos desarrollan la coordinación, la regulación de los movimientos y la flexibilidad.

El salto de profundidad puede realizarse individual, en parejas o en pequeños grupos y se efectúa de frente, de espalda y de lado. La altura oscila entre 20-40 cms. Al saltar a una profundidad con las dos piernas, se pueden representar animales, objetos; y también se puede hacer desde diferentes lugares (muros, bancos, obstáculos, altura, etcétera).

Para el salto hacia una altura, se emplean colchones, tapas de cajón sueco, muros, pudiendo apoyar o no las manos. La altura oscila entre 10 y 15 cms. A través de estos saltos también se desarrolla la coordinación motriz, el equilibrio, la regulación y la flexibilidad.

Saltar obstáculos a una altura se realiza hacia diferentes direcciones: al frente, hacia detrás y hacia los laterales. La altura en este año será de 25 cms. aproximadamente. Esta tarea motriz se lleva a cabo con o sin carrera de impulso y combinado con la carrera contribuye a la adaptación y cambios motrices y a la diferenciación de movimientos.

También se han de realizar saltos con una pierna, hacia el frente, atrás, a los laterales. Los niños pueden saltar en parejas, con una mano en el hombro del compañero y la otra sosteniendo la pierna por el tobillo, desplazándose o girando ambos niños.

Pueden combinarse saltos con una y dos piernas, marcando en el suelo el lugar de apoyo de los dos pies y de uno alternadamente, como si fuera un camino. Ha de alternarse el salto con una y otra pierna.

Lanzar

El lanzamiento desarrolla fundamentalmente la coordinación, la orientación en el espacio, la regulación del movimiento, la diferenciación y la flexibilidad.

Lanzar con una mano, de manera alterna, y con dos manos puede realizarse de diversas formas: por encima de la cabeza, del hombro, desde el pecho, por abajo. El niño es capaz de lanzar hacia distintas direcciones: arriba, al frente, hacia detrás, pudiendo combinarse formas y direcciones. Un niño puede lanzarle a otro, a un cesto, a un objetivo a diferentes alturas: hacia el suelo, a la altura de la vista y más alto; así como atrapar con las dos manos.

Ha de procurarse que al lanzar con una mano, siempre se repita el movimiento con la otra.

El rebotar y el atrapar se puede hacer individual y en grupo, hacia el suelo, hacia la pared. Este tipo de acción psicomotriz puede combinarse con cualquier otra forma de lanzamiento. En este quinto año de vida se hace sobre un banco o estando de pie sobre éste y rebotando en el suelo.

También en este año los niños han de hacer el rebote mantenido con una y con dos manos, alternando en el lugar y combinar el lanzar, el rebotar y el atrapar.

Rodar

El rodar colabora a la coordinación motriz, a la regulación de los movimientos, a la diferenciación y a la orientación espacial. Rodar objetos puede hacerse de forma individual, en parejas o pequeños grupos y desde variadas posiciones: sentados, con flexión del tronco; hacia distintas direcciones: al frente, atrás, a un lateral, entre las piernas, alrededor y por diversas partes del cuerpo: cabeza, manos, rodillas.

Para rodar por diferentes planos se utilizan tablas inclinadas, bancos, muros, declives del terreno y otros. Se ruedan objetos colocados a distancia, y el objeto que rueda puede atraparse con las dos manos, ser detenido con el pie o con otro objeto (bastón, bolo, raqueta, etcétera).

Golpear

Como otros movimientos ayuda a la coordinación motriz, a la regulación del movimiento, a la orientación en el espacio y a la diferenciación. El golpeo de la pelota se hace individualmente, en parejas, en pequeños grupos, y hacia un objeto. Cuando se realice con el pie, el golpe debe efectuarse con el borde interior de éste. Se pueden utilizar complementos auxiliares como: raquetas, bolos, bastones, palos y otros.

En este año de vida se introduce el golpeo con desplazamiento (conducción de una pelota) y atrapar los objetos golpeados con las manos, con el pie, o con un objeto.

En las tareas psicomotrices de lanzar, rodar y golpear se podrán usar bolsas rellenas, pelotas industriales, artesanales, cestos, aros, marcas, dianas, cuerdas, redes, cilindros, bastones, discos de cartón, objetos sonoros, pañuelos, cintas, bolos, raquetas y otros creados por el educador.

Cuadrupedia

La cuadrupedia se realiza en cuatro puntos de apoyo (pies y manos). En la ejecución de este movimiento se ha de velar porque la superficie de apoyo (tanto el suelo como los objetos que se empleen) no dañen la piel de los niños. Esta forma de movimiento desarrolla la coordinación, la orientación espacial y el equilibrio.

La cuadrupedia por el suelo en diferentes direcciones, puede hacerse bordeando

obstáculos dispersos o alineados; por sendas trazadas en líneas rectas, curvas, en zigzag, describiendo caminos. El desplazamiento puede ser al frente, hacia detrás, lateralmente o girando.

Los planos que se utilicen para la cuadrupedia pueden ser tablas planas en el suelo, o inclinadas, en las que los niños pueden bajar deslizándose, o subir también a una altura o banco, sobre escaleras colocadas en el suelo e inclinadas. La altura de la tabla, el banco y la escalera inclinados será de 40 cms. y su ancho de 20 a 30 cms.

En este quinto año la cuadrupedia también se hará invertida y en las direcciones anteriormente señaladas.

La cuadrupedia se puede ejecutar combinada con otros elementos, llevando objetos en la espalda, empujándolos con las manos, la cabeza y pasando cuerdas. En las combinaciones se puede incluir la acción en parejas: pasar entre las piernas separadas; sentado, pasar por arriba de las piernas y acostado atrás, con piernas y brazos separados, etc.

También en este año los niños harán cuadrupedia pasando bancos colocados de manera transversal, así como muros altos, cuerdas atadas, entre aros y con movimientos hacia delante, hacia atrás y hacia los lados.

Reptar

Reptar implica que se alterne el movimiento de los brazos y piernas para lograr la coordinación; esta habilidad psicomotriz desarrolla, además, la flexibilidad. Cuando se realice por debajo de obstáculos pueden utilizarse tablas, mesas, escaleras o similares, a pequeñas alturas (25 cms. aproximadamente), para garantizar que el niño arrastre su cuerpo por el suelo. Es recomendable aumentar la cantidad de obstáculos para incrementar las distancias de desplazamiento durante la reptación.

La superficie por donde se ejecute el movimiento ha de reunir las condiciones necesarias para no dañar la piel de los niños. Esta tarea motriz puede realizarse libremente, hasta un objeto, y por debajo de otro niño, y pueden incluirse diferentes planos en este caso la altura no debe exceder de 50 cms.

Escalar

El escalar requiere garantizar la seguridad del niño, pues es una habilidad psicomotriz que implica destreza y valor. El educador trabajará para que el niño alterne el movimiento de brazos y piernas, tanto al subir como al bajar del implemento. En este quinto año los niños pueden suspenderse con apoyo y lograr un escalamiento coordinado.

Trepar

Para trepar de forma horizontal se puede utilizar el cajón y el banco suecos, barriles u otros elementos creados por el educador. La altura para este grupo ha de ser de 50 cms.

Las cuerdas que se usen para trepar en un plano vertical, han de tener nudos a 20 cms. de separación y estarán tensas. Del primer nudo al suelo ha de haber una altura aproximada de 15-20 cms. La altura máxima de la cuerda será de 2 metros. Los niños en este grupo podrán suspenderse con apoyo y balancearse en la cuerda.

Los juegos de movimiento refuerzan las acciones psicomotrices aprendidas y contribuyen a formar rasgos positivos de la personalidad. La repetición del juego dependerá de su dinamismo, de la carga física a que es sometido el niño y de su contenido.

Los juegos cotidianos pueden tener variantes modificando las posiciones iniciales, las formaciones, los modos de ejecutar la acción, la utilización de los medios de enseñanza, la distribución de los roles principales, y las reglas del juego. Lógicamente este tipo de variación se ha de realizar de acuerdo con la organización del juego que se va a desarrollar.

Por ejemplo, en el juego "Pasar la pelota", que en el juego original se pasa la pelota por arriba de la cabeza desde el principio de la formación hasta el último niño estando estos de pie, se puede modificar la posición, unas veces sentados los niños, otras en cuclillas, etcétera, mientras el objetivo principal de la actividad psicomotriz sigue siendo el mismo: trasladar la pelota por encima de la cabeza.

También puede cambiarse la formación, en hileras del juego original por filas u otra variante, y mantener en cada una de ellas el objetivo de pasar la pelota.

La forma de ejecutar la acción también se puede variar y, en el ejemplo citado, se puede pasar la pelota por dentro de las piernas (en hileras), por el lateral (en círculo), etcétera. En la forma dispersa, los niños se pasan la pelota de frente, uno a otro indistintamente (parados o en movimiento).

Una nueva variante se logra cuando se introducen algunos cambios en las reglas del juego, por ejemplo: el juego "¿Quién llega primero?" plantea en su forma original, correr hasta una silla, bordearla y regresar al grupo. La regla se cambia cuando al llegar a la silla los niños se sientan y regresan corriendo. Una alternativa más puede ser llegar a la silla, subir y bajar de ella y regresar corriendo. En el juego se mantiene siempre la acción principal: la carrera.

Los juegos de relevo se enfatizan en este año de vida, y el carácter competitivo de los juegos, cuando se introduzca este elemento, no ha de impedir que todos

los niños participen, aunque en un momento se les plantee salir temporalmente del mismo.

La recuperación se realiza al finalizar las actividades psicomotrices para lograr el equilibrio de las diferentes funciones del organismo, que se expresan de variada forma: pulsaciones cardíacas, frecuencia respiratoria, movimientos reflejos, entre otros. La misma se hace para evitar la aparición de síntomas de fatiga, cansancio, excitación y otros que pudieran presentarse.

La recuperación incluye acciones respiratorias y ejercicios de relajación. Entre las respiratorias están el caminar suavemente, elevar los brazos hasta los lados, inspirar el aire por la nariz, ampliando la capacidad pulmonar hacia el abdomen y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Estas acciones se ejecutan utilizando diferentes formas de motivación: "oler la flor", "soplar el globo", "inflar la pelota", "soplar la vela", así como otras que el educador sea capaz de crear.

Las acciones de relajación se combinan con el caminar lento y la respiración. Durante su ejecución se flexiona el tronco, acompañado de un suave balanceo de los brazos para relajar los músculos de las extremidades superiores. En este caso, se motiva a los niños diciéndoles "tiemblan los brazos", "caminamos como el elefante", y otras.

La relajación de los músculos de las piernas se realiza de igual forma que los brazos: movimientos suaves de las piernas, indicando "tiemblan las piernas", así como sentarse y pasarse las manos hacia arriba en la parte de atrás de las piernas y sobre los muslos.

La recuperación puede finalizar con la relajación de todo el cuerpo, la caída suave hasta quedar acostado de espaldas al suelo, en esa posición se ha de respirar profundo de nuevo (inspiración - espiración) y relajación de brazos y piernas, así como pasar las manos suavemente por el abdomen de abajo hacia arriba y colocar una mano sobre el área del corazón para sentir sus latidos, entre otros.

El educador ha de bajar el tono de la voz durante la recuperación, que al mismo tiempo ha de tornarse cada vez más despacio en la medida que se introducen estos ejercicios. Por ejemplo: "caminemos como el muñeco de trapo y acostémonos lentamente", "nos derretimos como el helado", etcétera.

El tiempo de esta parte dependerá de las necesidades de los niños, que serán valoradas por el educador mediante la observación de sus reacciones externas (sudoración, alteración de los movimientos respiratorios, entre otras).

Los ejercicios de relajación y respiración no sólo se concretan al final de la actividad psicomotriz, sino que pueden realizarse en otros momentos que se requiera, por ejemplo, después de dar saltos, trotes y otros. Estos se seleccionarán

teniendo en cuenta las características del movimiento y el nivel funcional del organismo del niño.

El educador ha de tomar en consideración procedimientos metodológicos que garantizan la mejor planificación y dosificación de las actividades psicomotrices, particularmente en las modulares, que por lo general tienen una estructura que sigue el siguiente modelo:

Parte inicial, que comprende aquellas acciones o tareas que permiten organizar al grupo de niños para la realización de la actividad, tales como marchas y caminatas, formaciones en círculos, en hileras, en filas, y otros desplazamientos.

Parte central, que se inicia con la realización de las tareas para el desarrollo físico general (dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo), luego las correspondientes a la formación y consolidación de las habilidades psicomotrices generales (correr, saltar, lanzar, trepar, etc.), y finalmente un juego de movimiento que busca reforzar de manera lúdica lo realizado previamente.

Parte final, dirigida a regular el organismo del niño después del esfuerzo realizado. Aquí es donde se ubican las tareas de respiración y los ejercicios de recuperación, fundamentalmente basados en caminatas lentas y acciones de relajamiento.

El educador puede incluir en este esquema otras acciones que guarden una relación con lo que se pretende lograr en el módulo, tales como acciones para el conocimiento del esquema corporal, poniendo a los niños a realizar estas tareas frente a un espejo y nombrar las partes del cuerpo que intervienen, o activar relaciones espaciales, entre otras posibles.

Se sugiere que cuando el educador organice los módulos dosifique las tareas psicomotrices principales, y seleccione las habilidades en dependencia del desarrollo psicomotor alcanzado por los niños y las características de los movimientos, pudiendo combinar ejercicios de diferentes habilidades, aunque una misma habilidad psicomotriz general puede realizarse de diversas formas en una misma actividad.

También ha de programar las tareas comenzando por las más sencillas hasta llegar a las más complejas, tomando en cuenta las características del movimiento, las alturas, las distancias, etc.

Del mismo modo el educador ha de combinar las diferentes habilidades de acuerdo con su intensidad y orden de dosificación, por ejemplo, los ejercicios como lanzar, atrapar, caminar, trepar y escalar (que requieren mayor concentración de la atención) han de ejercitarse antes de la carrera, los saltos y otros.

Igualmente combinar habilidades psicomotrices de manera que una misma actividad no se limite a la activación de un solo plano muscular, por ejemplo,

lanzamiento y carrera, trepar y saltar, y también alternar la posición del niño al ejecutar las tareas motrices, por ejemplo, trepar y correr.

Para planificar la actividad psicomotriz el educador ha de elaborar los objetivos de la actividad a partir de la selección de las tareas psicomotrices principales, en función del niño y de las habilidades que va a desarrollar.

Esta planificación de la actividad se realiza teniendo en cuenta igualmente un orden de ejecución de las tareas psicomotrices, atendiendo a los requerimientos fisiológicos, recordando que la parte inicial contiene desplazamientos, la central tareas para el desarrollo físico general, las habilidades psicomotrices y los juegos de movimiento, y la parte final la recuperación.

La duración de cada actividad modular lo determinará el educador en dependencia del desarrollo logrado por los niños al realizar las tareas motrices.

La función de **la actividad higiénico-preventiva o gimnasia matutina inicial**, es preparar al organismo infantil para ejecutar las actividades del día.

La diferencia esencial con la actividad psicomotriz consiste en que se dirige a realizar acciones profilácticas posturales, para compensar las posiciones inadecuadas que se adoptan durante el sueño nocturno. Esta gimnasia también contribuye a formar hábitos de ejercitación motriz diaria, tan importante para la salud de los niños.

La gimnasia comienza con la acción de caminar, a la vez que se sigue un ritmo y se combinan diferentes formas de desplazamiento. Se incluyen tres o cuatro acciones para el desarrollo físico general, distribuidas para las distintas partes del cuerpo: cabeza, brazos, tronco, piernas, combinaciones de éstos y variaciones de cada uno de ellos. Se termina caminando de una forma más moderada que al inicio de la actividad.

La misma se practica dentro de un ambiente lúdico y se motiva a través de un paseo o recorrido por el área exterior del centro infantil, y no ha de durar más de siete-ocho minutos.

La actividad psicomotriz libre o independiente posibilita que el niño, por su propia voluntad y decisión, seleccione las acciones motrices que desea hacer, tanto para jugar con los otros niños, como para ejercitarse, como simplemente para hacer una actividad por sí mismo. El educador creará diariamente condiciones desde la apertura del centro infantil para el desarrollo de esta actividad motriz independiente, requiere situar materiales al alcance de los niños para que los seleccionen y accionen con ellos.

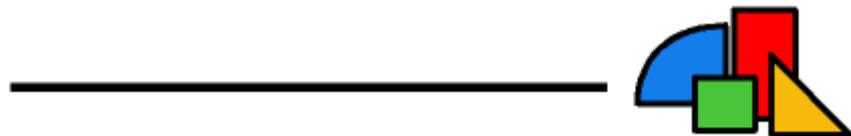
Estos materiales pueden ser pelotas, juguetes mecánicos y elementos del área

exterior (parque infantil, obstáculos, muros, túneles, bancos, pequeñas elevaciones), cochecitos para empujar y tirar, caballitos de madera, juegos de bolos o sustitutos, juegos de ensartar aros pequeños, cuerdas atadas a dos sillas, aros; dianas, cestos a diferentes alturas, cilindros, latas, tragabolas, sacos, zancos, discos de cartón u otro material para saltar.

El educador puede crear otros medios o incluir otras acciones apropiadas y sugerentes para esta actividad, pero siempre recordando que es el niño el que decide qué hacer, cómo hacer y cuándo hacer.



Actividades para niños en el primer trimestre escolar



CARACTERIZACIÓN GENERAL DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ EN ESTE AÑO DE VIDA

El quinto año de vida constituye un año de particular importancia en el desarrollo psicomotor, pues, siendo un año intermedio del período que se ha dado en denominar como edad preescolar, y significando en sí mismo un período de tránsito entre el inicio de esta etapa y su culminación con la crisis del desarrollo de los seis-siete años, los cambios y adquisiciones que se presentan, particularmente en el proceso del pensamiento y la actividad fundamental del desarrollo, el juego, le hacen un momento de especial importancia a los fines de la formación y educación del niño.

Esto se corrobora con el hecho crucial de que es en este año de vida cuando se acaban de asimilar las estructuras básicas de la lengua materna, lo cual, es sin duda, el hecho más relevante de todo este período de la etapa preescolar.

Los logros del desarrollo más relevantes respecto a la actividad psicomotriz en este año son:

- ❖ Agarra objetos diminutos y los coloca en su sitio.
- ❖ Controla bien al escribir con lápiz o usar un pincel.
- ❖ Dibuja su esquema corporal con cabeza, tronco, piernas, brazos y rasgos faciales.
- ❖ Rasga, recorta, modela, dibuja y colorea con aceptable precisión.
- ❖ Rellena dentro del contorno de una figura sin salirse de los bordes.
- ❖ Camina fácilmente por una senda estrecha.
- ❖ Corre suavemente en puntillas de pies.
- ❖ Es hábil para escalar, resbalar, balancearse, etc. Realiza acrobacias.
- ❖ Salta con los pies alternos.
- ❖ Puede mantenerse parado en un solo pie, con los brazos doblados.
- ❖ Agarra fuertemente con cada mano.
- ❖ Puede tocar la punta de los pies sin doblar las rodillas.
- ❖ Realiza todo tipo de juegos de pelota, incluso con reglas.
- ❖ Puede saltar dos-tres metros hacia delante, con los pies separados.

El educador ha de tener en cuenta que al iniciar el quinto año de vida muchas de las actividades del año anterior han de continuar siendo realizadas, particularmente las referidas en el tercer trimestre, agregándole un mayor nivel de complejidad, lo cual ha de ser más significativo en las actividades modulares.

Actividad

- Realización de acciones con instrumentos complejos.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas.

Metodología

En el tercer trimestre del cuarto año de vida se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, base indispensable para el uso de otros instrumentos más sofisticados en los años posteriores, como es la utilización del ordenador.

Las acciones instrumentales previamente aprendidas tienen una significación crucial para el desarrollo mental, pues como las mismas son resueltas mediante el proceso del pensamiento, sientan las bases para el uso de instrumentos de marcada complejidad: ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que pueden ser usados en el juego investigativo e imaginativo en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En este trimestre se ha de posibilitar las primeras acciones simples con juegos sencillos en el ordenador y otras divisas electrónicas, conjuntamente con los contenidos de las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal en las actividades psicomotrices de la rutina diaria del centro infantil.

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir del propio cuerpo e introducir las de otros puntos de referencia.

Metodología

Hasta finales del cuarto año de vida la asimilación por los niños de las relaciones espaciales ha descansado fundamentalmente en la utilización del propio cuerpo como punto de referencia para establecer las relaciones de espacio y el lugar que los objetos ocupan con respecto a sí. Ahora en este primer trimestre del quinto año se han de utilizar otros puntos de referencia, tanto de escala natural como reducida. La mayoría de las actividades del último trimestre del cuarto año han de continuar haciéndose en el trimestre actual, modificando las relaciones directamente vinculadas con el cuerpo y llevándolas a otros planos de la realidad.

- Situar una pizarra magnética o cubierta de franela (que admite que se puedan “pegar” piezas) frente a los niños y una caja en la que el educador tenga figuras de animales (por ejemplo, perros y gatos) de pequeño tamaño. Esta pizarra estará dividida horizontalmente a la mitad por una cinta para señalar las zonas de arriba y abajo. Entonces les mostrará a los niños una figura cualquiera y solicitará a los niños que le digan si la misma ha de ir arriba o debajo de la línea, o al lado, o cerca o lejos, para designar una relación espacial. Después de que estas relaciones han sido definidas por los propios niños, ir mandando uno a otro a la pizarra a que coloquen cada figura en la relación espacial que el educador sugiera.
- Poner en la pared de la clase un folio grande dividido a la mitad por una línea transversal y a los niños darle fichas, unas rojas y otras azules. A una señal el educador solicitará que las fichas rojas se ubiquen en un lado de la línea y las azules en el otro (para que sean los propios niños los que consideren qué color va arriba y cuál abajo). Entonces en una pizarra dividida también por una línea transversal colocará figuras de animales, algunos en la parte de arriba y otros en la parte de abajo. Luego pedirá a los niños que escojan una de las figuras de animales (bien de arriba o de abajo) de la pizarra y vaya a colocarla en el folio grande, tome la ficha del color relacionado, y regrese a situarla en el

lugar correcto en la pizarra. De esta manera se habrán sustituido al final de la actividad todos las figuras de animales por fichas y transferido de un campo a otro en su ubicación espacial correcta.

- El educador ha de situar a los niños en la clase formando un gran rectángulo mirándose de frente cada lado. Estando los niños formados, dirá el nombre de dos de ellos, combinando los del borde superior o inferior con cualquiera de los dos lados, de manera que, caminando en línea recta se encuentren formando un ángulo. En ese lugar dibujará una cruz en el suelo. Repetir esto varias veces y luego preguntar qué niños se encontraron en cada una de las cruces (lo que implica la reproducción visual y mental de las acciones que dieron origen a la cruz).
- Llevar la actividad anterior a otros puntos de referencia que no sea el cuerpo del niño. Para ello en una mesa baja el educador colocará en un borde algunos objetos pequeños, preferentemente animales y en el borde lateral otro grupo de objetos del mismo tipo. Luego ha de plantearle a los niños que van a hacer un juego de "visitas" en los que un animal va a ir a la casa del otro. La regla ha de ser que ambos animales caminen siempre en línea recta. A una señal un niño mueve una de las figuras de un borde y otro del otro borde, para hacer que coincidan en un lugar de la superficie de la mesa, donde se ha de señalar con una cruz el punto de encuentro. Realizar esto varias veces para que se dibujen varias cruces en la mesa. Entonces el educador le preguntará a los niños qué significa cada cruz "En esta se encontraron el perro y el gato", "En aquella la gallina y el pollito". Ha de procurarse que las cruces ocupen posiciones diversas: centrales, en cuadrantes superiores o inferiores, etc.
- Esta actividad puede llevarse a un espacio aún mas reducido, por lo que usando hojas de papel o una cartulina pequeña y rodeando la superficie de representaciones (gato, perro, vaca, etc.) el educador pedirá al niño que haga una marca con lápiz en el lugar en que se encontraron el perro y el gato, por ejemplo, que previamente habrán echado a caminar con los mismos criterios usados en las dos actividades anteriores. El niño podrá comprobar que ese es el punto correcto utilizando tirillas de papel o sus propios dedos para determinar el punto de cruce.
- Dibujar varios círculos o circunferencia en una hoja de papel para que sean "las jaulas del zoológico" y darle a los niños figuras de animales domésticos y salvajes para que las ubiquen dentro o fuera de las mismas a una indicación del educador, o siguiendo determinada orientación: "Los animales salvajes irán dentro de las jaulas (los círculos) y los domésticos se colocarán fuera". O "Vamos a poner un animal doméstico cerca de uno salvaje que está en la jaula", y cualquier otra

variante con relaciones espaciales que se le ocurran al educador. Luego éste les puede preguntar a los niños porqué decidieron situarlos en uno u otro lugar.

- El educador hará que los niños recorten las partes integrantes de un paisaje (una casa, uno o más árboles, algún que otro animal, el sol, nubes, un pájaro volando, etc.) y luego les dará una hoja de papel blanco para que peguen las figuras de acuerdo con determinadas indicaciones: "La casa la pondremos en el centro de la hoja", "A la izquierda de la hoja ubiquen un árbol", "Arriba hay que poner el sol, el pájaro que vuela, las nubes", "Delante de la casa peguen al perrito", hasta completar la imagen. (El educador debe prever referirse siempre a la hoja de papel para señalar la relación espacial, y no a los objetos que están en la lámina porque pueden llevar a confusión, ya que la "izquierda" de la casa es a la "derecha" del papel, por nombrar un ejemplo).
- La actividad anterior puede hacerse más compleja utilizando sustitutos (la casa puede ser un círculo, el árbol un cuadrado, el sol un óvalo, etc.) lo cual da como resultado una composición de figuras geométricas diversas, que expresan cada una de ellas una relación espacial.

Actividad

- Acondicionamiento de planos musculares específicos mediante movimientos del esquema corporal.

Objetivo

Mantener la ejercitación de músculos y planos musculares que intervienen en las habilidades psicomotrices generales, combinados con acciones psicomotrices del esquema corporal.

Metodología

Las tareas motrices que vienen a continuación persiguen la activación de zonas musculares que intervienen como parte de las habilidades psicomotrices generales y que el educador puede incluir en las actividades modulares como ejercicios para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. Las mismas implican también la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones.

- El educador ha de sentar a los niños en círculo frente a sí y solicitar que éstos agiten las manos como deseen, luego indica buscar diferentes lugares para hacerlo (arriba, atrás, a los costados, etc.) Después de que lo hayan realizado les solicita abrir las manos al frente para doblar y estirar los dedos. A continuación les pregunta cómo y de cuántas maneras se pueden agitar los dedos (uno a uno, varios a la vez, moviéndolos como las arañas, caminando por partes del cuerpo, entre otras maneras), a la vez que les pide que lo hagan motrizmente. Esta actividad persigue la decodificación auditiva de un movimiento, en este caso, agitar los dedos.
- Orientar a los niños para que realicen una tarea psicomotriz seleccionada por el educador (como puede ser caminar sobre una tabla inclinada hasta su final, voltearse y descender hasta donde está el educador). Antes de empezar solicitarles que expresen que van a hacer, cómo van a subir la tabla, cómo se van a voltear, etc. Una vez hecho esto les indica que realicen los movimientos. Incluir variados tipos de movimientos, tales como arrastrarse entre obstáculos, caminar hacia atrás, saltar sobre un objeto, entre otros muchos.
- Situar objetos de diversos tamaños y formas seleccionados en la clase y hacer un juego que consiste en que los niños a una señal vayan al objeto y lo toquen con una parte específica del cuerpo (por ejemplo, la mano), luego con dos partes (la mano y el pie), luego con tres (la mano, el pie y la cabeza) y seguir añadiendo partes del cuerpo hasta que sea

imposible tocarlo con más. El educador puede iniciar la actividad indicando las partes corporales que se han de utilizar, pero en la medida en que los niños aprendan, ha de indicar solamente el número de partes y dejar a la iniciativa de cada niño la selección de las mismas. Esto puede hacerse de forma competitiva por pequeños grupos a ver cuál es capaz de llegar a tocar el objeto con más partes del cuerpo.

- Hacer con el grupo de niños juegos imitativos de algunos movimientos complejos del cuerpo. Para esto, el educador sienta a los niños frente a sí (comprobando que todos le ven bien), les dice que todos imitarán el movimiento que él haga (por ejemplo, estirar los brazos arriba y abajo, o mover una mano hacia la cabeza y la otra hacia la rodilla, o torcer el cuello y tocarse la nariz pasando la mano por detrás, etc.). Procurar hacer movimientos y poses inusuales (la motivación se puede crear diciendo que son artistas del circo o contorsionistas). Una vez realizados los distintos movimientos solicitar a los niños que “expliquen” los movimientos que hicieron, por ejemplo, “Cuando estaba sentado puse la cabeza entre las piernas y con la mano derecha me toque la nariz y con la izquierda me rasqué el pie”, lo cual implica una decodificación visual del movimiento realizado.
- Hacer parejas de niños y pedir a un niño de cada pareja que adopte una posición para que su compañero lo imite, como puede ser agacharse en cuclillas y tocarse las rodillas con las manos, intercambiando para que cada niño proponga la posición e imite. Dejar que los niños de manera libre seleccionen las posiciones, hacerlo como parte de un juego (de estatuas, por ejemplo). También se pueden añadir movimientos a las posiciones (al tocarse las rodillas abrir y cerrar las manos, o subir y bajar al ponerse en cuclillas).
- Situar una mesa baja en el centro de la clase. Luego el educador formará equipos de varios niños y los pondrá en los extremos del aula. Solicitar a los niños de un mismo equipo que vayan a la mesa, cada niño del equipo debe hacerlo con un movimiento distinto (uno gateando, otro saltando, otro brincando a la pata coja, otro reptando, etc., que implica ponerse de acuerdo entre ellos), toquen la mesa y luego regresen a su punto inicial con el mismo movimiento que habían realizado. Cuando terminen de realizar esta acción todos los equipos, el educador puede entonces preguntarle a los equipos qué movimientos hicieron.
- Hacer de la actividad anterior un juego competitivo enviando a todos los equipos a la vez, ganando aquel que mejor y más rápido lo hace. También el educador lo puede complicar aún más diciendo que la mesa hay que tocarla con una, dos, tres partes del cuerpo de cada niño. Después de realizada la parte motriz de la actividad, el educador puede hacer que los grupos expliquen los movimientos que utilizaron.

Actividad

- Realización de acciones de motricidad fina.

Objetivo

Mantener la activación de las conexiones nerviosas de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

Las tareas para la activación de las conexiones nerviosas de la motricidad fina se han de continuar haciendo en este trimestre, para consolidar su percepción propioceptiva y lograr una mayor calidad de estos movimientos finos, por lo que el educador podrá repetir tareas de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunas nuevas y más complejas. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- Darle a los niños revistas y periódicos y tijeras pequeñas de punta roma para que traten de recortar figuras impresas y objetos diversos, procurando que los niños sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras. En esta fase inicial del recortado, el educador ayudará a los niños a ejecutar los movimientos con la tijera.
- El educador ha de entregar a los niños hojas de papel en blanco cuadradas y solicitarles que les hagan dos dobleces diagonales para dar lugar a cuatro triángulos, luego rasgar por las marcas y con los mismos hacer diversas figuras como barcos de varias velas, un campamento de tiendas de campaña, pirámides en el desierto, etc. que pegarán en otras hojas para hacer estas composiciones.
- Sentados a sus mesas, situar frente a cada niño una vasija estrecha que contenga agua coloreada, y otra más estrecha aún que tenga el agua clara. Entonces proporcionarles una jeringuilla de juguete o real de plástico sin la aguja, con la que se pueda absorber agua, para que con ella cojan agua coloreada de la primera vasija y la inyecten en el frasco del agua clara, y observen como se mezclan una y otra.
- Sentados los niños a sus mesas, entregarles hojas en las que esté plasmada alguna imagen de objetos o de paisajes. Pedirles que la doblen en dos y luego hagan dos dobleces más, con lo que la hoja ha de quedar marcada en ocho cuadrículas. Pedirles entonces que rasguen las hojas por las marcas dejadas por los dobleces, y una vez

que se tengan las ocho piezas, armarlas de nuevo para recomponer la imagen inicial. Una vez reorganizada la imagen, pegar las piezas en una hoja en blanco.

- Con los niños sentados a sus mesas, darles un alambre forrado menos dúctil que el de cobre (para que no puedan doblarlo con los dedos como en el último trimestre del cuarto año) y una pequeña pinza de juguete para que traten de hacer figuras usando ahora este instrumento. El educador ha de ayudar a los niños en sus primeras acciones para enseñarles cómo utilizar la pinza para doblar el alambre. Lo importante no es la figura que se obtenga, sino la ejercitación motora fina que implica el uso de la pinza.
- Ofrecer rompecabezas de hasta seis piezas a los niños para que los armen a partir del modelo que se les brinda. Estos juegos de rompecabezas han de tener cortes rectos y curvos, horizontales y verticales. Se recomiendan hasta seis piezas, pero si los niños son capaces de trabajar con más, ofrecerles la oportunidad de hacerlo. El modelo ha de estar presente cuando se ensaye un nuevo rompecabezas.
- Hacer collares con cuentas pequeñas de variados colores con el patrón de una cuenta, un nudo, una cuenta, un nudo, y así sucesivamente hasta formar la pieza completa. También se pueden intercalar otras figuras además de las cuentas, para hacer diseños diferentes, pero siempre manteniendo que después de cada pieza que se inserte vaya un nudo.

Actividad

- Asimilación de nociones de la estructuración del tiempo.

Objetivo

Iniciar la ejercitación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

La comprensión del tiempo y de las relaciones temporales es un contenido que se ha venido realizando desde las edades más tempranas en las acciones de la vida cotidiana, por lo que al llegar a este año de vida, los niños tienen algunas nociones de la estructuración del tiempo, como es el uso de términos simples como hoy, ayer, día, noche. Es a partir de ahora cuando se ha de comenzar a realizar actividades pedagógicas más específicas con este contenido de la psicomotricidad, para iniciar el conocimiento de relaciones más complejas como ayer, mañana, ahora, luego, tarde y temprano, entre otras, para que los niños se apropien del concepto temporal. Estas primeras actividades psicomotrices son muy sencillas y pueden realizarse en cualquier momento de la rutina diaria.

- Una vez concluida una mañana de trabajo, el educador se ha de reunir con su grupo de niños y junto con ellos describir las actividades realizadas durante esa mañana, procurando enfatizar términos como antes, después, más tarde, temprano, ahora, etc.
- Situar una cartulina grande en la pared y representar gráficamente mediante láminas o dibujos las actividades que se hicieron en el orden en que se realizaron, los niños podrán ser los que peguen las imágenes y expliquen porqué van en ese lugar específico.
- Por la mañana temprano, sentarse en círculo con los niños y preguntarles lo que hicieron en el día o la noche anterior, usando los términos ayer, hoy, por la tarde, por la noche, en la mañana, etc.
- Reforzar en estas actividades el nombre del día específico "Hoy es jueves", pero aún sin tratar de utilizar la noción de semana, o la mención de la serie de días que la compone

Actividad

- Ejercitación de la cuadrupedia, el salto y el lanzamiento.

Objetivo

Desarrollar la fuerza, la agilidad y la destreza motriz de planos musculares varios.

Metodología

Este es la primera actividad modular del quinto año de vida, la cual se compone de seis tareas psicomotrices:

- Hacer una caminata ligera y a una indicación del educador, empezar a caminar con los bordes externos del pie y a otra indicación, con los bordes internos. A una tercera señal comenzar a correr rítmicamente en puntas de pies, a la otra, detenerse, volver a correr en puntas, y así de manera alternada durante dos minutos.
- De pie los niños, y con las manos en la cintura, hacer flexión del cuello hacia delante y luego hacia atrás. Después realizarla hacia el lado derecho y a continuación hacia el izquierdo (a los niños se les orientará "hacia un lado" y "hacia el otro lado". Repetir cada acción dos o tres veces.
- Estando los niños de pie, en hilera uno detrás del otro, el educador le da al primero de la fila (se pueden hacer varias hileras) una pelota para que la pase por encima de la cabeza al niño que le sigue, y éste al otro, y así sucesivamente. Al llegar la pelota al último de la hilera este continúa pasando la pelota ahora hacia delante (procurar que los niños no se viren para tomar la pelota, sino que por el contacto propioceptivo en sus manos hagan la acción).
- Situar una escalera de 7-8 peldaños acostada en el suelo y a un metro de su final dibujar una línea transversal. Luego a dos metros de esta línea ubicar varios aros grandes, como los hula-hoops. El educador orientará al primer niño que en cuatro puntos de apoyo (manos y pies) camine toda la escalera, poniendo un pie en cada travesaño y agarrándose de los listones, de inmediato incorporarse e ir hasta la raya pintada en el suelo y sin tocarla, dar un salto al frente haciendo una ligera semiflexión de las piernas, entonces tomar un aro y rodarlo por el suelo, tratando de mantenerlo sin que se le caiga, durante unos metros. Hacer que todo el grupo de niños realicen estas tareas psicomotrices cuatro o cinco veces.

- Para el juego de movimiento “Correr en parejas”, se han de formar dos grupos de niños en hilera una al lado de la otra, y en el otro extremo de la clase o el área de actividades ubicar una silla u otro objeto grande frente a cada hilera. A una señal del educador, los primeros niños de cada fila salen corriendo y al llegar a las sillas, las bordean y continúan corriendo para situarse al final de su hilera. En ese momento ha de salir el segundo niño de cada fila y repite la misma operación y así sucesivamente hasta concluir cada hilera, ganando aquella que primero termine la tarea motriz. Repetir esto tres o cuatro veces.
- Para la recuperación, manteniendo la formación en hilera, los niños han de caminar lentamente detrás del educador, moviendo los brazos y manos “como si temblaran”, hacer esto durante dos minutos hasta detenerse tranquilamente.

Actividad

- Estimulación del salto, la carrera y el lanzamiento.

Objetivo

Desarrollar la coordinación motriz, la fuerza y la orientación en el espacio.

Metodología

El módulo a continuación consta también de seis actividades psicomotrices:

- Los niños han de comenzar a caminar al compás de un ritmo dado por algún instrumento que percuta el educador, para formar sobre la marcha un círculo amplio. Luego, a una señal continúan corriendo elevando las rodillas, a otra señal vuelven a caminar, y así sucesivamente de manera alterna, durante dos minutos.
- Estando los niños de pie, con las manos en la cintura, saltar con medio giro del cuerpo hacia la derecha (hacia un lado), y luego hacia la izquierda (hacia el otro lado) siguiendo el movimiento con la vista. Hacer de cuatro a seis repeticiones.
- Nuevamente de pie, con las manos libres, los niños harán saltitos muy arriba, abriendo y cerrando las piernas durante un minuto y medio aproximadamente. Luego se detienen y se desplazan libremente corriendo suave y rítmicamente por toda la clase.
- Situar un cajón sueco con una base de 20-30 cms. en un extremo de la clase, con su cuña para saltar y una pequeña colchoneta al final para amortiguar la caída. A continuación poner una caja llena de pelotas medianas (de 15-20 cms. de diámetro) y siguiendo la línea ubicar cinco obstáculos colocados en ángulo uno de otro y a 50 cms. de distancia cada uno. El educador estimulará al primer niño para que tomando un ligero impulso brinque en la cuña y salte al cajón, camine a lo largo para al final dar un salto de manera libre y caer de pie en la colchoneta. De inmediato ha de tomar una pelota de la cesta y con ella en la mano correr en zigzag entre los obstáculos, luego, con el niño que le sigue, realizar lanzamientos y captura de la pelota uno con otro, formando así parejas hasta el final de la actividad. Repetir esta actividad psicomotriz cuatro veces.

- Jugar a "¿Qué grupo es más rápido? Para ello formar equipos de cinco-seis niños, que pueden estar en hilera o unos al lado de los otros sin una formación específica. Junto a ellos, a un metro, ubicar una gran caja. En el otro extremo de la clase situar objetos pequeños diferentes (camioncitos, vagones, pelotas, etc.), procurando que numéricamente haya un objeto por cada niño. A una señal del educador, el primero de cada grupo sale corriendo, toma un objeto cualquiera, regresa y lo deposita en la caja, al hacer esto el segundo niño sale corriendo para repetir la operación, y así sucesivamente hasta terminar con el último niño de cada grupo. Gana el grupo que más rápido logre meter sus objetos en la caja.

- Terminar la actividad con una caminata suave, que cada vez ha de ser más lenta, hasta detenerse por completo, ir a la posición de sentado, y de ahí a la de acostado, quedándose tranquilos y sin movimientos durante dos minutos.

Actividad

- Activación del salto, la carrera y el rodar objetos.

Objetivo

Coordinar movimientos de manos y piernas con diversos objetos.

Metodología

La siguiente actividad modular se compone de seis tareas psicomotrices:

- Los niños harán una marcha rítmica según las percusiones que realice el educador con algún instrumento musical, subiendo los brazos lateralmente hasta palmear las manos arriba, luego llevarán las manos abajo y delante y darán palmadas según el golpeteo del educador, de esta manera irán formando un círculo grande en cuyo centro ha de estar el educador.
- Estando los niños de pie, con los brazos al lado del cuerpo, elevarlos al frente abriendo y cerrando las manos, luego bajar los brazos por el frente, también abriendo y cerrando las manos. Una vez realizada esta tarea cuatro o cinco veces, poner los brazos laterales y hacer círculos amplios hacia delante y luego moviendo los brazos en círculo hacia detrás. Repetirlo de cuatro a seis veces.
- Sentados los niños, con las manos apoyadas atrás y las piernas extendidas, hacer movimientos de flexión y extensión de los pies, alternadamente. Luego estirarlos delante y manteniéndolos suspendidos un tanto, subir y bajar los pies sin llegar a tocar el suelo. Hacer de cuatro a seis repeticiones.
- El educador situará aros grandes en el centro de la clase. Luego propondrá a los niños que tomando un aro lo coloquen en el suelo y hagan diferentes movimientos con el mismo (bordearlo, entrando y saliendo, etc.) pero siempre dando saltos. De inmediato unir los aros en un camino curvo e ir saltando de aro en aro con los pies alternos. Una vez hecho esto tres o cuatro veces, tomar de nuevo un aro y correr con el mismo llevándolo en diferentes partes del cuerpo (en un brazo, en el cuello, a la cintura). Finalmente cada niño rodará su aro por toda la clase dándole primero con una mano y luego con la otra, tratando de que no se les caiga.

- Hacer el juego de movimiento "El salto musical". Para esto el educador traza en el suelo dos líneas paralelas separadas seis metros una de la otra, una será la línea de salida y la otra será la meta, y ubica a los niños tras la primera y sin pisarla. Luego les enseña que cuando de golpes con una pandereta esto indica como realizar el salto que han de dar: si da un solo golpe significa un salto hacia delante, dos golpes uno hacia delante y otro hacia atrás, tres golpes dos saltos hacia delante y uno hacia atrás. A cada golpe los niños avanzarán hacia la meta, pero si alguno se confunde tiene que salir del juego. Ganan aquellos niños que llegan primero a la segunda línea sin confundirse. Repetir el juego mientras dure la motivación.

- Hacer una marcha de recuperación respirando ruidosamente, inspirando "para oler los perfumes", espirando "para soplar los globos", elevando los brazos lateralmente cuando inspiren y bajarlos cuando espiren. Ir caminando cada vez más lentamente hasta quedarse parados totalmente. Realizar esta recuperación durante dos minutos.

Actividad

- Activación de la carrera, el salto y el lanzamiento.

Objetivo

Desarrollar la velocidad, la agilidad y la destreza motriz.

Metodología

La actividad modular que viene a continuación tiene seis tareas psicomotrices:

- El educador orienta a los niños que caminen por el área como lo deseen, luego a una señal han de agacharse y tratar de caminar en esa posición sin tocar el suelo con las manos, a otra señal volver a ponerse de pie y caminar, y luego volver a caminar agachados cuando el educador así lo indique. Repetir esta tarea motriz dos minutos a lo sumo.
- De pie los niños frente al educador y con las piernas separadas, extender los brazos hacia arriba y luego doblarse por la cintura para llevar los brazos adelante y tocar el suelo con las manos. Repetir esto cuatro o cinco veces. Luego volver a la posición inicial y con las manos en la cintura doblarse hacia atrás y volver delante durante cuatro o cinco veces.
- Estando de pie los niños y con las manos en la cintura hacer saltitos en el lugar, con una pierna delante y la otra detrás, alternadamente durante más o menos un minuto. Luego el educador les hará repetir esta acción siguiendo el ritmo de la canción "la Bamba" (dos saltos lentos, tres saltos rápidos, dos saltos lentos, tres saltos rápido).
- Situar una cesta con pelotas medianas en el centro de la clase y a dos metros de distancia colocar varios objetos (bolos o similares). A un lado de la clase habrá una soga suspendida a 40 cms. de altura entre dos apoyos, y luego en un área amplia situar dos líneas paralelas a 20 metros una de otra. El educador le dirá al primer niño que tome una pelota y trate de derrumbar el mayor número de objetos posible (para lo cual tendrá que hacer una apreciación espacial). Una vez que haya hecho esto tres o cuatro veces, decirle que corra y salte sobre la soga sin tocarla, tres o cuatro veces también. Cuando todos los niños hayan realizado las dos tareas psicomotrices anteriores, ir al área grande y ubicar a los niños en dos hileras frente a frente, detrás de cada raya. Dar

a los dos primeros niños una banderita y a una señal, estos han de correr hacia la hilera que tiene enfrente para entregarle al niño que está delante la banderita, el cual repetirá la operación, y así sucesivamente hasta el último niño. Hacer esto tres o cuatro veces.

- El juego de movimiento será "El gatito sin casa". Para esto el educador sitúa sillas dispersas por la clase, pero siempre una menos que el número que haya de niños. A una señal estos deberán desplazarse por el área haciendo los movimientos que deseen y a una señal (un golpe de pandereta, un silbido, una palmada, etc.) los niños correrán a sentarse a las sillas y el que no pueda, sale del juego. Repetir esta acción suprimiendo cada vez una silla hasta que al final quede un solo niño sentado en la única silla que hay. Repetir dos o tres veces este juego.
- La recuperación se hará caminando suavemente, elevando los brazos de manera acompasada arriba y abajo por los laterales, y luego hacia delante y hacia atrás, y continuar alternando. La marcha ha de ser cada vez más lenta hasta quedar inmóviles como estatuas.

Actividad

- Ejercitación del equilibrio, el salto y el escalamiento.

Objetivo

Estimular la agilidad, la destreza y la estabilidad corporal.

Metodología

- Formar dos hileras con los niños, y hacer que una de ellas de giros hacia la derecha y la otra hacia la izquierda, intercambiando luego la dirección. A continuación unir las hileras en una sola fila y hacerles realizar una marcha circular, en la que a una señal, se detienen hacen cucullas, se levantan y vuelven a caminar. Tras hacer esto tres o cuatro veces, hacerles caminar rápidamente en el círculo pero sin llegar a correr.
- Situar a los niños de pie, y con las manos en la cintura, hacer que flexionen una pierna hacia delante, vuelvan a la posición inicial y flexionen con la otra, repitiendo esto dos veces con cada extremidad. A continuación pedirles que hagan lo mismo, pero ahora flexionando una pierna hacia detrás, primero con una y luego con la otra. Repetirlo también dos veces con cada pierna.
- Sentar en círculo a los niños, con las piernas abiertas, llevar ambas manos hasta tocar la punta de un pie, luego volver a la posición inicial y hacerlo ahora con el otro pie. Repetir esto tres o cuatro veces.
- Poner una tabla gimnástica en el centro de la clase, con una altura no menor de 30 cms., apoyada en dos bases en los extremos. A continuación colocar una viga de un ancho de 20 cms. inclinada en un extremo con la base a 30 cms. igualmente. Cerca de estas tablas ubicar una soga larga con nudos grandes que penda de algún soporte fuerte. El educador le dice al primer niño que camine por la tabla dando pasos laterales con los brazos extendidos, al terminar ir hacia la viga inclinada para dar saltos apoyándose en ella, para esto el niño pondrá sus manos en los bordes de la viga, y saltará de un lado a otro con las piernas unidas y desplazándose hacia delante, este salto lo dará por la parte de menos inclinación de la viga. Luego treparán por la soga, con apoyo de manos y pies hasta donde les sea posible escalar. Repetir este grupo de acciones tres o cuatro veces con cada niño del grupo.

- El juego podrá ser el de "El zorro en el gallinero". Para esto el educador coloca un aro o dibuja un círculo en un extremo de la clase y que será "la cueva del zorro" y en el otro sitúa un banco de equilibrio en el cual se ubica a los niños. A la señal de un sonido suave y melódico las gallinas (los niños) bajan del gallinero a picotear, caminar, aletear, etc., y a la voz del educador "¡El zorro!, éste saldrá corriendo a tratar de atrapar alguna "gallina", las cuales correrán hacia el "gallinero", escalando al banco para no dejarse coger. Hacer el juego dos o tres veces intercambiando el rol del zorro.
- Caminar levantando las piernas hacia delante hasta donde más puedan los niños, luego poco a poco ir disminuyendo la altura hasta que al final los pasos sean milimétricos hasta la inercia total. El educador puede hacer un canto suave para dar el ritmo de la caminata, e ir bajando la voz hasta que se vuelva inaudible en la medida en que los niños se van quedando sin movimientos.

Actividad

- Estimulación del salto, el rodar y el rebotar.

Objetivo

Desarrollar la precisión de las manos y de grandes planos musculares.

Metodología

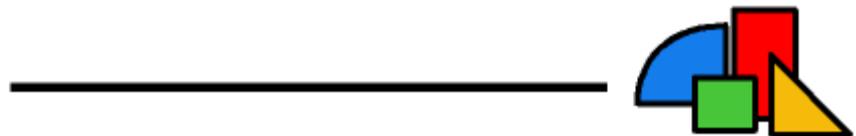
El siguiente módulo cuenta con seis actividades psicomotrices:

- El educador forma dos hileras de niños, a una le dice que son el "número uno" y a la otra que son el "dos". A continuación les orienta que caminen libremente y dispersos por el área o la clase. A la voz de "El uno" los niños designados con este número formarán una fila, y cuando diga "El dos" lo harán los otros niños, y continuarán marchando. De pronto dice "El uno y el dos" y los niños tendrán que intercalarse para formar una sola fila.
- Situando a los niños de pie, con las manos en la cintura, solicitarles que roten la cabeza hacia un lado primero, y luego al otro, por 30 segundos en cada dirección. Luego volverán a la posición inicial y ahora lo que rotarán será todo el tronco, primero hacia un lado y luego al otro, también por 30 segundos.
- Estando de pie, con las manos en la cintura, bajar a la posición de cuclillas y regresar a la posición inicial cinco o seis veces. Acto seguido semiagacharse, echando un pie hacia delante y descargando el peso del cuerpo en esa pierna mientras la otra permanece atrás, luego alternar con la otra pierna. Hacer esta acción cuatro o cinco veces.
- El educador ha de colocar una colchoneta gruesa en el centro de la clase y cerca de ella una línea transversal al colchón y a un lado una cesta con pelotas medianas. Entonces solicita al primer niño que realice una vuelta de frente sobre el colchón, pudiendo ayudar a aquellos que aún tienen dificultades colocándole una mano en la nuca y otra en la región glútea, para darle al niño un pequeño impulso cuando este comience su acción, para que pueda dar la vuelta y quedar sentado. Terminada la vuelta irá a la raya y desde allí y sin tocarla intentará dar un salto lo más largo posible sin impulso. De ahí irá a la cesta, tomará una pelota y comenzará a rebotarla contra el suelo, intercambiando las manos. Hacer que cada niño repita este circuito tres o cuatro veces.

- Realizar el juego “De círculo en círculo”. El educador dibujará con una tiza en el suelo dos círculos pequeños a una distancia de 10 cms. uno de otro, formando varios grupos de estos círculos diseminados por la clase. A una señal cada niño iniciará su recorrido llegando a los círculos y saltando de uno a otro, y de ahí donde estén los otros dos, y de ahí al otro, hasta acabar con todos los círculos que el educador haya dibujado. El niño hará estos saltos con movimientos libres, bien sea con los dos pies juntos, con uno solo, alternando uno y otro, etc. El educador ha de lograr que todos los niños repitan este circuito al menos dos veces.
- La recuperación se hará sentándose los niños en el suelo, para respirar profundamente varias veces. Luego agitarán los brazos para relajarlos, rotarán suavemente la cabeza y se darán masajes en las piernas. Terminarán quedándose tranquilos y sentados durante dos minutos.



Actividades para niños en el segundo trimestre escolar



Una cuestión a recordar al educador es que este ha de continuar realizando muchas de las actividades del trimestre anterior, pues las mismas siguen teniendo una acción de estimulación a lo largo de todo el año de vida, algunas veces con un mayor nivel de complejidad y otras sin grandes variaciones, lo cual esta dado por las necesidades del desarrollo.

Tal es el caso de la utilización de instrumentos, que ha de permanecer siendo un objeto de ejercitación en todo el quinto año, con las mismas actividades que aparecen en el primer trimestre e incluyendo todas aquellas que el educador considere pertinente de acuerdo con su criterio pedagógico.

Actividad

- Realización de acciones con instrumentos complejos.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas.

Metodología

Esta actividad psicomotriz no presenta gran cambio con respecto al trimestre precedente y lo único que cabe añadir es la presentación a los niños de nuevos instrumentos que antes no conocían, en la medida en que el educador cuente con posibilidades de incluirlos.

En el trimestre anterior se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, que incluían el uso de instrumentos de gran complejidad, tales como ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que podían formar parte del juego investigativo e imaginativo de los niños, en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En este trimestre se ha de continuar haciendo estas acciones simples con juegos sencillos en el ordenador y otras divisas electrónicas, así como mantener de manera conjunta los objetivos referentes a las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal en las actividades psicomotrices de la rutina diaria del centro infantil.

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir del propio cuerpo e introducir las de otros puntos de referencia.

Metodología

En el primer trimestre del quinto año se enfatizó la utilización de otros puntos de referencia, además del propio cuerpo de los niños, haciéndolo tanto en escala natural como reducida, mediante el uso de plantillas, hojas de papel, etc. Ahora en este trimestre se ha de mantener esta orientación de modificar las actividades directamente relacionadas con el cuerpo y llevarlas a otros planos de la realidad.

Estas actividades modificadas y algunas nuevas que se introducen, se reflejan a continuación.

- Ubicar una cartulina en la pared, una pizarra magnética o un franelógrafo (base con una cubierta de franela que permite que se puedan "pegar" piezas en su superficie) frente a los niños y que esté dividida verticalmente mediante una cinta o una línea a la mitad y una caja en la que el educador tenga diversas figuras de animales de pequeño tamaño. El educador entonces les mostrará a los niños una figura cualquiera y les solicitará que le digan si la misma ha de ir a un lado o a otro de la línea, y dentro de ella si ha de estar arriba o abajo (que ahora no está dividida por una banda horizontal), o cerca o lejos de tal línea, para designar una relación espacial compleja y que tenga que tomar en cuenta varios puntos de referencia en la pizarra. Tras la definición de estas relaciones por los propios niños, ir mandando uno a otro a la pizarra a que coloquen cada figura en la relación espacial que el educador sugiera.
- Situar en la pared de la clase una cartulina grande dividida a la mitad por una línea vertical. Dar fichas a los niños, unas rojas y otras azules. A una señal el educador solicitará que las fichas rojas se ubiquen en una zona de la línea y las azules en la otra (para que sean los propios niños los que consignen qué color va a un lado y a otro, derecho o izquierdo). Entonces les dice que las fichas que están al lado derecho son las... (el color designado por los niños) y las que están al lado izquierdo... (el otro color). Luego les da figuras de animales solicitándoles que las pongan al

lado derecho (o al izquierdo) y que cuando lo hagan cojan una ficha del color correspondiente, de esta manera los niños tendrán cada uno varias fichas rojas y azules, y en la cartulina solo habrá figuras de animales. En ese instante les da una hoja blanca con una línea vertical y va solicitando a cada niño que vaya a la cartulina, coja una figura del lado derecho (o del izquierdo), la sustituya por la ficha del color correspondiente y vaya a su hoja y ponga el animal en el sitio que le corresponde (lado derecho o lado izquierdo). En este trimestre no es necesario que el niño verbalice "lado derecho o izquierdo", sino tan sólo que ubique fichas y figuras en el lugar correcto.

- Situar en los bordes de una mesa baja algunos objetos pequeños, preferentemente animales. Luego el educador ha de plantearle a los niños el juego de "visitas" ya conocido del trimestre anterior en el que un animal va a ir a la casa del otro, manteniendo la misma regla de que ambos animales caminen siempre en línea recta. A una señal del educador un niño mueve una de las figuras de un borde y de otro cualquiera, para hacer que coincidan en un lugar de la superficie de la mesa, donde se ha de señalar con una cruz el punto de encuentro. Realizar esto varias veces para que se dibujen varias cruces en la mesa. Después de que el educador les pregunte a los niños qué significa cada cruz ("En esta se encontraron el perro y el gato", "En aquella la gallina y el pollito"), ejercitará con ellos diversas relaciones espaciales: "¿Están el pollito y la gallina arriba o abajo del perro y el gato? ¿Cerca o lejos?, ¿Al lado derecho o al lado izquierdo?". Y así con las distintas variantes que puede usar dadas las ubicaciones de las figuras sobre la mesa.
- Hacer esta misma actividad en hojas de papel o una cartulina pequeña y rodeando la superficie de representaciones (gato, perro, vaca, etc.), el educador pedirá entonces al niño que haga una marca con lápiz en el lugar en que se encontraron el perro y el gato, por ejemplo, que previamente habrán echado a caminar con los mismos criterios usados anteriormente, y luego a otro niño de modo que en el papel haya varias cruces. Entonces hacer las mismas preguntas de la actividad anterior, para ejercitar las variantes de ubicaciones espaciales en un espacio reducido como es la hoja de papel.
- El educador dibujara varios cuadrados o rectángulos en una hoja de papel para que sean "los garajes donde se han guardar los automóviles" y les dará a los niños distintas figuras de coches que ellos puedan ubicar dentro o fuera de los garajes a una indicación del educador, o siguiendo determinada orientación: "Los coches más grandes irán dentro de los garajes que están al lado derecho, los más pequeños en los del lado izquierdo". O "Vamos a poner un coche azul cerca de otro rojo y lejos del verde", y cualquier otra variante con relaciones espaciales que se le ocurra al educador y que compliquen

las ubicaciones espaciales. Luego el educador puede preguntar a los niños porqué decidieron situarlos en uno u otro lugar.

- Poner una gran cartulina en el suelo en el que estén dibujadas varias líneas rectas horizontales y transversales (como si fueran calles de alguna ciudad, ambientarla con alguna casa, una tienda, una iglesia, un pequeño parque, etc.). El educador les dará a los niños figuras de cartón que representan coches, camiones, autobuses, entre otros, que se han de deslizar por "las calles". Luego a su indicación les pedirá que sitúen un coche detrás de la casa, que el autobús vaya por la calle principal y se ubique al lado derecho de la segunda "manzana", que el camión lo aparquen "cerca" del autobús, que otro coche lo pongan "lejos" del parque, y así con todas las posibles variantes de ubicación de las representaciones de vehículos que tienen los niños. Hacer que todos puedan ubicar al menos una figura en el plano de la ciudad.

Actividad

- Asimilación de nociones de las relaciones temporales.

Objetivo

Continuar la ejercitación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

La comprensión del tiempo y de las relaciones temporales es un contenido que se ha venido realizando desde las edades más tempranas en las acciones de la vida cotidiana, desde el trimestre anterior se comenzaron a realizar actividades pedagógicas más específicas con este contenido de la psicomotricidad, para ejercitar el conocimiento de relaciones temporales complejas como ayer, mañana, ahora, luego, tarde y temprano, entre otras, para lograr que los niños se apropien del concepto de la temporalidad de una manera natural, pero ya con un propósito definido por el educador. Estas primeras actividades pedagógicas psicomotrices siguen siendo muy sencillas en este trimestre y pueden hacerse en cualquier momento de la rutina diaria.

- El educador hará un círculo con los niños sentados a su alrededor y solicitará a algunos que relaten lo que hicieron el día anterior, tratando de que establezcan la secuencia de los hechos, tanto en el centro infantil como luego de marcharse a sus casas.
- De igual manera, solicitarles que expresen que piensan hacer al día siguiente, siempre partiendo del relato del día anterior para dar paso a lo que harán el día de mañana.
- El educador colocará en algún friso o mural en la pared dibujos en los que se expresen las actividades que se han de hacer en el día en orden cronológico, desde que se ha llegado al centro infantil hasta que se marchen a sus casas.
- El educador pondrá en la pared una cartulina larga y ancha dividida en secciones (que serán los días de asistencia al centro infantil, de lunes a viernes) y cada día hacer que los niños pongan su distintivo personal en la casilla que corresponde a ese día, para señalar su asistencia. Cada día siguiente analizarán si se vino el anterior (o los anteriores), que niños faltan en la casilla, cuando sucedió esto (ayer, anteayer, etc.). El

educador mencionará los nombres de los días de la semana al trabajar con los niños, pero no exigirá que éstos lo dominen aún.

- Hacer un calendario semanal del clima, con siete casillas iguales correspondientes a la semana, y cada día valorar con los niños como está el clima y ubicar la señal distintiva de cada evento atmosférico (lluvia, sol, nubes, etc.), que corresponde. Valorar con los niños la comparación con los días previos y el lunes preguntarles por los días del fin de semana.
- En los momentos de calma en la clase, sentarse con los niños y preguntarles sobre los eventos que han pasado en la mañana, para preguntarles porque ellos saben que es la mañana, en la tarde hacer lo mismo. Preguntarles por las actividades que hacen en casa por la noche, para luego inquirir porque saben que es de noche, acciones todas dirigidas a que los niños adquieran el concepto temporal y no lo usen solamente por imitación del habla adulta.

Actividad

- Acondicionamiento de planos musculares específicos a través de movimientos del esquema corporal.

Objetivo

Continuar la ejercitación de músculos y planos musculares que son premisas de las habilidades psicomotrices generales, mediante acciones psicomotrices a partir del esquema corporal.

Metodología

Estas tareas motrices persiguen la activación de zonas musculares que intervienen en la formación de las habilidades psicomotrices generales, las cuales el educador puede incluir en las actividades modulares como ejercicios para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. Las mismas implican también, la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones.

- El educador con los niños sentados a su alrededor, relata una historia que cuente como se rema en un bote o navega en canoa, a la vez que les muestra como se rema. Después ha de formar grupos de cuatro o cinco niños y los acomoda como si estuvieran en un gran bote, poniendo las piernas de cada niño a los lados del que está delante y procurando que estén bien juntos. Luego los estimula a balancearse y hacer movimientos como si remaran, tratando de que todos lo hagan a la vez en un balanceo continuo. El educador mediante canciones puede hacer que los niños modifiquen el ritmo de su balanceo.
- Jugar con los niños a hacer movimientos complicados, como estando acostados boca arriba solicitarles que se toquen el codo con la rodilla, estirar el brazo y la pierna para tocar la punta del pie de ese lado y a la inversa; sentados pedirles que se toquen el lado derecho del cuello con la mano izquierda pasando por detrás de la cabeza, rascarse la nuca cruzando los brazos por delante de la cara, entre otras acciones. El educador puede crear tales movimientos, siempre que se dirijan a estimular la elasticidad y flexibilidad de los músculos.
- Los niños escogerán la posición que quieran (acostados boca arriba, boca abajo, sentados, permaneciendo de pie, poniéndose en cuadrupedia, etc.) y luego solicitarles que mencionen todas las partes del cuerpo que estén tocando el suelo. Entonces y para cada niño en

particular, pedirle que añada un punto de contacto más de su cuerpo con el suelo, y tras hacerlo que añada otro, y así sucesivamente hasta que le sea imposible añadir un punto más. Esta actividad puede hacerse en equipos, para ver qué grupo es capaz de poner más partes en contacto con el suelo, ganando aquel que logre más.

- Una variante de la tarea psicomotriz anterior es pedirle a los niños que teniendo los dos pies y una mano en contacto con el suelo, adopten todas las posibles posiciones corporales que puedan. El educador ha de estimular a que los niños digan los movimientos que están haciendo y las posiciones que logran en el mismo momento en que lo estén ejecutando.
- Estando los niños en círculo alrededor del educador, sentados o de pie, éste les pide que le muestren con sus movimientos las acciones que les va a decir: cómo cortar con las tijeras, cómo se golpea un clavo con un martillo, cómo se plancha un pañuelo, cómo se lee un periódico, cómo se baña el cuerpo, entre otras numerosas acciones motoras, que el educador puede sugerir.
- Hacer juegos imaginativos en que los niños tengan que hacer movimientos diversos convirtiéndose en el objeto o animal que les sugiere el educador: ser un conejo, un elefante o un caballo (animales); un ventilador, un avión o un robot (objetos). El educador puede solicitar a los niños que sean ellos mismos los que escojan el animal o el objeto.
- Dibujar círculos pequeños en el suelo y colocar a cada niño en un círculo, el educador se colocará en un círculo mayor en el centro. Entonces el educador empieza a saltar con los dos pies juntos para que los niños lo imiten, en el curso del movimiento cambiar de súbito a salto con pies alternos, luego a la pata coja saltando varias veces en un solo pie e intercambiando, y así todos los tipos posibles de salto que se le pueda ocurrir. Cada vez que un niño toque el borde del círculo ha de salir del juego, hasta que queden solamente unos pocos vencedores.
- Hacer un redondel de círculos pequeños donde en cada uno haya un niño, y pedirle al primero de un punto del redondel previamente designado por el educador, que de la vuelta al redondel caminando de círculo en círculo sin tumbar al niño que ocupa cada circunferencia, cuando este llegue de nuevo a su lugar, seguir con el segundo niño, y así sucesivamente. Si el niño al pasar toca el borde del círculo, hace que su compañero lo toque, o lo saca o lo tumba, habrá de salir del juego. Ganan los que sean capaces de completar el circuito sin fallar.

Actividad

- Ejercitación de acciones de psicomotricidad fina.

Objetivo

Continuar activando la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

La activación de las conexiones nerviosas de la motricidad fina se ha de continuar haciendo en este trimestre, con el objetivo de consolidar su estimulación propioceptiva y lograr una mayor destreza en estos movimientos finos. En este sentido el educador podrá repetir tareas psicomotrices de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunas nuevos y más complejos movimientos. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- Hacer que los niños recorten figuras impresas y objetos diversos de revistas y periódicos, usando tijeras de punta roma, tratando de que los niños sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras, pero donde ya la ayuda del educador sea eminentemente verbal y el niño trate por sí solo de ejecutar el recortado.
- El educador ha de entregar a los niños hojas de papel en blanco cuadradas, y solicitarles que les hagan dobleces transversales estrechos, uno al derecho y otro al revés hasta acabar la hoja, luego atar uno de los extremos para crear abanicos u otras composiciones.
- Hacer figuras de alambre, utilizando uno dúctil como el de cobre para trabajarlo a mano, y otro más resistente que obligue al niño a usar una pequeña pinza para doblar el alambre. En este trimestre se ha de procurar que el niño por sí solo maneje la pinza, y recordar que lo importante no es la figura que se obtenga, sino la ejercitación motora fina que implica el uso de la pinza.
- Ofrecer rompecabezas de hasta seis piezas a los niños para que los armen tratando de que lo hagan sin un modelo, estos juegos de rompecabezas han de tener diversos cortes: rectos y curvos, horizontales y verticales. Si los niños plantean trabajar con más piezas, permitirselo, pues en esta tarea también lo fundamental es la destreza de los movimientos para encajar las piezas y no el producto que se obtenga.

- Hacer collares con cuentas pequeñas de variados colores con el patrón de una cuenta, un nudo; dos cuentas, dos nudos; tres cuentas, tres nudos, y así sucesivamente hasta formar la pieza completa. También se pueden intercalar otras figuras además de las cuentas. Hacer distintos diseños de manera libre.

Actividad

- Ejercitación del lanzamiento, salto y cuadrupedia.

Objetivo

Desarrollar la agilidad, la fuerza y la destreza de movimientos amplios.

Metodología

Este primer módulo de este trimestre cuenta con seis actividades:

- Los niños caminando uno detrás de otro, a una indicación del educador se detienen y hacen cuclillas, luego continúan y a una nueva indicación realizan un salto largo sin impulso, para de nuevo recomenzar la rutina inicial e ir cambiando el movimiento a la orientación del educador. Hacer esto durante dos minutos.
- De pie los niños con los brazos a los lados del cuerpo, realizar saltitos en el lugar, con una pierna delante y otra detrás. Luego ponerse las manos a la cintura y repetir los saltitos. Hacer cuatro o cinco repeticiones de cada movimiento.
- De pie los niños, con las manos a la cintura, elevar los brazos por los laterales y dar dos palmadas sobre la cabeza, luego volver a la posición inicial. A continuación extender las manos al frente y volver a dar dos palmadas. Repetir cuatro o cinco veces cada acción.
- Situar un cajón sueco con una altura de 30. cms., con cuña y una pequeña colchoneta al final, a continuación del cajón poner una tabla con una inclinación de 40 cms. y a un costado colocar un cordel a dos metros de altura y en el suelo una raya dibujada que esté a un metro de distancia de las bases en que está amarrado la cuerda, cerca habrá una cesta con pelotas pequeñas como las de tenis. Alentar al primer niño para que realice el salto al cajón con una pequeña carrera de impulso, rebote en la cuña, coloque las manos en el cajón pasando las piernas abiertas por delante de los brazos para caer sentado en el cajón, se para y camina hasta el extremo de donde saltan a la colchoneta; luego seguirá a la tabla inclinada y camina en cuadrupedia hasta su final para regresar caminando hacia atrás, de ahí se dirige a donde está la cuerda y parándose detrás de la raya toma un pelota y la lanza con una mano por encima del hombro para tratar de

sobrepasar por arriba el cordel. Repetir este circuito tres o cuatro veces con cada niño.

- Jugar a "Saltar sobre los obstáculos", para ello el educador dibujará en el suelo círculos pequeños o colocará objetos bajos. Hacer pequeños grupos de niños de cuatro o cinco miembros, situarlos detrás de una línea que estará a tres metros de otra que será la meta. Entre ambas líneas el educador pondrá los objetos o trazará los círculos, procurando que haya al menos cinco de éstos situados en línea recta frente a cada grupo de niños. A una orden los primeros de cada grupo corren saltando los obstáculos alternando los pies y cuando lleguen a la línea de meta, saldrá el segundo niño a hacer el recorrido, y así sucesivamente hasta que el último del grupo complete la tarea. Gana el equipo que más rápido y mejor hace el circuito. El juego puede repetirse dos o tres veces más.
- Hacer una marcha lenta de recuperación, subiendo y bajando los brazos lateralmente, aspirando y espirando el aire con fuerza, durante dos minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, el lanzamiento y el rodamiento.

Objetivo

Estimular la destreza motora de manos y pies en acciones relacionadas.

Metodología

Este segundo módulo tiene seis actividades psicomotrices:

- Formar dos filas con los niños y a una indicación hacer que caminen y giren lentamente, una fila hacia la derecha y otra hacia la izquierda, para formar dos círculos. Uno caminará levantando las piernas extendidas hacia delante lo más alto posible y el otro caminando y haciendo cuclillas. A una indicación del educador intercambian el movimiento. Repetir cada acción motriz al menos dos veces.
- Estando los niños de pie con los brazos al lado del cuerpo, orientarles que hagan una rotación del cuello a la derecha y luego otra rotación a la izquierda, repitiendo dos veces cada lado. Luego, poniendo las manos en la cintura, hacer rotación del tronco a la derecha y luego a la izquierda, también repitiendo dos veces.
- Continuando de pie con las manos en la cintura, comenzar a dar saltos con ambas piernas unidas y desplazándose al frente cinco o seis metros, volverse y regresar la misma distancia dando saltos ahora con pasos alternos. Repetir dos o tres veces.
- Situar a varios niños con las piernas abiertas y otros haciéndose un ovillo boca abajo hacia el suelo. A su vez habrá un cesto con pelotas medianas al alcance y hojas grandes de papel en una caja. El educador orienta al primer niño que caminando en cuadrupedia pase por debajo de las piernas de sus compañeros y luego por encima de los que están acurrucados. A continuación toma un par de hojas grandes de papel para que las arrugue bien con sus manos formando dos pelotas, que lanza con una mano y otra hacia una zona previamente delimitada por el educador, finalmente tomando una pelota de la cesta la rueda con la mano preferencial doblándose por la cintura hasta la misma zona indicada previamente.

- El juego de movimiento será “A rodar con bastones”. Para esto el educador forma varios equipos de cuatro o cinco niños cada uno, y los ubica tras una línea en la que hay una caja con bastones y otra con pelotas medianas. A tres metros de la línea habrá dibujada otra línea de meta en el suelo. A una orden del educador el primer niño de cada equipo toma un bastón y una pelota, y la lleva rodando a golpes de bastón hasta la meta, regresa sin rodar y cuando llega sale el segundo niño para realizar la misma operación (el educador puede decidir si en una ocasión el que regresa da al segundo bastón y pelota, o éste los toma de las cajas), y así sucesivamente hasta el último niño del equipo. Los ganadores serán aquellos que primero concluyan la tarea. Repetir el juego dos o tres veces.

- La actividad finaliza con una marcha de recuperación, cada niño con la pelota en su mano “que se va a dormir”, yendo cada vez más lentos hasta que se detienen, se agachan y ponen la pelota en el suelo, quedándose sentados los niños tranquilamente junto a ella.

Actividad

- Ejercitación del equilibrio, salto y carrera.

Objetivo

Desarrollar la precisión, la agilidad y la coordinación de diferentes planos musculares.

Metodología

La siguiente actividad modular tiene seis tareas psicomotrices:

- El educador y los niños harán una caminata con movimientos libres batiendo los brazos como si fueran aves, de vez en cuando se agachan en cuclillas y cesan el aleteo (como si fueran a libar de una flor), pero luego se reanuda el movimiento anterior, hacer esto durante dos minutos.
- Sentados los niños con las piernas extendidas al frente y los brazos a los lados del cuerpo, levantar el brazo derecho lateral y luego el izquierdo. Llevar el derecho hasta arriba y a continuación el izquierdo, para después volver a la posición lateral con el brazo derecho e izquierdo, y entonces bajar el brazo derecho al costado y luego el otro. Hacer esta secuencia dos veces.
- Con la misma posición anterior, llevar los brazos a los laterales y de ahí al frente, repetir esto tres o cuatro veces. Luego, con las manos entrelazadas detrás de la nuca, hacer flexión del tronco al frente, tres o cuatro veces también.
- Ubicar una viga gimnástica a 40 cms. de altura, con una colchoneta al final. Colocar a continuación varios obstáculos en ángulo y al terminar ese recorrido dibujar una línea transversal en el suelo. El primer niño se sitúa en la viga y camina por ella con los brazos extendidos, al llegar al centro hace una cuclilla, se levanta y continúa caminando para al final dar un salto al colchón con los pies unidos. De ahí sale corriendo en zigzag bordeando los obstáculos, y al terminar el circuito se detiene en la raya y da un salto de profundidad lo más lejos posible. Cada niño repetirá este recorrido tres o cuatro veces.
- Jugar "A llenar la cesta sin caerse". El educador situará un par de vigas de equilibrio en el centro de la clase que tendrá situada una caja con

bolsitas de arena o de semillas y al otro extremo una cesta vacía. Hacer dos grupos de niños detrás de una línea a dos metros de la viga. A una señal el primer niño de cada grupo, sale corriendo, toma una bolsa de caja y camina manteniendo el equilibrio a lo largo de la viga, salta y deposita la bolsa en la cesta, regresando corriendo para que cuando llegue, el segundo de la fila salga a realizar el mismo circuito. El grupo que primero llene la cesta de bolsas y que menos veces se haya caído de la viga por perder el equilibrio es el ganador. Hacer el juego dos o tres veces.

- La recuperación se hará mediante una caminata dispersa lenta que será cada vez menos movida, hasta llevar a la posición de sentado en el suelo y de ahí a acostarse de la forma que el niño estime conveniente, quedándose quieto durante un minuto sin hacer movimientos.

Actividad

- Activación del lanzamiento, rodar y trepar.

Objetivo

Lograr la estimulación de planos musculares diferenciados.

Metodología

- El educador forma dos filas con los niños, a los de una fila les dice que son los números 1 y a los de la otra que son el número 2. A una orientación echarán a caminar por la clase con paso lento y tranquilo hasta que a una nueva indicación estos últimos se intercalarán con la primera fila, siempre un número dos detrás de aquellos que tienen el uno, y continuarán caminando durante un par de minutos.
- De pie los niños, con los brazos al lado del cuerpo deberán abrir y cerrar las manos de manera repetida, y flexionar el cuello hacia abajo para ver el movimiento que realizan. De inmediato llevar las manos al frente y continuar abriendo y cerrando las manos, finalmente llevar las manos arriba con la misma acción, extender el cuello hacia arriba para observar el movimiento. Repetir la serie tres o cuatro veces.
- De pie, con las piernas separadas y los brazos al lado del cuerpo, doblarse por la cintura hacia el frente para ir a tocar con las manos la punta de los pies, y luego manteniéndose en puntillas y a una indicación del educador, volver a la posición inicial, extender los brazos arriba y flexionar la espalda hacia atrás, para caer de nuevo en la posición inicial. Repetir la serie tres o cuatro veces.
- Situar una barra vertical en el centro de la clase (puede ser la barra vertical de un aparato gimnástico), o una soga amarrada a una altura y un colchón cerca de la misma, colocada longitudinalmente, cerca habrá una canasta con pelotas medianas. A una señal el primer niño trepa por la barra hasta lo más alto que pueda, con apoyo de manos y pies. Después de bajar se dirige a la colchoneta y da una vuelta de frente hasta caer sentado, para dar otra hasta el final de la colchoneta, de ser posible una tercera. Corre a la canasta y toma una pelota que lanza al segundo niño (que estará terminando de dar sus vueltas en el colchón), para así lanzar y capturar en parejas hasta el término de la actividad.

- El juego de movimientos será “El pase de banderitas”. Se forman dos equipos divididos en dos hileras, situadas una frente a la otra a una distancia de tres metros (habrá una línea en el suelo para que cada grupo se mantenga detrás de la suya). Se entrega una banderita de color a los primeros niños de cada equipo. A una señal del educador, estos niños corren hasta el segundo de la hilera que tienen enfrente, le entrega la bandera, y corre a ponerse al final de esta hilera. El segundo niño repite la operación, entregándosela al tercero de la hilera contraria, y así sucesivamente hasta que todos hayan corrido y entregado sus banderitas. Este juego puede complicarse haciendo que el primer niño entregue la bandera al último de la hilera contraria, para lo cual tiene que correr diagonalmente y evitar chocar con el otro que realiza la operación inversa. Realizar el juego mientras dure la motivación.
- Hacer una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños “son helados que se derriten” para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto uno o dos minutos.

Actividad

- Activación del salto, trepar y escalar.

Objetivo

Asociar la estimulación de los planos musculares de las extremidades inferiores a acciones psicomotrices concatenadas.

Metodología

El módulo que viene a continuación se compone de seis tareas psicomotrices:

- Los niños caminando en fila organizada por el educador pero libremente, a una señal de éste han de formar un círculo por sí solos y continuar marchando, hasta que a una nueva señal caminarán en las puntas y los talones del pie, alternando el movimiento durante dos minutos.
- Estando los niños parados con las manos en la cintura, flexionarán la pierna izquierda y harán saltitos con la pierna derecha, volver a la posición inicial e invertir. Ahora flexionar la derecha y realizar los saltitos con la izquierda. Repetir tres o cuatro veces con cada pierna. Luego unir las piernas y realizar saltitos en el lugar con los pies juntos y manteniendo las manos en la cintura. Repetir cuatro o cinco veces también.
- De pie, con las manos en los hombros, realizar círculos amplios con los brazos hacia delante (cuatro o cinco giros), volver a la posición inicial y entonces hacer los círculos hacia detrás (también cuatro o cinco veces).
- Dibujar una línea en un extremo de la clase y ubicar a los niños en fila detrás de ella, a tres metros poner varios obstáculos altos en fila (de 50 cms. de altura) separados uno del otro a un metro, y finalmente una soga colgada del techo o de un soporte fuerte. Estimular al primer niño a que, parándose detrás de la línea haga un salto de profundidad lo más lejos posible, cuando caiga realizar otro, y otro, hasta llegar al primer obstáculo que trepará de manera libre, luego trepará a los siguientes. Al llegar a la soga la escalará ayudándose con manos y pies hasta donde pueda, bajándose de la misma manera, sin deslizarse. Correr a ocupar el último lugar de la fila. Incitar al segundo niño a

recorrer el circuito, y así sucesivamente hasta que todos lo completen, repitiendo tres o cuatro veces el recorrido cada uno de ellos.

- Hacer el juego de movimiento “Vamos a correr juntos”. Para esto el educador forma dos grupos ubicados en hilera, en un lado de la clase. En el centro de la clase coloca dos sillas que queden cada una frente a cada hilera. A una señal del educador los dos primeros niños se empiezan a correr hacia las sillas, al llegar las bordean y continúan corriendo hasta situarse al final de la hilera. Al pasar por delante del segundo niño, éste sale a hacer el recorrido, y así sucesivamente hasta el final, ganando aquel equipo que primero termine. Repetir el juego tres o cuatro veces.
- Hacer una marcha ligera de recuperación, caminando lentamente a la vez que se elevan los brazos hasta el lateral, inspirando aire por la nariz, y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Realización de juegos de movimientos que ejercitan habilidades psicomotrices generales.

Objetivo

Estimular de manera recreativa la activación de diversos planos musculares.

Metodología

En este segundo trimestre se retoman los juegos de movimiento del último trimestre del año anterior, con la misma consigna: utilizarlos como premio "Hoy vamos solamente a jugar". Como estos juegos son muy activos, el educador determinará el número de juegos a realizar, pero se recomienda que nunca sean más de tres o cuatro en una misma sesión, pudiendo el educador crear sus propios módulos de juego, de acuerdo con el desarrollo alcanzado por los niños en este momento del curso escolar.

El objetivo de estos juegos es reforzar la agilidad, la destreza y la precisión de habilidades psicomotrices generales en las que se ha trabajado en las actividades pedagógicas. Cada juego pretende estimular preferentemente un tipo de ellas: correr, saltar, lanzar, trepar, etc.

La diferencia con el cuarto año es que los juegos, por el mayor desarrollo psicomotor de los niños, pueden hacerse de manera más rápida e intensa, para actuar más activamente sobre los planos musculares en los que ejercen su efecto.

- Hacer el juego de "El cochecito". Para esto el educador ha de organizar varios equipos de niños (compuesto por cinco o seis niños en cada uno) formando una hilera, y los ubica en un extremo de la clase. Luego da al primer niño de cada fila una pelota mediana y una raqueta o paleta para que la ruede al otro extremo de la clase, de la vuelta (habrá una señal en el suelo) y vuelva su equipo, dándole la pelota y paleta al niño que está delante, y así sucesivamente hasta que todos realicen la tarea. Gana el equipo que más rápido y bien haga la actividad.
- Jugar a "Que se caen las bolsas". Con las mismas condiciones anteriores, darle al primer niño una bolsa de arena pequeña que se ha de poner en la cabeza. A una señal del educador el primer niño echará a caminar hasta un punto previamente señalado al otro extremo de la clase, procurando que no se le caiga la bolsa (que no se puede tocar

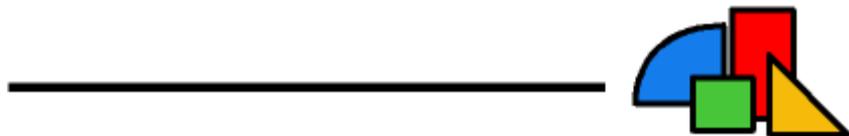
con las manos una vez que se empieza a caminar), regresa y entrega la bolsa al segundo niño que ha de repetir la misma operación. Gana el equipo cuyos miembros se les ha caído menos veces la bolsa de la cabeza.

- Hacer el juego de “Pasa y ponte de pie”. Para ello el educador forma dos o más círculos de niños sentados en el suelo con las piernas cruzadas, señalando a un niño que será el guía para iniciar el juego, y al cual le entrega una pelota mediana. A una señal, este niño pasa la pelota al compañero que está situado a su derecha y cuando la entrega se pone de pie, la bola sigue así dando vueltas hasta que el último niño se pone de pie y entrega la pelota al primero. Gana el equipo que más rápido y mejor realiza este juego motor. El educador ha de velar porque unas veces se haga hacia la derecha y otras hacia la izquierda.
- Realizar el juego “Que suene la campana”. Para este juego el educador cuelga una campana aproximadamente a dos metros de altura y una cesta llena de pelotas pequeñas (como las de tenis) cerca de ella. A la señal “¡Que suene la campana!”, cada niño coge una pelota y la lanza contra la campana para que ésta suene. Este juego puede también hacerse formando equipos de cinco o seis niños que paulatinamente van a la cesta y tratan de darle a la campana, ganando aquel que más veces lo logre.
- Jugar a “A tumbar los bolos”. El educador en un extremo de la clase dibuja una línea y en el otro extremo coloca bolos de madera o plástico de distintos tamaños. A continuación forma varios equipos de niños a los que sitúa en hileras paralelas detrás de la línea. Luego da una pelota pequeña al primer niño de cada hilera y le dice que la lance rodando para tratar de tumbar los más bolos posibles, sin pisar la línea divisoria. El educador puede ayudarse en esta tarea colocando dos niños junto a los bolos, uno para que levante de nuevo aquellos que se tumban y el otro para alcanzar la pelota al que le corresponde lanzar. Este rol lo cambiará durante el curso del juego para que estos niños también tengan oportunidad de lanzar.
- Hacer el juego de “Llegó el cazador”. Para esto el educador dibujará en el suelo de la clase cinco o seis círculos (de acuerdo con el número de “animales” que existan en el “bosque”, estos círculos pueden tener la silueta o la figura del animal también dibujada en el suelo. Divide a los niños en pequeños grupos que se sitúan en cada círculo que representa a un animal. A la señal de “¡A jugar en el bosque!” los niños salen de sus círculos haciendo los movimientos de cada animal, desplazándose de manera dispersa por la clase: unos saltando como ranas, otros trotando como un caballo, en cuadrupedia como el perro, saltando como conejos, volando como los pájaros, entre otros. A la voz de “¡Llegó el

cazador!" todos han de correr a su casa, con los mismos movimientos que antes hacían. El juego se puede complicar haciendo que un niño asuma el rol de cazador, que habrá de irrumpir a la señal del educador.



Actividades para niños en el tercer trimestre escolar



El educador ha de recordar que se han de continuar realizando muchas de las actividades de los dos trimestres anteriores, pues las mismas siguen teniendo una acción de estimulación a lo largo de todo el año de vida, y en particular en este trimestre actual no surgen nuevas adquisiciones en el desarrollo psicomotor, sino tan sólo consolidación y perfeccionamiento de las ya presentes. Algunas veces se les habrá de impartir un mayor nivel de complejidad, y en otras no es necesario hacer grandes variaciones, todo esto estará relacionado con las necesidades del desarrollo. Es por ello que la mayoría de las actividades que ahora se sugieren sean las mismas de antes, procurando el educador cambiar objetos, materiales y medios, para garantizar la motivación.

La utilización de instrumentos ha de seguir siendo un objeto de ejercitación en todo el quinto año, con las mismas actividades que aparecen en el primer trimestre, e incluyendo todas aquellas que el educador ha considerado pertinente añadir en el segundo, de acuerdo con su criterio pedagógico.

Actividad

- Realización de acciones con instrumentos complejos.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas y consolidar las anteriores.

Metodología

Esta actividad psicomotriz no presenta gran cambio con respecto al trimestre precedente y lo único que cabe añadir es la presentación a los niños de nuevos instrumentos en la medida en que el educador cuente con posibilidades de incluirlos.

En el trimestre anterior se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, que incluían el uso de instrumentos de gran complejidad, tales como ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que podían formar parte del juego investigativo e imaginativo de los niños, en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En el trimestre actual se ha de continuar haciendo estas acciones simples con juegos sencillos, particularmente en el ordenador y otras divisas electrónicas, organizándolos de tal manera que los objetivos referentes a las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, se traten no sólo en las actividades de la rutina diaria del centro infantil, sino también en las pedagógicas, particularmente en las actividades modulares.

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir de otros puntos de referencia además del cuerpo.

Metodología

En el segundo trimestre de este quinto año se enfatizó la utilización de otros puntos de referencia en la asimilación de las nuevas relaciones espaciales, haciéndolo tanto en escala natural como reducida, mediante el uso de plantillas, hojas de papel, etc. En este trimestre de ahora se ha de mantener esta orientación de modificar las actividades directamente relacionadas con el cuerpo y llevarlas a otros planos de la realidad.

Estas actividades modificadas y algunas nuevas que se introducen, se reflejan a continuación:

- Continuar con la actividad de colocar una cartulina en la pared, una pizarra magnética o un franelógrafo (base con una cubierta de franela que permite que se puedan “pegar” piezas en su superficie) frente a los niños y que esté dividida verticalmente mediante una cinta o una línea a la mitad y una caja en la que el educador tenga diversas figuras de animales de pequeño tamaño. El educador entonces les mostrará a los niños una figura cualquiera y les solicitará a los niños que le digan si la misma ha de ir a un lado o a otro de la línea, y dentro de ella si ha de estar arriba o abajo (que ahora no está dividida por una banda horizontal), o cerca o lejos de tal línea, para designar una relación espacial compleja y que tenga que tomar en cuenta varios puntos de referencia en la pizarra. Después de que estas relaciones han sido definidas por los propios niños, ir mandando uno a otro a la pizarra a que coloquen cada figura en la relación espacial que el educador sugiera.
- Situar en la pared de la clase una cartulina grande dividida a la mitad por una línea vertical. Dar a los niños fichas rojas y azules. A una señal el educador solicitará que las fichas rojas se ubiquen en una zona de la línea y las azules en la otra (para que sean los propios niños los que consignen que color va a un lado y a otro, derecho o izquierdo). Entonces les dice que las fichas que están al lado derecho son las... (el

color designado por los niños) y las que están al lado izquierdo... (el otro color). Luego les da figuras de animales solicitándoles que las pongan al lado derecho (o al izquierdo) y que cuando lo hagan cojan una ficha del color correspondiente, de esta manera los niños tendrán cada uno varias fichas rojas y azules y en la cartulina solo habrá figuras de animales. En ese instante les da una hoja blanca con una línea vertical y va solicitando a cada niño que vaya a la cartulina, coja una figura del lado derecho (o del izquierdo), la sustituya por la ficha del color correspondiente y vaya a su hoja y ponga el animal en el sitio que le corresponde (lado derecho o lado izquierdo). En este trimestre no es necesario que el niño verbalice "lado derecho o izquierdo", sino tan sólo que ubique las fichas y figuras en el lugar correcto.

- Utilizando una cartulina grande semejante a las anteriores, dividirla en cuatro cuadrantes, para utilizar los criterios de las dos actividades anteriores ahora en una situación espacial más compleja, pues las figuras o fichas podrán estar "arriba pero al lado derecho", "debajo pero al lado izquierdo", "en las dos de arriba (o de abajo)", "una a la derecha y arriba, la otra a la izquierda y abajo", "arriba pero cerca de la línea del medio", "arriba pero lejos de la línea central", y así las variantes que el educador pueda crear a partir de la posibilidad que el uso de las cuatro cuadrículas le ofrece.
- Llevar la actividad anterior a un plano reducido dándole a los niños hojas de papel o una cartulina pequeña y rodeando la superficie de representaciones (gato, perro, vaca, etc.), o de fichas. Estas hojas estarán divididas en cuadrículas como la pizarra, pudiendo o no el educador hacer los modelos en la misma pizarra o solicitando directamente a los niños que resuelvan las ubicaciones espaciales de acuerdo con sus indicaciones directamente en sus hojas de papel. Hacer las mismas preguntas de la actividad anterior, para ejercitar las mismas variantes de ubicaciones espaciales en un espacio reducido como es la hoja de papel.
- En el suelo, en una gran cartulina se dibujará el plano de una localidad pequeña (líneas rectas horizontales y transversales como si fueran calles; añadir curvas y redondeles), ambientarla con alguna casa, una tienda, una iglesia, un pequeño parque, un río, etc., para darle a los niños la idea de la que se trata. El educador les dará a los niños figuras diversas de cartón que representan coches, autobuses, animales, personas, puentes, vallas, entre otros. Luego a una indicación les pedirá que sitúen un coche detrás de la casa, que una persona esté dentro de la casa de la esquina más cercana, que el autobús vaya por la calle principal y se ubique al lado derecho del parque, que el puente lo sitúen "lejos" sobre el río, que la valla la coloquen delante de la iglesia, y así con todas las posibles variantes de ubicación espacial (arriba-abajo, cerca-lejos, dentro-fuera, al lado derecho-al lado izquierdo, delante-detrás, etc.).

Hacer que todos puedan ubicar al menos una figura en el plano de la ciudad.

- Llevar este mismo plano aunque más simple a una hoja de papel o cartulina pequeña, darle a los niños las figuras necesarias y solicitarles que ubiquen en sus hojas las figuras de acuerdo con sus indicaciones "Vamos a poner al policía en el medio de la calle principal, frente al semáforo", "Sitúen al niño dentro de la tienda de ropa", "Busquen un lugar donde aparcar el autobús lejos de la casa", "Pongan al caballito caminando por el lado derecho del río", y así otras ubicaciones espaciales que se le puedan ocurrir al educador y que los niños resuelvan trabajando en el plano reducido de la hoja de papel o la cartulina.

Actividad

- Asimilación de nociones de las relaciones temporales.

Objetivo

Continuar la ejercitación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

El tiempo y las relaciones temporales son un contenido que se ha venido realizando desde las edades tempranas y que los niños aprenden en las acciones de la vida cotidiana, sin embargo, esto no garantiza que asimilen el concepto exacto y por lo general, todavía en este año de vida, tienen dificultades en su comprensión y cometen errores en su utilización.

Es por eso que desde el primer trimestre del quinto año se comenzaron a realizar actividades pedagógicas más específicas con este contenido de la psicomotricidad, para ejercitar el conocimiento de relaciones temporales complejas como ayer, mañana, ahora, luego, tarde y temprano, entre otras, y lograr que los niños se apropien del concepto verdadero de la temporalidad de una manera natural, pero ya con un propósito definido por el educador.

Estas actividades pedagógicas psicomotrices específicas dirigidas a la estructuración temporal siguen siendo sencillas en este trimestre y pueden hacerse en cualquier momento de la rutina diaria.

- El educador cada mañana, al llegar los niños al centro infantil, les preguntará que hicieron la tarde y noche anterior después de que los padres los recogieran en el centro. Luego hará un círculo con algunos niños para intercambiar las experiencias, ver quienes hicieron lo mismo o algo diferente, en qué momento, tratando de que establezcan la secuencia de los acontecimientos. Ha de procurar trabajar cada día con un grupo diferente de niños en este momento temprano de la mañana.
- Cuando lleguen los niños al centro infantil, el educador hará pequeños grupos para preguntarle a cada niño que piensa hacer en el día, a qué va a jugar, con quién, qué le interesa hacer, y cuándo, para que los niños elaboren un plan mental de las acciones que van a hacer en el tiempo de su permanencia en el lugar.

- Una vez concluidas las actividades principales, reunir al grupo y hacer el recuento de todo lo que han hecho en el día, y a su vez plantearles qué piensan que podrían hacer al siguiente, de acuerdo con las cosas que han llevado a cabo hoy.
- Utilizando el calendario del clima, valorar con los niños como está el tiempo ese día y compararlo con el del día y días anteriores, sobre la base de las señales distintivas de cada evento atmosférico (lluvia, sol, nubes, etc.), que les corresponden. Tratar de que analicen como piensan que podrá ser el día siguiente, basándose en el del día de hoy, para hacer la comparación y ver si se acierta o no.
- Nombrar los días de la semana y empezar a relacionar cada uno de ellos con algún evento en particular o actividad específica que se realiza en el centro infantil (por ejemplo, el lunes que se hace el recuento del fin de semana, el miércoles las actividades en la piscina o el paseo, etc.). Lo importante no es que se aprendan los días de memoria, sino que se percaten y establezcan una relación temporal con diversas actividades.
- El educador le dará al niño tarjetas, una en la que haya un niño realizando una acción cotidiana. Otra en la que haya otra acción que por lógica ha de continuar, como por ejemplo, el niño jugando en el centro infantil y otra en la que se ve diciéndole adiós al educador, para que las coloque en orden cronológico y explique porqué considera que han de ir así. Esto también se puede hacer con respecto a hechos de la vida natural, como puede ser ver a un niño regando agua sobre la tierra, y luego observar a una plantita naciendo.

Actividad

- Acondicionamiento y ejercitación de planos musculares conjugados con movimientos relacionados con el esquema corporal.

Objetivo

Mantener la estimulación propioceptiva de músculos y planos musculares que intervienen en la manifestación de las habilidades psicomotrices generales, mediante acciones psicomotrices a partir del esquema corporal.

Metodología

Estas tareas psicomotrices persiguen la activación propioceptiva de zonas musculares que intervienen en la formación de las habilidades psicomotrices generales. Las mismas pueden ser incluidas por el educador en la elaboración de las actividades modulares como acciones de acondicionamiento preliminar, para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. Ellas implican también la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones psicomotrices.

- El educador hará un círculo grande en el centro de la clase con tiza y pedirá a los niños que se sitúen a su alrededor. Luego le pide a algún niño que salte dentro del círculo y que de inmediato, salga otra vez. Entonces pregunta a los demás si existe otra manera diferente de entrar dentro del círculo diferente a como lo hizo el primer niño, si alguien dice que sí se le pide que ejecute el salto, más tarde a un tercero, y a un cuarto, y así sucesivamente para tratar de encontrar todas las maneras posibles de saltar dentro del círculo. Si la imaginación de los niños se agota el adulto proveerá nuevos modelos para que vean que siempre se pueden encontrar nuevas maneras de hacerlo. Hacer que todos los niños "inventen" formas de entrar y salir del círculo.
- Esta actividad puede llevarse a un juego competitivo. Para esto el educador en la misma clase o en un área más extensa, hará equipos de cuatro o cinco niños, y les planteará que atraviesen el espacio caminando de todas las maneras posibles (yendo hacia delante, hacia detrás, dando pasos laterales, caminando a la pata coja, dando saltitos, etc.). Cada equipo seleccionará sus movimientos y a una indicación del educador atravesarán el área cada niño caminando de una forma diferente, ganando aquel equipo que es más creador y termina el recorrido en el menor tiempo posible.

- El educador se ha de poner de acuerdo con los niños para que ellos seleccionen tres instrumentos cuyos sonidos servirán de señal para ejecutar un movimiento, por ejemplo, al sonar el tambor caminar en cuclillas; estirar el cuerpo y caminar en puntillas al escuchar el triángulo; y caminar encorvado y con los brazos colgando al toque de una pandereta. Entonces el educador toca los instrumentos para que los niños se muevan dispersos por la clase haciendo el movimiento acordado para cada sonido. Esto puede convertirse en un juego competitivo haciendo salir temporalmente de la actividad a los niños que se equivoquen.
- Una variante más compleja de este juego consiste en que, comenzando por la selección inicial acordada para los distintos sonidos de los instrumentos musicales, cambiar a un movimiento locomotor diferente a la segunda vez que lo escuchen: caminar con el sonido del tambor, trotar con el de la pandereta, reptar con el del triángulo, y ante un nuevo toque, volver a cambiar, perdiendo los niños que repitan el movimiento anteriormente realizado, esto estimula la creatividad de los niños para hacer movimientos. También se puede usar la variante de mantener una parte del cuerpo a un cierto nivel, como puede ser caminar con un codo por debajo de la pierna, trotar con la nariz a la altura del pecho, o saltar con las manos por encima de la cabeza, entre otras posibles acciones psicomotrices.
- Jugar con los niños a hacer movimientos difíciles y cómicos, como puede ser caminar con la nariz tan alto como se pueda, caminar con una oreja hacia abajo, ir caminando agachado con las manos apoyadas en las rodillas, hacer saltitos desplazándose hacia detrás, o caminar en cuclillas hacia atrás, etc., movimientos que suelen provocar hilaridad y elevar el tono emocional de los niños.
- El educador, tomando un par de varillas en cada mano y dándole igual número a cada niño, camina por la clase mientras los niños lo siguen, de pronto toca sus hombros con el extremo de las varillas para que los niños lo imiten, a continuación sigue caminando y toca el suelo con las varillas a cada lado de su cuerpo, más tarde se toca las rodillas, luego detrás de la espalda, acciones todas que los niños deben imitar. Después de que los niños han cogido el principio de la actividad, pedirles que caminen y a cada palmada que él dé, ellos habrán de tocar con las varillas en distintas partes de su cuerpo de manera libre sin dejar de caminar.
- Dándole una sola varilla y teniendo a los niños en círculo a su alrededor, el educador les pide a los niños que traten de lanzarla hacia arriba con las dos manos y de atraparla también con las dos, luego lanzarla con una mano y cogerla con las dos, y lanzarla con una mano y atraparla con esa misma incluso lanzarla con una mano y tratar de cogerla con la

otra. Previamente ha de haberles dicho que la varilla se ha de lanzar suave para que no se les caiga al suelo. Esto puede hacerse un juego competitivo estableciendo que a quien se le caiga la varilla ante la indicación del educador, sale del juego. También puede hacerse en otras posiciones, como puede ser sentados.

- Hacer que los niños hagan movimientos en pareja, para acostumarlos a ponerse de acuerdo en acciones motoras. Un ejemplo es que, poniendo a dos niños uno de espalda al otro se entrecrucen sus brazos, y a una indicación del educador echen a caminar en una dirección, por lo que un niño, que es el guía, lo hace hacia delante mientras que el otro es arrastrado, y luego intercambian los papeles. Esto también puede convertirse en un juego, poniendo dos líneas paralelas separadas cuatro o cinco metros una de la otra, situando a "las parejas" detrás de una de ellas, y a una orden caminar para llegar a la línea de meta sin caerse en el empeño.

Actividad

- Estimulación de estructuras musculares de acciones de la psicomotricidad fina.

Objetivo

Mantener la activación propioceptiva de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

Las conexiones nerviosas de la motricidad fina de las extremidades superiores, particularmente manos y dedos, se han de continuar estimulando en este trimestre, con el propósito de consolidar la destreza y precisión de movimientos, lo cual permite la realización de tareas psicomotrices complejas. Al respecto, el educador ha de repetir acciones psicomotrices de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunos movimientos más complicados, así como introducir otros nuevos según considere pertinente. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- Darle plantillas y hojas de papel que contengan el contorno de figuras para que los niños las recorten con tijeras de punta roma, insistiendo el educador en que los niños sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras. Ir reduciendo paulatinamente el tamaño de estas figuras, para obligarles a ser más precisos.
- Empezar a trabajar con los niños haciendo figuras de papel muy sencillas mediante cortes en las hojas que se les den. Una vez hechos los cortes analizar con los niños los resultados obtenidos.
- Darles a los niños hojas cuadradas de papel y enseñarles como hacer los dobleces para obtener objetos tan simples como un sombrero bicornio, uniendo las puntas de las figuras con goma de pegar para darle consistencia. Hacer también otra figura simple como es un triángulo que vuela al ser lanzado.
- Hacer costura sin agujas. Para esto el educador ha de crear variados formatos de cartón o cartulina gruesa, para que no se rompan y proporcionándole a los niños distintos materiales como hilos de estambre, cordel o cualquier otro material de fácil manipulación unan las piezas mediante el ensarte y recreen las figuras. Estas figuras pueden ser decoradas por los propios niños.

- Enseñar a los niños a hacer plisados sencillos, siguiendo una línea de puntos a una distancia una de otra de 3 cms. y luego de 2 cms. Los formatos hechos por el educador han de ser cuadrados y rectangulares y antes de plisar los niños pueden decorar las hojas, y así confeccionar la cola de un pez, las alas de una mariposa o hacer un abanico.
- Poner a disposición de los niños un juego de carpintería y enseñarles a utilizar el serrucho con pequeñas tablas, clavar dos listones entre sí, sacar un clavo con el martillo, medir una distancia con la cinta métrica (solamente la acción motora), y otras acciones que se le puedan ocurrir al educador, tareas todas que, además de estimular la motricidad fina, significan acciones con instrumentos.
- Ofrecerles rompecabezas de hasta seis piezas a los niños para que los armen, sin modelo, pero donde ya estos juegos de rompecabezas, además de los diversos cortes: rectos y curvos, horizontales y verticales, contengan alguna pieza muy simple de contorno irregular. Si los niños plantean trabajar con más piezas, permitirselo, ya que en esta tarea lo fundamental es la destreza de los movimientos para encajar las piezas y no el producto que se obtenga.
- Hacer collares con cuentas pequeñas de variados colores con piezas y nudos intercalados como desee el niño, para hacer diseños a partir de su imaginación.
- Entregar a los niños objetos desarmables (un juego de construcción, una figura en piezas, transformers, etc.) para que los armen y desarmen, con o sin instrumentos. Los objetos pueden comenzar por figuras más o menos grandes y llegar a cosas con piezas pequeñas.

Dado el hecho de que no hay grandes transformaciones en el desarrollo de los niños en este último trimestre de este quinto año de vida, las actividades modulares a realizar serán las mismas del segundo trimestre, cambiando las tareas preparatorias y los juegos de movimiento para impartirle alguna variación a los módulos y lograr de esta manera que se mantenga la motivación hacia la actividad.

Actividad

- Ejercitación del lanzamiento, salto y cuadrupedia.

Objetivo

Desarrollar la agilidad, la fuerza y la destreza de movimientos amplios.

Metodología

Este primer módulo de este trimestre cuenta con seis actividades.

- Iniciar con una marcha formando dos filas y a una indicación del educador, el primer niño de la hilera pasa al final, quedando como guía el que estaba el segundo. Así sucesivamente hasta que pasen todos los niños. Entonces, cada hilera irá dando un giro para formar cada una un círculo en la clase.
- El educador entrega un bastón a cada uno de los niños, que se mantienen de pie con los brazos al lado del cuerpo, sosteniendo el bastón con ambas manos. A una indicación, los niños llevan los brazos arriba siguiendo con la vista el curso del bastón, vuelven a la posición inicial y llevan los brazos al frente, y una vez que regresan a la posición básica, depositan el bastón en el suelo frente a sus pies. Hacer tres o cuatro repeticiones.
- En la misma posición de pie, con los brazos a los lados del cuerpo, hacer cuclillas y recoger el bastón, luego pararse y elevarse en la punta de los pies llevando el bastón arriba. A una indicación del educador vuelven a hacer las cuclillas con los brazos extendidos adelante y colocan el bastón frente a sus pies. Repetir esta tarea psicomotriz tres o cuatro veces.
- Situar un cajón sueco con una altura de 30. cms., con cuña y una pequeña colchoneta al final, a continuación del cajón poner una tabla con una inclinación de 40 cms. y a un costado colocar un cordel a dos metros de altura y en el suelo una raya dibujada que esté a un metro de distancia de las bases en que está amarrada la cuerda, cerca habrá una cesta con pelotas pequeñas como las de tenis. Alentar al primer niño para que realice el salto al cajón con una pequeña carrera de impulso, rebote en la cuña, coloque las manos en el cajón pasando las piernas abiertas por delante de los brazos para caer sentado en el cajón, pararse y caminar hasta el extremo desde donde salta a la

colchoneta; luego seguirá a la tabla inclinada y caminará en cuadrupedia hasta su final regresando caminando hacia atrás, de ahí se dirige donde está la cuerda y parándose detrás de la raya toma una pelota y la lanza con una mano por encima del hombro para tratar de sobrepasar por encima del cordel. Repetir este circuito tres o cuatro veces con cada niño.

- El educador realizará el juego de movimiento "Quién lanza mas lejos". Para esto ha de trazar dos líneas en el suelo, a una distancia de cuatro-cinco metros una de otra. Detrás de la primera línea se han de colocar los niños, que tendrán una bolsa de arena o de semillas en su mano, y el educador se pondrá en el intermedio con banderas pequeñas en su mano. A una indicación el primer niño lanza su bolsa por debajo del brazo procurando que la bolsa se deslice por el suelo, lo cual ha de ser una condición obligatoria. El educador sitúa una banderita con su base en el lugar donde ha llegado la bolsa. Luego orienta al segundo que repita la misma acción, y donde llegue ahí pone la banderita, y así sucesivamente hasta el último niño. Ganan los niños que logren alcanzar la segunda línea sin que en el trayecto derriben ninguna de las banderas que están colocadas.
- Hacer una marcha lenta de recuperación, subiendo y bajando los brazos lateralmente, aspirando y espirando el aire con fuerza, durante dos minutos.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia, el lanzamiento y el rodamiento.

Objetivo

Estimular la destreza motora de manos y pies en acciones relacionadas.

Metodología

Este segundo módulo de actividades tiene seis actividades psicomotrices:

- Hacer dos filas con los niños y orientarles que caminen y giren lentamente, una fila hacia la derecha y otra hacia la izquierda, para formar dos círculos. Uno caminará subiendo y bajando los brazos lateralmente levantando un poco las piernas, el otro caminando extendiendo los brazos hacia delante y detrás. A una indicación del educador intercambian el movimiento. Repetir cada acción motriz al menos dos veces.
- Sentados los niños con un bastón colocado en los pies y los brazos extendidos atrás, llevar los brazos al frente, con flexión del tronco y tomar el bastón. A una orden del educador, extienden el tronco y llevan los brazos arriba con el bastón en sus manos, para llevar de nuevo los brazos al frente sosteniendo el bastón. Finalmente vuelven a la posición inicial y ponen el bastón frente a los pies. Repetir tres o cuatro veces.
- De pie los niños, con los brazos extendidos al frente sosteniendo el bastón por sus extremos, flexionar la pierna derecha para que la rodilla toque el bastón, volver a la posición inicial para luego flexionar la pierna izquierda para que la rodilla toque igualmente el bastón, y de ahí regresar a la primera posición. Hacer esto de cuatro a seis veces.
- Situar a varios niños con las piernas abiertas, otros se harán un ovillo boca abajo en el suelo, a su vez habrá un cesto al alcance con pelotas medianas y hojas grandes de papel en una caja. El educador orienta al primer niño que caminando en cuadrupedia pase por debajo de las piernas de sus compañeros y luego por encima de los que están acurrucados. A continuación coge un par de hojas grandes de papel para que las arrugue bien con sus manos formando dos pelotas, que lanza con una mano y otra hacia una zona previamente delimitada por el educador. Finalmente tomando una pelota de la cesta la rueda con

la mano preferencial doblándose por la cintura hasta la misma zona indicada previamente.

- El juego de movimiento será "A voltear los objetos". Para esto el educador forma varios equipos de cuatro o cinco niños cada uno, y los ubica en hileras tras una línea en la que hay una caja con pelotas medianas. A tres metros de la línea habrá dibujada otra línea de meta en el suelo y entre ambas líneas se colocan grupos de bolos, bloques o banderitas con base. A una orden del educador, el primer niño de cada equipo coge una pelota y la echa a rodar sin pasarse de la primera línea tratando de tumbar los objetos. El educador puede situar dos niños junto a los objetos, para que le ayuden a recogerlos y ordenarlos nuevamente después de cada rodamiento. Tras el primer niño, seguirá el segundo de la hilera y así sucesivamente hasta el último niño del equipo. Los ganadores serán aquellos que hagan primero y mejor la tarea y más objetos derriben. Repetir dos o tres veces el juego.
- La actividad finaliza con una marcha de recuperación, cada niño con la pelota en su mano "que se va a dormir", yendo cada vez más lentos hasta que se detienen, se agachan y ponen la pelota en el suelo, quedándose sentados los niños tranquilamente junto a ella.

Actividad

- Ejercitación del equilibrio, salto y carrera.

Objetivo

Desarrollar la precisión, la agilidad y la coordinación de diferentes planos musculares.

Metodología

La siguiente actividad modular tiene seis tareas psicomotrices:

- Hacer que los niños formen dos filas y colocar objetos situados en el suelo frente a ellos, formando ángulos unos con otros. A una indicación del educador echan a caminar haciendo zigzag entre los objetos, siguen con giro dando la vuelta para colocarse de nuevo en la posición inicial y volver a caminar en zigzag de nuevo. Seguir haciendo esto tres o cuatro veces hasta que el educador oriente detenerse.
- Estando los niños de pie con los brazos al lado del cuerpo, elevarlos alto lateralmente y volverlos a llevar al costado, de ahí extenderlos al frente, volver a la primera posición y de nuevo a los laterales, para continuar la serie de los movimientos. Luego, partiendo de la posición inicial elevan de nuevo los brazos arriba flexionando una pierna, vuelven atrás y repiten la acción pero ahora flexionando la otra pierna, durante cuatro o cinco repeticiones.
- De pie con los brazos abajo, sosteniendo una cinta por cada uno de sus extremos, los niños la elevan arriba por encima de la cabeza, siguiendo el movimiento con la vista y vuelven a la posición inicial. A una indicación del educador colocan la cinta en el suelo, frente a los pies, para saltar por encima de la cinta, delante y detrás, sin apartarse de la posición que ocupan. Hacer estas acciones psicomotrices cuatro o cinco veces.
- Ubicar una viga gimnástica a 40 cms. de altura, con una colchoneta al final, colocar a continuación varios obstáculos en ángulo y al terminar ese recorrido dibujar una línea transversal en el suelo. El primer niño se sitúa en la viga y camina por ella con los brazos extendidos, al llegar al centro hace una cuclilla, se levanta y continúa caminando para al final dar un salto al colchón con los pies unidos. De ahí sale corriendo en zigzag bordeando los obstáculos, y al terminar el circuito se detiene en

la raya y da un salto de profundidad lo más lejos posible. Repetir cada niño este recorrido tres o cuatro veces.

- Jugar a "Corre que te agarro". El educador situará a los niños en pareja uno detrás del otro, el delantero en cuclillas, el de atrás también en cuclillas o sentado a un metro más o menos de distancia. A cinco metros se ubica una línea de llegada trazada con tiza en el suelo. A la señal del educador "¡Corre que te agarro!", el niño que está atrás persigue al que está delante ambos moviéndose agachados "como si fueran patos", hasta llegar a la línea de meta si no es alcanzado en la carrera. Después de que todos los niños realicen esta tarea, invertir los roles, y el perseguidor hace ahora de perseguido y a la inversa.
- La recuperación se hará mediante una caminata dispersa lenta que será cada vez menos movida, hasta llevar a la posición de sentado en el suelo y de ahí a acostarse de la forma que el niño estime conveniente, quedándose quieto durante un minuto sin hacer movimientos.

Actividad

- Activación para trepar, rodar y lanzar.

Objetivo

Lograr la estimulación de planos musculares diferenciados.

Metodología

- El educador forma dos filas con los niños, que a su orientación salen caminando por la clase. Luego da un golpe de pandereta u otro instrumento musical, y al dar cada golpe el primer niño de la fila sale y se pone al final de su hilera, y así sucesivamente con cada toque hasta que cambien todos los niños. Cuando el primero vuelva a estar en su lugar, a otra indicación del educador corren uno detrás de otro hasta que les indique detenerse.
- Estando sentados con las piernas cruzadas y sosteniendo una cinta por los extremos con las manos, los niños elevan la cinta por encima de la cabeza a la indicación del educador, luego la bajan y flexionan el tronco llevándola lo más lejos posible, para volver a la posición inicial. Repetir esto de cuatro a seis veces.
- De pie, con los brazos abajo y las manos en la cinta, los niños hacen cuclillas y ponen la cinta en el suelo, se levantan, hacen cuclillas de nuevo y la recogen. A continuación sostienen la cinta al frente, al nivel de la cintura, flexionan la pierna derecha para tocar la cinta con la rodilla, luego repiten la acción para hacerlo con la pierna y rodilla izquierda. Repetir toda la serie de tres a cuatro veces.
- Situar una barra vertical en el centro de la clase (puede ser la barra vertical de un aparato gimnástico), o una soga amarrada a una altura, y un colchón cerca de la misma, colocada longitudinalmente, cerca habrá una canasta con pelotas medianas. A una señal el primer niño trepa por la barra hasta lo más alto que pueda, con apoyo de manos y pies. Después de bajar, se dirige a la colchoneta y da una vuelta de frente hasta caer sentado, para dar otra hasta el final de la colchoneta y de ser posible una tercera. Corre a la canasta y toma una pelota que lanza al segundo niño (que estará terminando de dar sus vueltas en el colchón), para así lanzar y capturar en parejas hasta el término de la actividad.

- El juego de movimientos a hacer será “¿Dónde hay menos?”. Se forman dos equipos, cada uno en un área limitada y separados por una red o soga a un metro de altura aproximadamente. Cada niño tiene una pelota. A una señal, ambos grupos comienzan a lanzar sus pelotas o bolsas por encima de la red hacia el área contraria y a la vez recogen todas las que caigan en la suya, y las devuelven al otro lado. Transcurrido un tiempo el educador detiene el juego, reúne las pelotas que quedan en cada área y determina en cual de ellos hay menos pelotas. Los niños pueden lanzar las pelotas con lanzamientos diversos, rodarlas por debajo de la red o golpearlas de rebote, ganando el equipo que menos pelotas tenga en su área.
- Hacer una caminata lenta de recuperación, relajando los brazos que han de caer suavemente a los lados, luego el educador dirá que los niños “son helados que se derriten” para que caigan tranquilamente y se queden acostados en cualquier posición, hasta que se les oriente levantarse y salir caminando hacia el área de juegos. Hacer esto uno o dos minutos.

Actividad

- Activación del salto, trepar y escalar.

Objetivo

Asociar la estimulación de los planos musculares de las extremidades inferiores a acciones psicomotrices concatenadas.

Metodología

El módulo que viene a continuación se compone de seis tareas psicomotrices:

- Los niños caminarán rítmicamente según las percusiones que realice el educador con algún instrumento musical e irán subiendo los brazos lateralmente hasta palmear dos veces las manos arriba, luego llevarán las manos abajo y delante y darán otra vez dos palmadas según se les indique. De esta manera irán formando un círculo grande en cuyo centro ha de estar el educador.
- Estando de pie, con las piernas separadas y los brazos al lado del cuerpo, los niños harán una flexión del tronco al frente para tocar la punta de los pies. Luego, parados en punta de pies, llevar los brazos extendidos arriba, volver a hacer flexión del tronco esta vez hacia atrás. Volver a la posición inicial y recomenzar. Repetir cinco o seis veces.
- De pie con las manos en la cintura, flexionar la pierna izquierda y hacer saltitos con la pierna derecha, volver a la posición inicial e invertir, ahora flexionar la derecha y realizar los saltitos con la izquierda. Repetir tres o cuatro veces con cada pierna. Luego, unir las piernas y realizar saltitos en el lugar con los pies juntos y manteniendo las manos a la cintura. Repetir cuatro o cinco veces también.
- Dibujar una línea en un extremo de la clase y ubicar a los niños en fila detrás de ella, a tres metros poner varios obstáculos altos en fila (de 50 cms. de altura) separados uno del otro a un metro, y finalmente una soga colgada del techo o de un soporte fuerte. Estimular al primer niño a que, parándose detrás de la línea de un salto de profundidad lo más lejos posible, cuando caiga realizar otro, y otro, hasta llegar al primer obstáculo que trepará de manera libre. Luego trepará a los siguientes, al llegar a la soga la escalará ayudándose con manos y pies hasta donde pueda, bajándose de la misma manera, sin deslizarse. Correr a ocupar el último lugar de la fila. Incitar al segundo niño a recorrer el circuito, y

así sucesivamente hasta que todos lo completen, repitiendo tres o cuatro veces el recorrido cada uno de ellos.

- El educador incitará a los niños al juego de movimiento “Los monos sin árboles”. Para esto les dirá a los niños que ellos van a hacer como los monos (caminar en cuadrupedia, balancearse caminando, chillar rascándose el pecho). En la clase desperdigará sillas, siempre una menos que el número de niños, y les dirá que son árboles donde viven los monos. Luego solicita a los niños que se dispersen por la clase imitando a los monos y que a una señal corran a encaramarse en los árboles (trepar a una silla). El niño que no alcance una silla quedará fuera del juego temporalmente. A continuación el educador retira otra silla, y así sucesivamente hasta que quede un solo niño en su silla. Repetir el juego mientras dure la motivación.
- Hacer una marcha ligera de recuperación, caminando lentamente a la vez que se elevan los brazos hasta el lateral, inspirando aire por la nariz, y bajar los brazos espirando el aire por la boca. Hacer esto durante dos minutos.

Actividad

- Realización de juegos de movimientos que ejercitan habilidades psicomotrices generales.

Objetivo

Estimular de manera recreativa la activación de diversos planos musculares.

Metodología

El objetivo de los juegos de movimiento es reforzar la agilidad, la destreza, la calidad y la precisión de las habilidades psicomotrices generales (correr, saltar, lanzar, trepar, etc.) que se han trabajado en las actividades pedagógicas, pues los mismos pretenden estimular un tipo específico de ellas aunque inciden, como es natural, en las demás.

En el segundo trimestre se retomaron los juegos de movimiento del último trimestre del año anterior, y se orientó hacerlos con la misma consigna, es decir, que los niños lo enfocaran como un premio a su buen desenvolvimiento en las actividades psicomotrices. Ahora se incorporan algunos otros para aumentar la relación de tales juegos, y que el educador puede incluir en sus actividades modulares o para crear sus propios módulos de juegos. Como los mismos son muy activos, se recomienda que nunca se realicen más de tres o cuatro en una misma sesión, para evitar una sobreexcitación de la actividad nerviosa superior de los niños.

- Hacer el juego de movimiento "¿Quién llega primero?" El educador organiza varios equipos con los niños y les plantea correr hasta una silla, bordearla y regresar al equipo. Estos equipos se han de alinear frente a su propia silla que se les situará a 4-5 metros de una línea trazada en el suelo. Ganan aquellos que más rápido ejecutan la tarea motriz. Este juego puede variarse haciendo que al llegar a la silla los niños se sienten y regresen corriendo. Otra alternativa puede ser llegar a la silla, subir y bajar de ella y regresar corriendo. En cualquier variante del juego se mantiene siempre la acción principal: la carrera.
- Para el juego "Carrera de caballitos" el educador forma equipos distribuyendo a los niños en círculos. Cada grupo tiene un guía y un distintivo en el brazo. A una señal del educador, el primer niño guía de cada equipo da la vuelta al círculo por dentro de sus compañeros trotando como un caballito. Al llegar a su puesto, el niño que le sigue continuará el movimiento, y así sucesivamente hasta que todos los niños

hayan realizado la tarea psicomotriz.

- Jugar a "Alegre sonajero". En este juego se forman hileras detrás de una línea. A dos metros de distancia de la hilera y a la altura de la vista de los niños, se cuelgan dos pequeños sonajeros. A cada niño se le entregará una pelota pequeña, como las de jugar al tenis o una bolsita de arena. A la señal del educador el primer niño lanzará la pelota tratando de tocar el sonajero que corresponda a su hilera. Luego se incorporará al final de ésta y dejará su lugar al niño que le sigue para que realice el mismo movimiento. El educador ha de observar qué hilera de niños logró más lanzamientos acertados y estimula a aquellos que más aciertos han tenido en los lanzamientos y mejor los realicen.
- "La hormiguita y el cangrejo sin cueva" es otro juego de movimiento que gusta a los niños. Para ello se colocan sillas o marcas en el suelo dispersas en la clase, que serán las cuevas, una menos que el total de niños. A una señal se desplazan en cuadrupedia y cuando escuchan: "¡Hormiguitas a sus cuevas!" o "¡Llegó la lluvia!", se sientan en la silla o marca más cercana. Se varía la forma de desplazamiento a cuadrupedia invertida (caminando hacia atrás) cuando los niños imitan a los cangrejos.
- "¿Quién forma más rápido?" es un juego de movimiento en que el educador forma hileras de igual número de niños. Luego coloca un objeto o juguete en el lugar donde tienen que pararse los primeros de cada hilera e insistirá en que se fijen bien dónde y detrás de quién van. A la orden del educador los niños rompen las hileras y se dispersan por el área o la clase como si estuvieran dando un paseo. A otra señal "Formen las hileras que terminó el paseo!", todos corren a ocupar su lugar. Es importante destacar que no se pueden formar las hileras en otro lugar que no sea el indicado por el educador, pues durante el paseo el educador aprovecha para cambiar el objeto de lugar para que en cada ocasión los niños tengan que orientarse.
- "¡Se hunde el barco!": Estando los niños sentados en parejas o grupos, hacer que se dispongan como si estuvieran en una canoa o una lancha remando. A una distancia de 5 metros el educador ubica un área que representa la tierra. Los niños imitan el movimiento de remar. A la voz "El mar está en calma" hacen movimientos de remar despacio, y cuando el educador diga "El mar está agitado. ¡Remar rápido!", "¡Se hunde el barco!" se levantan y corren haciendo movimientos de nado con los brazos hasta el área que significa la tierra.



Actividades para
el desarrollo
de la
psicomotricidad
para niños
en el sexto año
de vida
(5-6 años)



CARACTERIZACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EL SEXTO AÑO DE VIDA

El sexto año de vida se considera generalmente como el año final del período que se ha dado en denominar como edad preescolar, tiene la significación de que en él mismo se cumplen los objetivos pedagógicos y del desarrollo que se comenzaron a gestar en el cuarto año de vida. Desde este punto de vista el sexto año puede considerarse como la culminación de la etapa preescolar.

No obstante, si se parte del criterio de que la edad preescolar comienza en el mismo momento del nacimiento y culmina con la crisis del desarrollo de los seis-siete años, entonces aún queda un año de vida más para considerar que la edad preescolar ha terminado como fase inicial del desarrollo.

Pero la mayoría de los sistemas educativos han impuesto un criterio pedagógico administrativo al final de esta etapa, y por eso, como esta gran mayoría empieza la etapa escolar a los seis años, se ha generalizado este criterio de considerar los seis años como el tope de la edad preescolar.

En realidad lo que concluye a los seis años es la educación preescolar, vista como organización del sistema de influencias educativas para alcanzar los logros del desarrollo esperables en este período de la vida. Pero el niño, ese que está en el primer grado de la escuela, es todavía un niño de edad preescolar, aunque por la estructura del sistema educativo se le considere ya como un escolar. Falta aún el largo trayecto de un año (que en estas edades tempranas tienen una mayor significación) para que, por desarrollo evolutivo sea un niño de edad escolar.

Mas como aún estas son cosas por discutir para llegar a un consenso general, a los fines de este material hemos de considerar al sexto año de vida como la culminación de la etapa preescolar.

Así, la edad preescolar quedaría conformada por los años del cuarto al sexto año de vida.

Es por ello que, desde el punto de vista de la educación preescolar estos tres últimos años conforman y determinan, sobre la base de los tres primeros, los cimientos fundamentales del desarrollo de la personalidad del individuo, y en sí misma significa la etapa más importante de la ontogénesis del individuo.

Entre el cuarto y el quinto año no hay prácticamente diferencia en cuanto a la formación de las adquisiciones del desarrollo, por lo que en ocasiones se les ha considerado como un ciclo en sí mismos, y lo que verdaderamente se da en el quinto año es un perfeccionamiento y mayor incremento de aquellos procesos y cualidades físicas y psíquicas que comenzaron a perfilarse en el cuarto año de vida, lo cual no quita que existan logros fundamentales del desarrollo que se obtienen en el quinto año y que lo hacen particularmente significativo a los fines

del desarrollo, como es el caso de la transformación cualitativa que se sucede en el pensamiento representativo, también llamado pensamiento en imágenes, durante este año de vida. Desde este punto de vista, el quinto año no es realmente un año de tránsito como algunos pretenden ver, sino un período importante en el transcurso evolutivo del desarrollo infantil.

Con relación al sexto año pasa prácticamente lo mismo, pues es en este año donde se consolidan y estructuran las premisas y condiciones psicomotoras que se gestaron de manera inicial durante el cuarto año de vida.

Pero, al igual que con el año anterior, ello no quiere decir que no se sucedan importantes hitos del desarrollo, como son entre otros, el surgimiento del sentido del idioma y la presencia de una conversación contextual compleja en el lenguaje; la posibilidad de transformar modelos en el proceso de la modelación en el pensamiento; la manifestación de la percepción analítica en el desarrollo sensorial; la posibilidad de planificar, organizar y desarrollar juegos de acuerdo con otros niños; la posibilidad de realizar actividades sencillas de carácter docente en el proceso del aprendizaje; ser capaz de apreciar una producción plástica; ejecutar los movimientos con mayores variaciones por iniciativa propia.

La significación mayor del sexto año es que al terminar este se puede enfáticamente plantear que el niño ya ha devenido personalidad. Que de individuo que era en la mayor parte de la edad temprana, es ahora un ser único que posee las formaciones psicológicas que permiten establecerlo como personalidad, considerando a esta como el mayor nivel de regulación del comportamiento del individuo.

Esto se comprueba en dos adquisiciones fundamentales que están presentes al concluir la edad preescolar:

- ❑ La existencia de un sistema de subordinación y jerarquización de motivos.
- ❑ La presencia de la autoconciencia y la autoevaluación.

Estos logros del desarrollo definen la formación de la personalidad y ambos están presentes al término de la edad preescolar, que luego habrán de consolidarse y perfeccionar en el resto de las etapas de la vida.

En cuanto a los fines del sistema de influencias educativas dirigido a la consecución de los logros del desarrollo, y aunque los métodos y procedimientos metodológicos entre el quinto y el sexto año de vida son a veces semejantes, y ello hace que parte de las acciones educativas a ejercer, las áreas a trabajar, y las formas organizativas de estructurar esta actividad educativa, se diferencian en una mayor complejidad de los contenidos, lo cierto es que a los fines de la motricidad si se dan variaciones significativas en la forma general de enfocar estas actividades.

Así, un rasgo distintivo básico va a estar dado porque las acciones psicomotrices van a depender fundamentalmente de la creatividad y propia iniciativa de los niños, dado que los procesos que fueron necesarios para formar las habilidades psicomotrices generales, y que requirieron de la acción más directa del educador en los años anteriores, se transforman, puesto que prácticamente todas estas habilidades generales (correr, saltar, trepar, lanzar, etc.) están logradas y ahora lo que se hace es posibilitar que los niños por sí solos las pongan en práctica y las perfeccionen en su propia actividad.

Por otra parte, los cambios y transformaciones en el desarrollo en el sexto año de vida abarcan todo el período que lo compone, e incluso se extienden aún al siguiente año, el séptimo año de vida. Esto hace prácticamente inoperante dividir el sistema de influencias educativas en trimestres escolares (que obedecen a un criterio pedagógico administrativo y no desde un punto de vista del desarrollo), y lleva a considerar estas influencias en todo el año de vida y gestándose y actuando a lo largo de este período.

Con respecto a la psicomotricidad, en el quinto año de vida se alcanzaron logros importantes que pueden resumirse en:

- ❑ Una utilización extensa de instrumentos variados para dar solución a diversas tareas que se les presentan en la vida cotidiana.
- ❑ Un desarrollo cualitativo notable de las habilidades psicomotrices generales (caminar, correr, trepar, escalar, entre otras), que les permiten realizar una diversidad de acciones y entrar en contacto por sí mismos con el medio circundante.
- ❑ La capacidad de establecer una conversación contextual simple, que les permiten apartarse de los elementos directamente perceptibles y establecer una comunicación más efectiva con los que le rodean, de cosas de un carácter más mediato.
- ❑ La formación de un nivel de independencia, autonomía y validismo que le posibilita realizar las tareas por sí solos en su atención y cuidado.
- ❑ Un conocimiento de sí mismo y de su esquema corporal bien consolidado, que le permite reconocerse como individuo y valorar las posibilidades de su cuerpo para realizar distintas acciones y tomar en consideración los factores espaciales y temporales asequibles a su nivel de desarrollo.
- ❑ Un desarrollo significativo del juego de roles como actividad fundamental del desarrollo, que le permite planificar, organizar y llevar a cabo acciones lúdicas conjuntas con sus coetáneos.

Los niños en el quinto año muestran un comportamiento generalmente apropiado, si bien son bastante exigentes en cuanto a sus posibilidades de conocimiento, lo que se expresa en la presencia significativa de los porqués de contenido cognoscitivo y la manifestación de las relaciones de causa y efecto, hacen que estos niños requieran de actividades complejas y que les aporten un reto psicomotor, social, personal.

Esto es mucho más agudo en el sexto año de vida, en que los niños muestran un extraordinario interés por las cosas que les rodean, particularmente las referidas al contexto social, y que en el plano cognoscitivo se reflejan en su afán de conocer, de actuar, de generar ideas. De esta manera, requieren de esta satisfacción cognoscitiva para sentirse emocionalmente bien, y que cuando no es cumplida, puede acarrear dificultades en su conducta.

El actuar por sí mismo y el interés por sus iguales, es una característica significativa en este año, lo que hace que la relación con los adultos pase a un segundo plano, y sea la interrelación con sus coetáneos lo que se convierte en la fuente principal de sus motivos.

Esto es particularmente significativo en las actividades modulares, que al igual que en el año de vida anterior, requieren de nuevos métodos de realización, que asumiendo los mismos criterios descansan más ahora en la propia acción de los niños que en la orientación directa del educador. De esta manera se satisfacen las necesidades crecientes del niño de hacer cosas más complejas y el educador logra alcanzar sus objetivos de una manera mucho más efectiva.

También es más palpable el afán competitivo de los niños en este año de vida, evidenciado en el quinto año de vida pero que ahora es mucho más resaltante y hace que continuamente se estén planteando hacer más y mejores cosas, lo que obliga al educador a manejar de forma inteligente esta particularidad, para que dentro del espíritu competitivo se instauren también los sentimientos de solidaridad, de ayuda mutua y de cooperación entre los niños.

Este niño del sexto año de vida tiene una vitalidad y resistencia física notable, que le posibilita hacer acciones psicomotrices extensas y complejas, y donde el progreso en sus capacidades y habilidades psicomotrices y su autonomía le permiten realizar tareas bien difíciles, que obliga al educador a diseñar actividades acordes con estas posibilidades.

Por otra parte, la ampliación significativa del horizonte cognoscitivo del niño del sexto año de vida, dada por la diversificación de la realidad y una mayor posibilidad de asimilarla, hace que se requieran acciones estimuladoras complejas y dirigidas a las áreas específicas del desarrollo, tales como la actividad motriz, la percepción, el pensamiento, el conocimiento del mundo natural y social, entre otros.

En cuanto a los contenidos de la actividad psicomotriz en el sistema de influencias educativas en el sexto año, además de las actividades motrices como tales, se incluyen las referentes a la imagen corporal, las que tienen que ver con la estructuración del espacio, y las concernientes a la estructuración temporal.

El conocimiento del esquema corporal, de la imagen corporal, trata de las nociones que el niño va estructurando de manera progresiva con respecto a su cuerpo, de sus características físicas y de las posibilidades de acción motora que

el mismo le ofrece, y de la formación de su identidad personal y su relación con los demás.

La estructuración espacial implica la noción que construye el niño a través del movimiento, el desplazamiento y la orientación en el espacio, de la relación de su cuerpo en dicho espacio con los objetos, las personas y las situaciones de su medio natural y social que le rodea, así como su ubicación espacial (cerca, lejos, adelante, derecha, izquierda, etc.).

La estructuración temporal comprende la capacidad del niño para situar hechos en una sucesión de tiempo, noción que les permite paulatinamente adquirir los conceptos de duración, orden y sucesión en que se dan los acontecimientos.

Los aspectos anteriores toman en consideración a la manifestación corporal como medio de expresión de la psique, y las actividades para su desarrollo han de tomar en cuenta este criterio.

Al igual que en el quinto año de vida, y ahora de forma mucho más marcada, los cambios y transformaciones que se dan en el desarrollo no son ya tan rápidos como antes, lo cual hace que el sistema de influencias educativas tenga necesidad de organizarse en períodos más largos y aunque pedagógicamente se siga el criterio de trimestres escolares, desde el punto de vista de la evolución del desarrollo psicomotor las líneas directrices de este desarrollo son considerablemente más amplias y comprenden a todo el año de vida, e incluso al séptimo año.

Los tres años (cuarto, quinto y sexto) comprenden un ciclo de desarrollo en el que las cualidades y funciones psíquicas características de esta edad comienzan a gestarse desde el cuarto año y alcanzan su expresión más completa hacia los seis-siete años en que concluye este período.

En cuanto a las actividades, y por el hecho de que el cuarto, quinto y sexto años de vida constituyen en sí mismos un período del desarrollo, en el que los objetivos de la enseñanza se conciben teóricamente iniciándose a partir de que los niños tienen tres años y se alcanzan cuando estos cumplen los seis-siete años, gran parte de las actividades propuestas para este sexto año han de continuarse realizándose en el próximo, al igual que muchas del pasado quinto año se han de mantener en el actual, añadiéndole por supuesto un mayor nivel de mayor complejidad, como sucede en el caso de las actividades modulares, que difieren más en la complicación de las acciones a realizar que en la inclusión de nuevos contenidos.

Por lo tanto, desde el criterio pedagógico la organización de actividades sigue en términos generales la misma concepción que se tenía en el año de vida anterior, con la realización de aquellas que contienen objetivos amplios y otras que se refieren a aspectos más concretos y específicos del desarrollo psicomotor.

No obstante, existe una variación fundamental que radica en el hecho de que las tareas psicomotrices a realizar son las mismas en los tres trimestres, cambiando en ocasiones los medios, métodos y procedimientos, así como los materiales a utilizar, pero donde los objetivos y contenidos (en su sentido general) son los mismos. Es por eso que la estructuración del primer trimestre determina los subsiguientes, dándose sólo variantes menores entre unos y otros. De ahí que las actividades que se plasman sean prácticamente las mismas a lo largo de todo el año de vida.

Por lo tanto, las actividades en este sexto año de vida tendrán dos formas organizativas principales, al igual que en los años anteriores.

- Actividades dirigidas a un objetivo concreto o específico.
- Actividades modulares, que abarcan varios objetivos que se han de trabajar conjuntamente.

El primer tipo de actividad suele desarrollar objetivos únicos, y en ella la acción de estimulación está dirigida a la consecución de un logro particular, mientras que en las actividades modulares (o módulos de actividades) se trata de estimular varios procesos de manera simultánea.

Pero los módulos ahora, más que en actividades previamente diseñadas y con un orden de presentación, descansan en lo que los niños piensen y quieran hacer, funcionando el educador como orientador para que ellos por sí solos determinen qué hacer y cómo hacerlo. Esto no implica que el educador no ejerza una acción de ayuda en aquellos niños que, por un motivo u otro, tienen dificultades en realizar los movimientos o no han alcanzado el nivel requerido en sus capacidades y habilidades generales psicomotrices.

A su vez estos módulos pueden ser modificados a criterio del educador, que ha de incluir en los mismos aquellas actividades de contenido específico que a su juicio puedan serlo, de acuerdo con los objetivos que se propone alcanzar en tal actividad.

En este sentido el educador podrá organizar sus propios módulos para posibilitar la acción propia de los niños, incluyendo en los mismos tareas que han de estar en correspondencia con su nivel de desarrollo, la etapa del curso escolar y la complejidad de las habilidades a consolidar.

En cuanto a la organización estas actividades se estructuran de la forma siguiente:

- Actividades para los niños en el primer trimestre escolar.
- Actividades para los niños en el segundo trimestre escolar.
- Actividades para los niños en el tercer trimestre escolar.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES PARA LAS ACTIVIDADES PSICOMOTRICES EN EL SEXTO AÑO DE VIDA

Las actividades psicomotrices en el sexto año de vida se caracterizan por la realización sistemática de acciones variadas enriquecidas por la propia iniciativa, un mayor nivel de independencia y la participación activa del niño en la organización de la actividad.

En la misma se desarrollan las emociones y sentimientos, así como las relaciones interpersonales y las normas de comportamiento, el conocimiento del mundo de los objetos, las relaciones espaciales y temporales, el conocimiento de sí mismo y el juego.

Las tareas psicomotrices contribuyen a mantener estable el estado de ánimo, a regular la conducta, sentirse útil, cooperar con los demás; valorar la calidad de las propias acciones y las de los demás; a planificar y organizar sus juegos y a la expresión de imágenes con movimientos corporales, entre otros.

Las actividades psicomotrices comprenden en el sexto año de vida:

- o La actividad pedagógica psicomotriz.
- o La actividad motriz independiente.
- o Las actividades físico-recreativas (incluye los juegos de movimiento).
- o La gimnasia preparatoria de las actividades cotidianas.

La actividad pedagógica psicomotriz se caracteriza porque en la misma, el educador ejerce una orientación del contenido de la actividad, posibilitando a su vez que el niño establezca y se apropie de las relaciones esenciales por sí mismo. Esta acción sobre la zona de desarrollo próximo de los niños, es básica para la asimilación adecuada de los contenidos.

La misma puede durar hasta 30 minutos en los casos en que sea necesario, con el fin de garantizar que no se afecte el tiempo real de ejercitación que requieren los niños, que incluye además la atención individual, la reacción y respuesta a la tarea psicomotriz, etcétera.

La actividad psicomotriz libre o independiente posibilita que el niño ponga en práctica por su propia iniciativa lo asimilado en las actividades pedagógicas, determinando por sí mismo qué hacer, cómo hacerlo, cuándo hacerlo, lo que colabora en gran medida al desarrollo de su independencia y de su autonomía.

Las actividades físico-recreativas comprenden aquellas tareas propias de las festividades y los juegos de movimiento. El juego de movimiento trata de reforzar

lo asimilado mediante la acción orientadora del educador, y puede incorporarse como un contenido dentro de las actividades modulares o formar parte de las posibilidades de la actividad físico-recreativa del niño en su juego libre.

La gimnasia preparatoria de las actividades cotidianas se realiza diariamente y tiene un tiempo de duración de ocho a diez minutos.

Estas actividades se han de realizar preferentemente en el área exterior, de ser posible en el césped, usando calzado deportivo. Cuando se ejecuta en la clase se recomienda que los niños estén descalzos. La ropa más apropiada son unos pantalones cortos y una camiseta, acorde con la talla de los niños y con un diseño que permita la movilidad. Por lo general se trabaja con todo el grupo y en ningún caso se divide a los niños por sexo.

La forma del trabajo pedagógico más usual consiste en proceder con todo el grupo de niños. Entre estas formas grupales se encuentran además la organización de los niños por parejas o por tríos, o dividir al grupo en subgrupos para desarrollar diferentes habilidades.

Estas formas de trabajo cuando se seleccionan y aplican acertadamente facilitan la carga física y la ejercitación necesaria, utilizando óptimamente el tiempo. Se evitarán las posiciones estáticas y la espera innecesaria.

En la realización de estas actividades se incluyen los desplazamientos, las tareas para el desarrollo físico general, las tareas para las habilidades psicomotrices generales y los juegos de movimiento.

Las actividades psicomotrices han de facilitar el desarrollo de las habilidades y conjuntamente las capacidades coordinativas, la flexibilidad y la postura, que son objetivos siempre presentes.

El desarrollo de la flexibilidad y los hábitos de una postura correcta han de hacerse conjuntamente, combinando movimientos compensatorios, por ejemplo, correr golpeando los glúteos con los talones y correr elevando las rodillas al frente; estando en posición de gateo elevar una pierna alternadamente con la cabeza arriba y después sentarse en los talones con la cabeza abajo, o manteniendo los brazos extendidos y las manos apoyadas entrelazar las manos abajo y llevarlas arriba por el frente cabeza arriba y después entrelazarlas detrás-abajo y elevarlas flexionando el tronco al frente.

El ritmo de las actividades psicomotrices ha de ser moderado. La amplitud del movimiento se aumenta poco a poco durante la realización de una tarea psicomotriz y de una sesión a otra. Se ha de motivar a los niños para que amplíen el recorrido de sus movimientos corporales con frases tales como "más amplio, grande, profundo, abajo, arriba"; "resbaltamos" e imágenes como "el saltamontes, la mariposa, el sapito". La motivación se basará en el juego corporal y en la variedad de tareas psicomotrices que sugiera el educador, evitando la

monotonía y enriqueciendo cada día la experiencia motriz de los niños.

La coordinación se logra cuando se realiza de manera simultánea el movimiento de diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo, elevar una pierna y dar una palmada abajo (sentado o parado) así se trabajan a la vez piernas y brazos. O combinando movimientos de una o varias partes del cuerpo, tal como dar un salto y una palmada arriba, hacer otro salto y dar una palmada abajo. También alternando la posición o dirección del movimiento de una parte del cuerpo, como cuando se hacen círculos laterales de los brazos hacia adentro y hacia afuera.

El equilibrio, en el que intervienen los receptores visuales, auditivos y vestibulares, se desarrolla al realizar las acciones motrices por diferentes planos, diferentes dimensiones en el área de apoyo, diversas alturas y posiciones del cuerpo, combinados con giros y otros elementos. Así, por ejemplo, es más complicado caminar por un banco que por una tabla inclinada, pero aumenta la dificultad de un banco a una viga, a su vez si la viga está a 10 cms. del suelo es más sencillo que si está a 30 cms., es más laborioso caminar lateralmente en la viga que de frente; pero si se hace con semiflexión de piernas y con apoyo de las manos es más complejo aún. También cuando se encuentran niños que se desplazan sobre el implemento en sentido contrario e intercambian objetos o cuando pasan por encima de obstáculos colocados sobre el implemento se desarrolla el equilibrio.

La regulación de los movimientos se educa y desarrolla procurando en el niño la apreciación de diferencias entre sus esfuerzos musculares, entre el espacio recorrido por él o un medio al cual aplica su esfuerzo. A su vez es más compleja cuando se realiza en conjunto (parejas, tríos, grupos).

Estos tres elementos (coordinación, equilibrio y regulación de los movimientos) se relacionan provocando un sistema causa-efecto. Ejemplo: si se rebota la pelota fuertemente contra el suelo (en que se despliega energía), cómo se mueve ésta, rápido (referido al tiempo) y llega muy alto (espacio); pero si se lanza suave el recorrido es lento y queda cerca. Los saltos pueden ser largos y cortos en dependencia del esfuerzo, la carrera rápida o lenta; al lanzar, rodar o golpear se puede acercar más al objetivo si se calcula bien la distancia que separa de él, su ubicación espacial y el esfuerzo ejercido.

La adaptación y los cambios motrices se trabajan con la combinación constante e inesperada de nuevos elementos dentro de una actividad, tal como sucede al combinar la carrera-detenerse-hacer cuclilla, correr-caminar hacia atrás-correr-caminar rápido. También se logra combinando habilidades psicomotrices, por ejemplo, caminar por una viga y pasar un obstáculo encima de ésta, o correr y saltar un obstáculo a una altura, o correr, trepar a un plano horizontal y dar un salto de profundidad.

La orientación espacial se logra a partir del conocimiento del propio cuerpo del niño y puntos de referencia relacionados, y ha de realizarse por indicaciones

verbales, por ejemplo: brazos arriba-abajo; saltar dentro-fuera del aro; caminar hacia la derecha-izquierda; pararse de frente a su compañero o de espalda a él; correr entre líneas; hacer un círculo alrededor del árbol y a una señal detenerse y tocarse una parte del cuerpo, caminar con los ojos cerrados hacia donde se escucha un sonido, entre otros.

La diferenciación motriz se hace cuando a partir del conocimiento de los movimientos y la práctica de las acciones motrices se logra que el niño establezca relaciones de comparación y diferenciación entre sus acciones, o el esfuerzo realizado en unas y otras, o las formas de desplazamiento en el espacio y el tiempo, tal como sucede entre la cuadrupedia y el escalar, entre lanzar y rodar, entre caminar y correr, en rebotar y golpear; caminar de frente, lateral y hacia detrás en la viga.

La anticipación se observa en la adecuación al movimiento anterior de uno siguiente cuando se realizan acciones combinadas de dos o más movimientos. Ejemplos: Las características de los últimos pasos de una carrera de impulso antes de realizar un salto a una altura; o cuando el niño trepa a un plano horizontal y al observar la distancia que lo separa del implemento, adecua sus movimientos, preparándose para vencer el obstáculo al se aproxima.

El ritmo se manifiesta fundamentalmente en la realización armónica de esfuerzos musculares debidamente asociados al espacio recorrido y al tiempo transcurrido de un esfuerzo a otro, por ejemplo, caminar y correr. Es importante señalar que en este año de vida se comienza a observar el ritmo colectivo al realizar las tareas psicomotrices, aunque se ha de respetar el ritmo individual en todos los casos que lo requieran.

En la agilidad, como capacidad compleja, están presentes todas las capacidades coordinativas anteriores, las habilidades generales y la flexibilidad. A mayores posibilidades de práctica, más naturales, amplias, variadas y combinadas pueden ser las tareas que se propongan a los niños.

En las actividades psicomotrices es posible utilizar una gran variedad de métodos de enseñanza.

La aplicación de los métodos verbales activan la motivación, estimulan al niño y contribuyen a la comprensión e independencia de sus acciones haciéndolos partícipes directos del proceso de aprendizaje.

El educador ha de proponer las tareas psicomotrices a los niños en función del conocimiento que ya poseen del cuerpo, el espacio y el tiempo, y plantear las mismas con aumento progresivo de las dificultades, haciendo énfasis en detalles de la expresión de determinados movimientos (posiciones de las palmas de las manos, de los pies) estimular situaciones nuevas, favorecer el descubrimiento y la variación de los movimientos en relación con el propuesto.

El educador puede plantear a los niños situaciones lúdicas y problemáticas de modo verbal a través de las cuales ellos, atendiendo a sus características y desarrollo individual, respondan y den solución a las diferentes tareas que proporcionan su desarrollo armónico.

En el sexto año de vida el enfoque que el educador de al contenido ha de exigir al niño un mayor grado de independencia, iniciativa, creación e imaginación; armonía entre la acción individual y la colectiva y plantearles preguntas que activen el análisis y valoración de la utilidad y resultados de cada movimiento. Por ejemplo, preguntarles: "¿Cómo pueden pasar de una piedra a otra del río?" (caminando, saltando) "¿Y si se rompe el puente?" (caminando, corriendo y saltando el espacio; en cuadrupedia, entre otros. "¿Cómo se puede hacer rodar la pelota más lejos o más cerca?", "¿Con qué partes del cuerpo se puede golpearla?", entre otras muchas que los niños responden a las situaciones que se les plantean y que ofrecen variadas respuestas motrices. Todo esto con un lenguaje sencillo y adecuado a la edad, sin tecnicismos, haciendo referencia al cuerpo, al espacio y el tiempo, etc.

Entre los métodos sensoriales, el auditivo contribuye a motivar a los niños, les desarrolla el oído, la percepción del tiempo y el ritmo en el movimiento corporal.

La aplicación del método visual (por ejemplo la demostración), se utiliza para dar atención a las diferencias individuales como última opción o nivel de ayuda por el educador, y si es posible a través de la observación de otro niño más aventajado.

Los métodos prácticos son aplicados durante todas las actividades psicomotrices, entre ellos la ejercitación y el juego. Este último contribuye mucho al desarrollo de las capacidades físicas, a regular la conducta, eleva el estado emocional y la intensidad del trabajo físico.

Con respecto a las actividades psicomotrices el educador ha de enseñar a respirar a los niños. Los movimientos de inspiración y espiración contribuyen a desarrollar el ritmo respiratorio, favoreciendo la capacidad de trabajo.

La actividad psicomotriz en este año de vida continúa estando en función de la variedad de movimientos, en el enriquecimiento de la experiencia motriz de los niños, así como en la preservación de la integridad física y la salud de los niños, como sucede cuando se enseña a los niños como saltar, con semiflexión de las piernas en la caída para proteger las estructuras y funciones de los huesos, músculos, ligamentos y articulaciones y por ende de la postura y la salud.

Las actividades psicomotrices abarcan en el sexto año de vida:

- o Desplazamientos.
- o Tareas para el desarrollo físico general.

- Tareas para el desarrollo de las habilidades motrices generales.
- Juegos de movimiento.
- Actividades para la estructuración espacial y temporal.
- Actividades para el conocimiento del esquema corporal.

Algunas de estas actividades psicomotrices se incorporan dentro de las otras, como puede ser el actuar sobre una habilidad motriz general a través de un juego de movimiento, o relacionando la tarea motriz con una ubicación espacial o una secuencia temporal, a la vez que los referentes al esquema corporal aparecen casi siempre asociados a los diferentes tipos de tareas.

LOS DESPLAZAMIENTOS

Los desplazamientos están dirigidos a organizar a los niños para lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, el espacio y los medios de enseñanza, en cualquier momento de la actividad. La forma de trabajo fundamental en los desplazamientos es con todo el grupo, utilizando todo el espacio disponible, evitando la manipulación innecesaria de los niños y velando por una postura correcta.

Con frecuencia se realizan acompañados de un ritmo, una canción o una rima, para motivar a los niños. Estos les sirven de punto de referencia para desplazarse de una u otra forma, para hacerlo más rápido, más lento, detenerse o reiniciar el movimiento. Con ello se logra una disposición general favorable hacia la actividad desde el punto de vista psicológico y físico, de manera que los niños se incorporen alegremente a la misma. El educador no necesita desplazarse frente al grupo o junto a él, será suficiente que se coloque en lugares del área que le permita orientar y observar a los niños.

Al desplazarse se pueden llevar objetos en las manos, en la cabeza, los hombros, mover estos objetos, cambiarlos de mano. Así, un pañuelo puede ir en las manos, luego en la cabeza, en los hombros, colgado del antebrazo, agitarlo, etc. También se pueden desplazar y a una señal tocarse una parte del cuerpo o la del compañero más cercano.

En los desplazamientos se realizan tareas de caminar, correr y saltar; hacer formaciones en círculo, en hilera, en filas, en parejas. Para desplazarse se pueden utilizar guías para las formaciones y los cambios de dirección, o bien hacerlo por indicación verbal.

Numerosas son las acciones que se pueden hacer en los desplazamientos, como realizar saludos, entrelazarse, darse palmadas suaves, reunirse o hacer grupos de objetos, así como otras formas de expresión que los niños quieran manifestar.

Para realizar las formaciones se pueden utilizar puntos de referencia: detrás, delante, alrededor, dentro, fuera, arriba y abajo. Estos puntos de referencia se indicarán con marcas, juguetes, árboles, los propios niños, cuerdas largas, aros y otros objetos. Las formaciones pueden realizarse mientras se desplazan.

LAS TAREAS PSICOMOTRICES PARA EL DESARROLLO FÍSICO GENERAL

Las tareas para el desarrollo físico general están dirigidas al acondicionamiento de las distintas partes del cuerpo y al desarrollo de la coordinación y la flexibilidad. Se pueden realizar en el lugar o con desplazamientos, en formaciones o estando los niños dispersos, con o sin objetos, y desde diferentes posiciones iniciales, que varían en dependencia del desarrollo de los niños y de las condiciones del área o de la clase. La forma de trabajo fundamental es en grupo.

Las tareas para el desarrollo físico general abarcan los movimientos de la cabeza, del tronco, brazos, piernas y sus combinaciones, que contribuyen al desarrollo de la coordinación, debiendo procurarse que se ejecuten con amplitud al realizarlos.

La cantidad de tareas depende de las combinaciones que se realicen y de las posibilidades de los niños, según su desarrollo morfofuncional y psicológico. Los niños a u vez pueden proponer tareas.

La orientación de las tareas se hará mediante indicaciones verbales (arriba, abajo, al frente, atrás y otras), instrumentos de percusión, imágenes (medios de transporte, animales, objetos mecánicos y otros), paseos imaginarios, rimas, canciones conocidas o creadas por el educador que sugieran un movimiento, y el contoneo. El educador seleccionará y combinará estas formas racionalmente, contribuyendo al conocimiento de las diferentes partes del cuerpo, a la orientación espacial y a la participación cada vez más independiente de los niños. Un ejemplo es cuando se le pregunta a los niños cómo entrelazar las manos en la espalda con un brazo por arriba y otro por abajo, o estando sentados con las piernas extendidas y las manos apoyadas detrás cómo llevar los pies a los glúteos.

Para estas tareas psicomotrices se pueden utilizar diferentes objetos, cintas, aros, flores, globos, cubos plásticos, hojas de árboles, y otros.

LAS ACCIONES PARA LA FORMACIÓN DE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES GENERALES

Las tareas para el desarrollo de las habilidades psicomotrices generales son las encargadas de la enseñanza de las acciones motrices para desarrollar las habilidades, capacidades coordinativas y la flexibilidad. También se contribuye a sentar las bases para el desarrollo de determinadas cualidades de la personalidad.

Las acciones psicomotrices a consolidar en este sexto año son: caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, golpear, cuadrupedia, reptar, escalar, trepar y combinaciones de ellas, que se repiten atendiendo a sus características y grados de dificultad. Por lo general en una actividad modular se realizan entre tres y cinco acciones motrices, separadas o combinadas, y también se pueden realizar varias acciones de una misma habilidad, pero siempre procurando un balance en el trabajo de los diferentes planos musculares. Para el desarrollo de las habilidades pueden utilizarse diferentes formas de trabajo con el grupo completo y en pequeños grupos.

Durante la ejecución de estas tareas el educador mantendrá la motivación proponiendo a los niños la realización de acciones en referencia a su cuerpo, al espacio y el tiempo; por ejemplo, al escalar o trepar les dice que hay que hacerlo para llegar a lo alto de la montaña, y otras formas que se puedan crear o surjan para que el niño realice y disfrute plenamente de la actividad.

Un mismo material puede ser utilizado para diferentes acciones dentro de la actividad, como puede ser usar un banco o tabla a una altura para caminar, para hacer cuadrupedia o un salto de profundidad, para rodar, rebotar, o reptar por debajo.

Es importante combinar estas tareas, pues elevan a planos superiores el desarrollo de las habilidades, y por ende de las capacidades coordinativas, además de ser más estimulantes y variadas para los niños.

Caminar

Dentro de las habilidades psicomotrices generales un lugar importante lo ocupa el Caminar que contribuye al desarrollo del equilibrio, de la coordinación y la orientación espacial. Cuando se realiza en combinaciones se fomenta la adaptación y cambios motrices, la diferenciación y la anticipación.

En todas las acciones de caminar se ha de velar por la postura correcta, insistiendo que los niños mantengan el tronco y la cabeza erguidos, aunque se ejecuten por tablas o bancos, líneas o cuerdas, pasando obstáculos y vigas, o se lleven objetos.

El caminar puede hacerse sobre una tabla inclinada o un banco, de forma libre o con objetos en las manos o en la cabeza. Se puede realizar al frente, atrás, con pasos laterales, con giros, cuclillas y pasando pequeños obstáculos. El caminar sobre la tabla o el banco puede realizarse con dos niños a la vez, uno frente a otro, cruzarse en el centro del objeto, o girar y regresar. También puede hacerse caminando apoyando un solo pie, apoyando un pie y una mano, con los glúteos (lateral, al frente o hacia atrás a horcajadas), entre otras formas, pudiendo combinarse algunos de estos elementos.

El caminar sobre líneas o cuerdas puede realizarse trazándolas rectas, onduladas y en curvas o fraccionadas.

Estas tareas contribuyen al desarrollo del equilibrio, la coordinación y la orientación espacial. Cuando se realizan combinaciones con esta habilidad general se desarrollan la adaptación y los cambios, la diferenciación y la anticipación.

En los centros infantiles que posean en sus áreas exteriores pequeños troncos fijos, muros, bancos, éstos pueden ser utilizados como elementos para caminar sobre ellos.

Correr

Correr contribuye al desarrollo de la flexibilidad, la coordinación, el ritmo, el equilibrio y la orientación, cuando se hace en combinaciones fortalece además, la regulación de los movimientos. Para correr, las sendas se trazarán con tizas, cuerdas, cintas u otros, y puede hacerse en forma ondulada, en curva y en zig-zag. La distancia a recorrer en este año de vida ha de aumentarse paulatinamente, pudiendo llegar hasta 40 metros, de manera individual, en parejas, tríos y pequeños grupos.

Atendiendo a las características constructivas del área o clase y las posibilidades del espacio, se ha de procurar que la carrera sea continua procurando mantener la motivación de los niños durante el recorrido con variados recursos, como puede ser entrando y saliendo en salones desocupados, correr en pasillos abiertos, por el jardín, etcétera.

La carrera también puede hacerse en diferentes planos inclinados, por muros, elevaciones del terreno, bancos y otros.

Saltar

La realización de los saltos debe procurarse hacer con la parte anterior de los pies, hacer la caída con semiflexión de las piernas y sobre una superficie suave. El salto contribuye al desarrollo de todas las capacidades coordinativas y la

flexibilidad.

El salto con las dos piernas puede realizarse al frente, atrás y hacia los laterales, utilizando partes del cuerpo como puntos de referencia. Ejemplo: brazo al frente, salto al frente; También puede hacerse usando diferentes medios como cuerdas, periódicos, bastones, cintas, aros y sobre pequeños objetos, marcas en el suelo, llevando objetos en las manos o entre las piernas, introduciéndose en sacos. Una variante es realizar varios saltos seguidos delimitados por los medios antes mencionados.

Se pueden realizar saltos con ambas piernas de manera individual o en parejas. Los saltos en parejas se ejecutan coordinando el movimiento entre los participantes, por encima de las extremidades de un niño que permanece acostado o sentado, con las piernas unidas o separadas y los brazos separados. Utilizando una cuerda o línea larga se pueden realizar saltos laterales con desplazamiento hacia el frente o hacia detrás, o en zigzag sobre una cuerda o una línea. Estos saltos desarrollan la coordinación, la orientación, la regulación, el ritmo, la anticipación y la flexibilidad.

El salto de profundidad puede realizarse individual, en parejas o en pequeños grupos. Al saltar con las dos piernas en profundidad, se pueden representar animales y objetos y se puede saltar desde diferentes lugares (muros, bancos, obstáculos, alturas, etc.) que pueden ser elegidos por los propios niños.

Saltar obstáculos a una altura se hace hacia diferentes direcciones: al frente, hacia detrás y hacia los laterales, y se usa para ello cuerdas atadas, barras, secciones del cajón sueco u otros materiales que selecciona o crea el educador, y puede realizarse o no con carrera de impulso. Combinado con la carrera contribuye a la adaptación y los cambios, a la diferenciación y la anticipación de los movimientos.

En el sexto año de vida se realizan saltos con una cuerda. Su organización puede ser de una para cada niño o por parejas, tríos. En parejas se provocan movimientos ondulatorios de la cuerda rasante al suelo que es sostenida en los extremos por dos niños mientras otro la salta, además de otras formas que surjan.

Los saltos con una pierna se realizan al frente, atrás, laterales desplazándose en estas direcciones sobre los medios enunciados para los saltos con ambas piernas.

Pueden saltar en parejas con una mano en el hombro del compañero y la otra sosteniendo la pierna por el tobillo, desplazándose o girando. Se combinan saltos con dos y una pierna marcando en el suelo el lugar de apoyo de los dos pies y de uno alternadamente como si fuera un camino. Es importante alternar el salto con una y otra pierna.

Lanzar

Lanzar desarrolla fundamentalmente la coordinación, la orientación, la regulación, la diferenciación y la flexibilidad. El lanzamiento con una mano alternadamente y dos manos puede realizarse de diferentes formas: por encima de la cabeza, del hombro, desde el pecho, por abajo. El niño puede lanzar hacia diferentes direcciones: hacia arriba, al frente, hacia detrás, se combinan formas y direcciones. Puede hacerlo a otro niño, a un cesto, a un objetivo a diferentes alturas, e incluye el atrape con las dos manos. El lanzamiento y atrape con desplazamiento es un logro de este año de vida. Siempre ha de procurarse que al lanzar con una mano, el niño lo repita con la otra.

El rebote y atrape puede ser individual y en grupo, hacia el suelo, la pared, sobre un banco o parado sobre él, y rebotando en el suelo. En este año de vida, además de continuar ejercitando el rebote mantenido con dos manos y con una alternando, se introduce el rebote mantenido con desplazamiento (alternando las manos). Debe tenerse en cuenta que las condiciones del área o de la clase permitan un rebote efectivo (suelo o área cementada).

Rodar

El rodar contribuye igualmente a la coordinación, la regulación, la diferenciación y la orientación espacial. Las tareas de rodar objetos pueden realizarse de manera individual, en parejas o pequeños grupos, desde diferentes posiciones: sentados, con flexión del tronco; hacia diferentes direcciones: al frente, atrás, lateralmente, entre las piernas, alrededor y por su cuerpo; con diferentes partes del cuerpo: cabeza, mano, rodillas.

Para rodar por diferentes planos se utilizan tablas inclinadas, bancos, muros, declives del terreno y otros. Se rueda hasta objetos colocados a distancia.

Puede atraparse con las dos manos el objeto que rueda, detenerlo con el pie o con un objeto (bastón, bolo, raqueta, etcétera).

Golpear

Golpear desarrolla la coordinación, la regulación del movimiento, la orientación espacial y la diferenciación. El golpeo de la pelota se realiza individualmente, en parejas, pequeños grupos y hacia un objeto. Cuando se realice con el pie, el golpe debe efectuarse con el borde interior del mismo. También se golpea con la mano y se pueden utilizar implementos auxiliares como raquetas, bolos, bastones, palos y otros.

Los objetos golpeados pueden ser atrapados con las manos, detenidos con el pie (planta) o con un objeto.

Para las acciones de lanzar, rodar y golpear podrán utilizarse bolsas rellenas, pelotas industriales y artesanales, cestos, aros, marcas, dianas, cuerdas, cilindros, bastones, discos de cartón, objetos sonoros, pañuelos, cintas, cuerdas, bolos, raquetas y otros creados por el educador.

Cuadrupedia

La cuadrupedia se realiza en cuatro puntos de apoyo (pies y manos). En la ejecución de este movimiento se debe observar que la superficie de apoyo no dañe la piel de los niños, tanto el suelo como en los objetos que se utilicen. Esta tarea psicomotriz desarrolla la coordinación, la orientación espacial y el equilibrio.

La cuadrupedia por el suelo puede ejecutarse bordeando obstáculos colocados dispersos, alineados, por sendas trazadas en líneas rectas, curvas, onduladas, describiendo caminos. El desplazamiento puede ser al frente, hacia detrás, hacia los lados, haciendo giros.

Los planos utilizados para la cuadrupedia pueden ser: tablas en el suelo, inclinadas, en la que los niños pueden bajar deslizándose, también puede hacerse a una altura en una tabla o banco, en escaleras acostadas en el suelo o inclinadas. La cuadrupedia puede hacerse invertida, es decir, caminando hacia detrás.

También puede combinarse con otros elementos, y llevando objetos en la espalda, empujándolos con las manos, la cabeza y pasando cuerdas. En las combinaciones se incluye el trabajo en parejas: pasar por debajo de las piernas, sentados pasar por arriba de las piernas y acostado atrás con piernas y brazos separados pasar por encima de las extremidades.

Reptar

Reptar implica que se alterne el movimiento de los brazos y las piernas para lograr la coordinación. Cuando se realice por debajo de obstáculos pueden utilizarse tablas, mesas, escaleras o similares de pequeñas alturas (25 cm aproximadamente) para garantizar que el niño arrastre su cuerpo por el suelo. Se debe aumentar la cantidad de obstáculos para incrementar las distancias del desplazamiento durante la reptación.

La reptación puede realizarse libremente por los niños, hacia objetos y por debajo de otro niño. También puede reptarse en diferentes planos.

Escalar

Para escalar ha de garantizarse la seguridad de los niños durante su ejecución. El educador ha de estar al tanto de que el niño alterne el movimiento de brazos y piernas tanto al subir como al bajar del implemento (soga o barra) y de que en todo momento pueda tener un apoyo. No obstante, en este sexto año ya los niños pueden suspenderse sin dicho apoyo.

Trepar

Trepar es una habilidad psicomotriz general que requiere una buena coordinación de movimientos para realizarse con éxito. Puede hacerse en un plano horizontal, para lo cual puede utilizarse el cajón y banco suecos, barriles u otros obstáculos creados por el educador. Las cuerdas que se utilizan para trepar en un plano vertical deben tener nudos con 20 cms. de separación y estarán tensas, en esta edad los niños pueden subir hasta dos metros. En ocasiones los niños pueden suspenderse sin apoyo y balancearse si la trepa se realiza en una cuerda.

El educador ha de ir disminuyendo el nivel de ayuda en la medida en que el niño realice mejor la trepa, pero ha de velar porque el niño intente realizarlo sólo, alternando el agarre de las manos y ayudándose con los pies (que pueden enroscar la cuerda) para contribuir al desarrollo de la coordinación de los movimientos. Los niños de esta edad han de ser capaces de trepar a un plano vertical, lo cual es un logro del desarrollo en el sexto año de vida.

En los juegos de movimiento se ejercitan las acciones motrices aprendidas y se contribuye a sentar premisas para la formación de cualidades de la personalidad, como son la cooperación y la ayuda mutua. La repetición del juego ha de depender de su dinamismo, de la carga física a que es sometido el niño, y de su contenido.

Los juegos habituales o tradicionales pueden modificarse para mantener la motivación de los niños, cambiando las posiciones iniciales, las formaciones, las formas de ejecutar la acción, la utilización de los medios de enseñanza, la distribución de los papeles principales y las reglas del juego.

Es importante observar que de cada juego original pueden hacerse una o varias variantes, respetando siempre la acción motriz fundamental a desarrollar, ya que la misma se corresponde con las capacidades físicas y motoras que se propone el educador en cada juego.

De igual manera el educador puede seleccionar juegos de otros contextos y grupos de edad y variarlos para que sus características se ajusten a la edad de los niños, los contenidos y los objetivos de las actividades psicomotrices. Toda actividad pedagógica psicomotriz ha de concluir con un juego de movimiento, para consolidar lo ejercitado y para solazar a los niños.

Los juegos no deben tener un carácter competitivo exagerado, y si eliminan niños esto debe hacerse sólo temporalmente, permitiéndoles participar de nuevo al final del mismo. La repetición de cada juego lo determina el educador tomando en consideración el estado general de los niños y su motivación.

La recuperación se realiza para lograr el equilibrio de las diferentes funciones que se expresan en síntomas somáticos diversos: pulsaciones cardíacas, frecuencia respiratoria, entre otros, y tiene la función de evitar la aparición de la fatiga, el cansancio, la sobreexcitación y otros que pudieran presentarse.

La misma incluye acciones respiratorias y de relajación. Entre tales ejercicios respiratorios están el caminar suavemente y el elevar los brazos lateralmente inspirando el aire por la nariz con la finalidad de ampliar la capacidad pulmonar hacia el abdomen, y espirando el aire por la boca bajando los brazos. Estas acciones respiratorias se ejecutan utilizando diferentes formas de motivación "oler la flor", "soplar el globo", "inflar la pelota", "soplar la plumita", etc., así como otras que el educador sea capaz de crear.

Las acciones de relajación se combinan con el caminar lento y la respiración. Durante su ejecución se realizan flexiones del tronco, acompañadas de un suave balanceo de los brazos para relajar los músculos de las extremidades superiores. En este caso se motiva a los niños diciéndole "tiemblan los brazos", "caminamos como el elefante", etc.

La relajación de los músculos de las piernas se realiza de igual forma que los brazos: movimientos suaves de las piernas, indicando "tiemblan las piernas", etc., para sentarse y pasarse las manos hacia arriba por la parte trasera de las piernas y sobre los muslos.

Esta recuperación puede finalizar con la relajación de todo el cuerpo: la caída suave hasta quedar acostado de espalda al suelo y en esa posición realizar nuevamente la respiración profunda (inspiración-espiración) y relajación de brazos y piernas, pasar las manos suavemente por el abdomen de abajo hacia arriba, colocar una mano sobre el área del corazón y sentir sus latidos, entre otras.

El educador, durante la relajación de los niños, ha de bajar el tono de la voz y hablar cada vez más suave. Esto también puede acompañarse de imágenes, como, por ejemplo "Caminemos como el muñeco de trapo y nos acostamos lentamente", "nos derretimos como el helado", etcétera.

El tiempo de la recuperación ha de depender de las necesidades de los niños, las que serán valoradas por el educador a través de la observación de sus reacciones externas, como son la sudoración, la frecuencia e intensidad de los movimientos respiratorios, entre otras.

Estos ejercicios de relajación y respiración pueden realizarse en otros momentos que se requiera durante la actividad y no siempre a su final, por ejemplo, después

de saltos, trotes, abdominales, entre otros. Los mismos se seleccionarán teniendo en cuenta las características del movimiento y la recuperación del organismo de los niños.

La actividad pedagógica psicomotriz requiere dosificarse hábilmente por el educador, en dependencia del desarrollo psicomotor alcanzado por los niños y las características de los movimientos seleccionados. Es recomendable combinar tareas de diferentes habilidades psicomotrices, aunque una misma habilidad puede realizarse de diversas formas en una actividad pedagógica.

En esta dosificación se han de seleccionar las acciones motrices de las más sencillas a las más complejas, y tomando en cuenta las características del movimiento, las alturas o distancias a considerar, el tipo de materiales que se van a usar, etc.

Las diferentes habilidades psicomotrices generales han de combinarse de acuerdo con su intensidad y orden de dosificación. Por ejemplo, acciones como lanzar, atrapar, caminar, trepar y escalar que requieren mayor concentración de la atención, deben ejercitarse antes de la carrera, el salto y otras.

Es importante combinar las habilidades generales de manera que no se ejercite solamente el trabajo de un sólo plano muscular, por lo que, por ejemplo, se han de unir el lanzamiento y la carrera, el trepar y saltar. Ha de tenerse en cuenta también el alternar la posición del niño al ejecutar las acciones, como puede ser el trepar y correr.

Al seleccionar los contenidos de una nueva actividad, se ha de hacer un análisis de lo tratado y el cumplimiento de los objetivos psicomotrices de las actividades anteriores, procurando que en cada nueva actividad, a la vez que se avance en el grado de dificultad y variedad de las acciones se garantice su tratamiento sistemático.

El educador ha de concebir la actividad psicomotriz a partir de la selección de las acciones principales realizadas y de las habilidades que pretende desarrollar, considerando el nivel de consolidación ya alcanzado de la habilidad general.

La planificación de la actividad se realiza teniendo en cuenta un orden tentativo de ejecución de las acciones atendiendo a requerimientos fisiológicos, aunque este orden puede ser modificado por los propios niños. Si bien como esquema general de trabajo se mantiene la misma estructura de años anteriores, una parte inicial que contiene desplazamientos y tareas para el desarrollo físico general, una central para actuar sobre las habilidades psicomotrices generales y donde igualmente se realizan juegos de movimiento, y una final de recuperación, en este año de vida prima la iniciativa y actuación libre de los niños, por lo que el educador ha de recurrir a su maestría pedagógica para que, dentro de las posibilidades de autonomía y creatividad de los niños, se alcancen los objetivos que el se plantea en cada actividad.

El tiempo dedicado a cada habilidad psicomotriz general lo ha de determinar el educador en dependencia del desarrollo logrado por los niños al realizar las tareas, y haciendo variaciones para mantener la motivación de los niños.

La gimnasia preparatoria de las actividades del día estimula al organismo infantil para realizar las más diversas acciones cotidianas, y su diferencia sustancial con la actividad psicomotriz radica en que va encaminada a realizar ejercicios profilácticos posturales para compensar las posiciones inadecuadas que se adoptan durante el sueño nocturno. También contribuye a formar hábitos de realización diaria de ejercicios, tan importantes para la salud de los niños.

La actividad comienza caminando, siguiendo un ritmo y donde se combinan diferentes formas de desplazamiento. Se incluyen de cinco a seis acciones para el desarrollo físico general distribuidas para las distintas partes del cuerpo: cabeza, brazos, tronco, piernas, manos y pies. Termina caminando de una forma más moderada que al inicio de la actividad.

Las tareas se seleccionan y se apoyan con diversos medios, tales como banderitas, cintas, bastones, pelotas, entre otros. Las mismas se llevan a cabo en un ambiente lúdico y se motivan a través de paseos y recorridos por el área exterior del centro infantil.

La actividad motriz libre o independiente posibilita que los niños hagan los movimientos aprendidos en las actividades de manera autónoma, como parte de sus juegos y su quehacer cotidiano en el centro infantil. Para esto se han de crear condiciones diariamente, por lo que los materiales han de estar al alcance de los niños para que éstos los seleccionen y accionen con ellos. El educador, conociendo los intereses, desarrollo y necesidades de cada niño, los estimularán convenientemente para que jueguen libremente de acuerdo con sus deseos e intereses.

Entre estos materiales se encuentran: pelotas para lanzar, rodar, rebotar, conducir, golpear y atrapar (industriales o artesanales), juguetes mecánicos y elementos del área exterior (parque infantil, obstáculos, muros, túneles, bancos, pequeñas elevaciones), carros para empujar, caballitos de palo, juegos de bolos o sustitutos, juegos de lanzar para ensartar aros pequeños, cuerdas atadas a sillas para correr y saltar, reptar o golpear, aros, dianas, cestos a diferentes alturas para lanzar, cilindros, tragabolas, sacos, zancos, discos de cartón u otros materiales.

LA ESTRUCTURACIÓN DEL ESPACIO

Es en el sexto año de vida es donde se comienzan a trabajar las relaciones espaciales en actividades psicomotrices especialmente dirigidas, algo que se ha venido haciendo de manera cotidiana en las actividades de la rutina diaria desde los años anteriores. Para el niño las primeras representaciones acerca de la orientación en el espacio se encuentran muy relacionadas con su propio cuerpo, que constituye su punto de referencia con respecto al cual determina la ubicación de los objetos en su espacio circundante, es por ello que el conocimiento del esquema corporal está muy relacionado con este contenido.

El niño no comprende aún la relatividad que puede existir en cuanto a la ubicación de los objetos en el espacio, y que lo que para él está a la derecha, para otros puede estar a la izquierda, es por eso que el educador ha de tomar en cuenta la posición que ocupa el niño respecto a los objetos para su localización o decir en qué posición están situados.

Es importante que en las actividades psicomotrices para la estructuración del espacio, todas las acciones que el niño realice se enfatizan con el lenguaje. Es por eso que a esta edad no sólo ha de comprender la relación espacial sino también utilizar y verbalizar los términos que denominan tales relaciones. Las más usuales a consolidar en este año de vida han de ser las siguientes: arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, izquierda-derecha, al lado de, encima-debajo, cerca-lejos, junto-separado, aquí, allí, allá, alrededor de, en medio de, entre.

Algunas de estas relaciones espaciales se conocen desde las edades tempranas, pero es en este sexto año de vida que se consolidan y los niños llegan a utilizarlas, incluso, a nivel de esquemas gráficos.

Las actividades psicomotrices para la asimilación de las relaciones espaciales contribuyen decisivamente al desarrollo del pensamiento representativo característico de la edad preescolar. Una muestra de la contribución de estas actividades al desarrollo del pensamiento, es cuando los niños son capaces de utilizar objetos sustitutos para reproducir las relaciones que existen entre determinados objetos, es decir, no requieren de los objetos reales para valorar las relaciones que entre ellos puedan existir.

En la realización de las actividades psicomotrices para la asimilación de las relaciones espaciales se dan tres momentos importantes:

- o La orientación en el espacio: reproducir las posiciones que en él ocupan los objetos.
- o El ordenamiento en el espacio de los objetos teniendo en cuenta las relaciones entre ellos.

- o La orientación en el espacio mediante modelos o esquemas teniendo presente la dirección de los objetos.

En cada uno de estos momentos el educador ha de tener cuenta algunas cuestiones:

- o Trabajar en un espacio real amplio con movimientos de los propios niños.
- o Reducción progresiva del espacio, con objetos o juguetes hasta lograr una orientación adecuada en una hoja de papel.
- o Utilizar un plano reducido para orientarse en la realidad, con objetos reales o representados.

La orientación en el espacio se inicia con la ubicación de un punto en un espacio limitado, esto ha de realizarse mediante la organización de diferentes juegos, en los que los niños experimenten cómo y cuando se desplazan, se pueden encontrar y coincidir en un punto.

Para esta tarea psicomotriz resultan muy motivantes los juegos de movimiento y los musicales en los que los niños se desplazan al ritmo de palmadas, o del sonido de algún instrumento o de una canción. Ellos mismos pueden marcar en el suelo o en el césped el punto en que coincidieron con una tiza, con banderitas o con otros objetos. El educador, al iniciar estos juegos ha de cerciorarse que todos los niños comprenden en qué consiste el mismo.

Estos juegos pueden ejercitarse en otros momentos de la rutina diaria del centro infantil, por ejemplo, puede crearse una situación que simule un huerto y se dice a los niños que van a recoger las lechugas que están en el surco frente a ellos. Se seleccionan dos niños, uno de la fila y el otro de la hilera y se les indica que caminen hasta que se encuentren y en el lugar donde coinciden se saludan y marcan el punto. En este caso pueden marcarse puntos que simulan las lechugas.

Los juegos pueden hacerse más complejos en la medida en que se planteen diferentes reglas, como por ejemplo, plantear que en cada punto (donde supuestamente está la lechuga) se agachen y hagan como si la recogieran, cuando los niños coinciden colocarán una banderita.

Los juegos también pueden organizarse con juguetes y realizar acciones similares, desplazando los juguetes u objetos en planos más reducidos, en el suelo, en mesas o en una pizarra magnética, entre otras posibilidades. El educador también puede preparar actividades donde la ubicación sea en una hoja de papel.

La ubicación de objetos teniendo como punto de referencia otros objetos (arriba-abajo, detrás-delante, dentro-fuera, entre, etc), se hará de inicio con objetos en una situación dada, la naranja cayó a la izquierda del árbol, el gatito blanco está al lado del negro, el niño lanzó una pelota y cayó delante de la casa, etc., realizándose la demostración de la acción en aquellos casos que el niño no logre ubicar correctamente los objetos o se utilice como comprobación.

Posteriormente se les puede pedir a los niños que reproduzcan las posiciones de los objetos con representaciones de los mismos o con sustitutos de éstos.

En este sentido el educador coloca en un tablero figuras planas de representaciones de casas de diferentes colores para que el niño seleccione los sustitutos (que pueden ser círculos de colores) con los que va a reproducir la relación presentada, colocándolos como si fueran las pequeñas casas.

Para comprobar la comprensión de los sustitutos el educador puede darle a los niños las casas para que las coloquen en sus mesas orientándose por la ubicación espacial de los círculos.

Por último se pueden trabajar estos contenidos utilizando lápiz y papel, por ejemplo cuando se le propone a los niños circular con un lápiz de color la pelota que está a la derecha del avión, dibujar el delantal que está a la izquierda de la camisa, rellenar el gatito que está sobre la cerca, etc.

El ordenamiento de los objetos en el espacio se inicia con el establecimiento de un orden lineal, primero de derecha a izquierda y posteriormente, de arriba y abajo, donde los niños reproducen una relación con objetos iguales a los de su educador en el orden en que él los presenta (reproducción objeto-objeto) y se realiza en planos diferentes para evitar que los niños hagan una correspondencia directa elemento a elemento, como tampoco han de estar en una misma línea para evitar reproducciones en espejo.

Luego los niños pueden emplear un elemento intermedio que sustituye a los objetos. Con estos sustitutos reproducen el orden lineal dado, creando así un modelo. Más tarde ellos deberán emplear el modelo creado para reproducir de nuevo la relación que se modeló, es decir, que se reprodujo con los objetos sustitutos.

Para iniciar este trabajo se han de utilizar objetos que se diferencien por una cualidad: el color, la forma o el tamaño.

Una vez que los niños dominen la reproducción de un orden lineal en sentido de izquierda a derecha, se les darán tareas con un sentido arriba-abajo.

Estas tareas pueden hacerse más complejas, por ejemplo, hacer la construcción de una cerca con elementos diferentes por el tamaño (altos y bajos) e iguales por forma y color. O construir una cerca utilizando como medio un sustituto, similar al objeto por la cualidad (color, forma o tamaño) que los diferencia en la que se presenta la serie de objetos, el niño coloca los sustitutos, se retira el modelo original y luego, empleando el modelo de las relaciones por él creado, reproduce la serie propuesta con objetos iguales a los del educador pero en otro plano.

Después que los niños hayan asimilado estas relaciones, pueden realizarse

actividades psicomotrices que impliquen el uso de un plano. En esto pueden utilizarse diversas variantes:

- o Que los niños ordenen su material guiándose por el plano que se les presenta (pueden entregarse tarjetas individuales con diferentes combinaciones y los niños trabajan con objetos de diferentes naturalezas).
- o Que encuentren el objeto que está escondido, guiándose por la señalización dada en el plano.
- o Que identifiquen la serie que se le entrega o que elaboran en los juegos que el educador les presenta.

El educador elaborará tarjetas que contengan varias posibles relaciones o las irá presentando de forma individual, y establecerá algún reconocimiento para el ganador en función de las reglas del juego.

La orientación en el espacio por modelos o esquemas en la que los niños seleccionan objetos que están en una dirección determinada siguiendo una orden verbal requiere de inicio un espacio amplio, que puede ser el patio, el aula, etc. y donde se les indica que un grupo se forme en fila y otros en hilera, se trazan en el suelo las líneas que orientan su ubicación y se les dice el lugar que deben ocupar para lograr la formación. A una orden verbal del educador cada grupo debe ir a su lugar y ordenarse.

Otro momento puede consistir en presentarles en la pizarra un plano de cómo deben distribuirse y ordenarse. Los niños han de interpretar el plano y determinar el espacio real en que debe colocarse cada grupo (que pueden identificarse con banderas o cualquier otra señal). A una orden verbal del educador los niños ocupan su lugar de igual forma a la descrita anteriormente.

La Interpretación de esquemas o planos con cambios de dirección requiere de un signo que identifique la dirección, que es generalmente una flecha.

El educador ha de crear juegos de movimiento en los que se utilicen flechas, o hacer tarjetas individuales con las que indique el desplazamiento de cada niño, y ejercite los cambios de dirección. Es recomendable que se inicie la asimilación de relaciones de dirección con tareas en las que los propios niños hagan movimientos en su espacio real, luego con movimiento de objetos en un plano o sus representaciones. El juego del tránsito resulta muy efectivo para lo que se colocarán señalizaciones que indiquen direcciones y prohibiciones de acceso.

Las tareas donde los niños deben interpretar esquemas y planos con cambios de dirección se presentarán cuando ya tengan asimiladas las direcciones en el espacio.

En un inicio las actividades han de concebirse utilizando objetos, como por ejemplo construir una carretera de un punto a otro (con bloques, listones, pedazos de cartulina o cualquier material que posean). Esta carretera debe

pasar por puntos que previamente se establezcan, estos puntos van a ser condiciones para la construcción de la misma. Se les puede presentar en la pizarra, o dibujado con tizas en el suelo.

También pueden presentárseles en un esquema reducido las direcciones que los niños deben seguir, como hacer un esquema en las que un camión vaya a diferentes direcciones, que se plasman con signos en el plano.

Otras actividades que favorecen considerablemente el desarrollo de las relaciones espaciales son aquellas en que la tarea consiste en reproducir figuras formadas por cambios de direcciones, como es reproducir el trazo de una dirección en un encaje geométrico siguiendo un esquema en el que se les indican a los niños los puntos donde deben ubicar las piezas. Los esquemas presentados en las tarjetas pueden ir desde la reproducción más exacta (una copia de todo el encaje geométrico, aunque en tamaño reducido) hasta el simple esquema de una línea que cambia de dirección.

El educador ha de elaborar tarjetas con esquemas de cambios de dirección de complejidad creciente, tanto por el tipo de cambio de dirección (ya que siempre las diagonales les resultarán más difíciles) como por el tipo de encaje geométrico que se utilice.

LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO

La comprensión de las relaciones temporales se organiza fundamentalmente sobre la base de la experiencia cotidiana de los niños, que desde edades tempranas escuchan términos tales como hoy, mañana, por la tarde, el domingo que viene, que aprenden a usar por imitación, pero en los que muchas veces hay serias dificultades en la comprensión del concepto. Es por eso que en el sexto año de vida se hace necesario actuar directamente sobre estas relaciones para una asimilación más cabal de sus significados.

La estructuración del tiempo considera dos aspectos fundamentales:

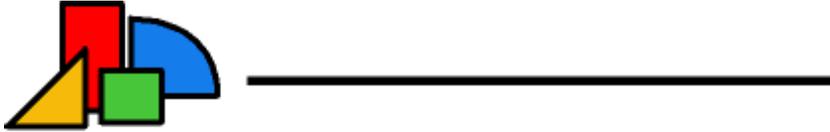
- o La organización de la sucesión de los acontecimientos y situaciones de la vida cotidiana.
- o El registro cronológico de actividades, hechos y fenómenos.

Tomando en consideración estos dos aspectos se han de organizar las actividades que colaboren a la asimilación de estas relaciones de tiempo, entre las cuales puede el educador hacer que los niños describan las actividades realizadas durante la rutina del día, que representen gráficamente las actividades realizadas en el orden en que se realizaron, relaten actividades hechas en el hogar o por hacer en los siguientes días, grafiquen con diversos medios, procesos que siguen un determinado orden temporal, entre otras muchas actividades.

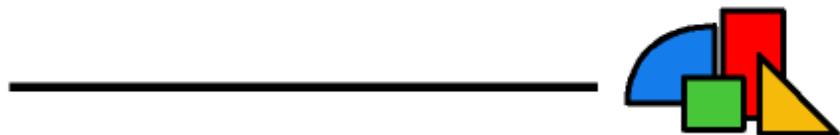
EL CONOCIMIENTO DEL ESQUEMA CORPORAL

La comprensión de la imagen corporal es un contenido de la actividad psicomotriz que se ha ido realizando desde los años más tempranos, relacionado con las más diversas condiciones de la vida diaria. Ello conlleva que a la edad preescolar los niños tengan un conocimiento importante de su esquema corporal.

Este esquema corporal se incorpora dentro de todas las actividades psicomotrices, tanto las referentes a la formación de habilidades psicomotrices generales, como las concernientes a la estructuración espacial, por lo que sus contenidos aparecen inmersos en estas actividades. En este sexto año de vida se valoran desde este criterio, y se organizan de manera conjunta con tales contenidos psicomotrices.



Actividades para niños en el primer trimestre escolar



CARACTERIZACIÓN GENERAL DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ EN ESTE AÑO DE VIDA

El sexto año de vida se considera generalmente como el año final del período de la edad preescolar y tiene la significación de que, en el mismo, se cumplen los objetivos pedagógicos y del desarrollo que se comenzaron a gestar en el cuarto año de vida. Desde este punto de vista el sexto año puede considerarse como la culminación de la etapa preescolar.

Los logros del desarrollo más relevantes respecto a la actividad psicomotriz en este año son:

- ❖ Trepa por un plano vertical.
- ❖ Salta obstáculos a una altura.
- ❖ Lanza, captura y rebota desplazando su cuerpo.
- ❖ Representa imágenes con movimientos corporales que sugieren los estímulos musicales.
- ❖ Realiza trazos continuos, con cierta precisión, con ajuste al renglón.
- ❖ Reproduce correctamente una forma, según el rasgo.
- ❖ Se orienta en el espacio, partiendo de sí mismo como punto de referencia o siguiendo un esquema dado.
- ❖ Realiza construcciones complejas utilizando modelos gráficos.
- ❖ Usa relaciones temporales en presente, pasado y futuro.
- ❖ Muestra buen desarrollo de capacidades coordinativas y de flexibilidad motriz, así como de las habilidades psicomotrices generales.
- ❖ Ejecuta los movimientos con variaciones y buena postura.
- ❖ Tiene precisión en los movimientos finos de la mano, pudiendo realizar acciones motrices con objetos minúsculos.
- ❖ Interpreta un plano simple y actúa espacialmente siguiendo lo planteado en el mismo.
- ❖ Manipula un ordenador con cierta destreza, puede realizar acciones motrices complicadas, como dar clicks, arrastrar, dibujar en el monitor, entre otras.

La consecución de los logros del desarrollo psicomotor ha implicado en los años de vida anteriores la organización de un sistema de actividades que, tomando en consideración el transcurso evolutivo de dicho desarrollo ejerza una influencia educativa dirigida a materializar dichos logros en todos los niños.

En dicho transcurso evolutivo se ha ido paulatinamente de períodos bien cortos en los que por la celeridad del desarrollo se ha hecho necesario ejercer una estimulación continua y prácticamente cambiante cada día, a estadios más prologados en los que los logros del desarrollo se obtienen en todo el transcurso del año de vida.

En el caso de la psicomotricidad, el sexto año de vida se caracteriza por determinantes del desarrollo que ejercen su influencia en todo su transcurso, por lo que la estimulación que se propicia al inicio del período se ha de mantener semejante en todo el año, con algunas modificaciones particulares que están dadas por la consolidación o perfeccionamiento de algún proceso físico o psíquico. Salvo eso, el sistema de influencias educativas es similar en todo este sexto año.

Tomando esto en consideración, en el sistema de actividades psicomotrices propuesto para este año, las actividades de contenidos específicos se han de plasmar de manera semejante en los tres trimestres escolares, mientras que las modulares podrán tener variaciones para mantener la motivación en los niños o para actuar sobre algún momento específico del desarrollo.

Al comenzar el sexto año de vida, y particularmente en el primer trimestre escolar el educador ha de tener en cuenta que muchas de las actividades del año anterior se han de continuar realizando, particularmente las referidas en el tercer trimestre, agregándole un mayor nivel de complejidad de acuerdo con las necesidades del desarrollo de los niños.

Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas y consolidar las anteriores.

Metodología

Las acciones con instrumentos han venido desarrollándose ininterrumpidamente desde el segundo año de vida, dándose un mayor nivel de complejidad según se avanzó cronológicamente, tanto en lo referente a los movimientos de la motricidad fina indispensables para realizarlas como de la propia acción intelectual que el instrumento mediatiza.

En el último trimestre del quinto año de vida se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, y que incluían el uso de instrumentos de gran complejidad, tales como ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que podían formar parte del juego investigativo e imaginativo de los niños, en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En el trimestre actual y en los siguientes, se ha de continuar haciendo estas acciones complejas, particularmente utilizando el ordenador y otras divisas electrónicas, en tareas computarizadas donde los objetivos referentes a las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, se traten de manera conjunta, para reforzar lo que se hace a través de actividades de contenidos específicos.

El hecho de que se plantee el uso del ordenador como una principal tarea instrumental, no exime que el educador seleccione objetos reales en los que se plantee esta acción, y que pueden usarse en las actividades de la rutina diaria, el juego y las propias actividades pedagógicas psicomotrices, como son el utilizar juegos de construcción complejos en los que se usen instrumentos, juguetes como grúas, mecanos, transformers, kits de oficios o profesiones (carpintero, médico, constructores).

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir de otros puntos de referencia además del cuerpo, a escala normal y reducida.

Metodología

Desde el quinto año se enfatizó la utilización de otros puntos de referencia además del cuerpo en la asimilación de las nuevas relaciones espaciales, tanto en escala natural como reducida, mediante el uso de plantillas, hojas de papel, etc. En este sexto año se ha de insistir en tal utilización reducida, particularmente mediante el uso de planos y esquemas.

- Utilizar planos en los que se reflejen algunos detalles geográficos de una localidad pequeña (en los que se dibujen calles, parques, casas, semáforos, una iglesia, entre otros) para que los niños, a una indicación del educador, ubiquen objetos reales pequeños o figuras diversas de cartón que representen coches, autobuses, motos, animales, personas, puentes, vallas, etc., en dicho plano, tal como situar un coche detrás de la casa, que una persona esté dentro de la casa de la esquina más cercana, ubicar a un policía dirigiendo el tránsito hacia la izquierda de la avenida, que el autobús vaya por la calle principal y se ubique al lado derecho del parque, que el puente lo sitúen "lejos" sobre el río, que la valla la coloquen delante de la iglesia, y así con todas las posibles variantes de ubicación espacial (arriba-abajo, cerca-lejos, dentro-fuera, al lado derecho-al lado izquierdo, delante-detrás, etc.). El educador ha de tener presente que todos los niños tengan la posibilidad de ubicar al menos una figura en el plano de la ciudad.
- Darles a los niños el mismo plano en una hoja de papel o cartulina pequeña, y las figuras representativas necesarias, para que ellos, sentados a sus mesas y a una indicación del educador, ubiquen en sus hojas las figuras de acuerdo con sus indicaciones "Vamos a colocar a un niño jugando detrás de la fuente que está en el parque", "Situación un coche frente al garaje", "Poner al caballito y el perro alrededor de la casa", y así con otras ubicaciones espaciales que se le puedan ocurrir y que los niños resuelvan trabajando en el plano reducido de la hoja de papel o la cartulina.

- Darles estos planos y figuras a los niños para que en su juego libre, y por propia iniciativa, ejerciten estas relaciones espaciales.
- Sentados a sus mesas, el educador les da a los niños variados objetos pequeños y les orienta ubicar unos respecto a los otros (arriba, debajo, cerca, lejos, junto a, encima, etc.), en indicaciones tales como "Poner un árbol en el centro, colocar la naranja que se cayó a la izquierda del árbol", "El niño lanza la pelota y cae delante de la casa", y otras por el estilo, tratando de hacer cada vez más complejas estas relaciones espaciales.
- Sentados los niños a sus mesas, el educador les da representaciones de objetos y sus sustitutos (fichas de color, cubos, figuras sin forma definida, para que en el plano reducido de una hoja de papel las ubiquen de acuerdo con las indicaciones de éste. El educador puede usar una pizarra para sus ubicaciones para que los niños las reproduzcan en sus hojas de papel, tanto con las representaciones de los objetos como con sus sustitutos.
- Presentarle a los niños una maqueta con barcos grandes y pequeños, de distintas formas, navegando en el mar. El educador dará a los niños un plano en que se señalan los puntos en que están situados los barcos y luego señala en su plano el barco que el niño debe hundir, retirando de la maqueta el barco seleccionado.
- Usar una maqueta de una casa de muñecas de juguete en la que se destaquen los muebles de una sala en particular, por ejemplo, el salón de la casa. El educador entrega a los niños un plano reducido al 50% con las formas de los muebles y el lugar donde se encuentran ubicados. Entonces "esconde" un pequeño objeto debajo de uno de los muebles y les pide a los niños que indiquen en su plano dicha ubicación, hacer esto con variadas posiciones. Cuando dominene esta habilidad de interpretar en su plano la ubicación seleccionada, el educador trabajará la operación inversa, señalará en su plano el lugar donde está el objeto (que previamente ha escondido fuera de la vista de los niños), para que estos pasen a la maqueta a "encontrar" el objeto en la ubicación correcta.
- Enseñar a los niños a establecer un ordenamiento determinado de objetos en el espacio, empezando por un orden lineal de tipo horizontal de izquierda a derecha, y luego vertical, desde arriba hacia abajo. Para esto el educador les dará a los niños objetos iguales a los que él posee, para que ellos repitan con sus objetos el orden lineal que les presenta (reproducción objeto-objeto), trabajando siempre en dos planos diferentes (para evitar que los niños hagan solamente una correspondencia uno a uno) y tampoco en una misma línea para evitar reproducciones en espejo.

- Una vez que los niños dominan la reproducción objeto a objeto diferentes, darles otros que se diferencien solamente por una cualidad, como flores en un jarrón, de igual color y tamaño pero que se diferencian por la forma, bolos de igual forma y tamaño pero de distinto color, etc. El educador entonces hace el orden con sus objetos, y los niños lo reproducen con los suyos situándolos en una hoja de papel o cartulina alargada y estrecha.
- En un tercer nivel de dificultad, el educador hace un orden lineal con cualquier tipo de objetos que difieran en una sola cualidad (flores iguales que diferencian en el color), para que los niños utilizando fichas del color correspondiente, reproduzcan el orden con sus sustitutos. Cuando ya los niños aprendan a hacer sus modelos guiándose por el orden que les señaló el educador, éste suprime su modelo, le da a los niños las flores y les pide que, siguiendo los modelos elaborados por ellos, reproduzcan el orden en que estaban antes las representaciones de las flores.
- Para preparar a los niños para estos órdenes espaciales complejos, el educador puede trabajar primero haciendo solamente parejas de figuras: una flor roja-una azul, una ficha roja-una ficha azul; tríos: flor roja-azul-amarilla, sustituto rojo-azul-amarillo; cuartetos, y así sucesivamente, hasta completar un orden lineal de hasta siete-ocho elementos. El educador ha de recordar que estas ubicaciones las ha de ejercitar tanto en sentido horizontal como vertical.
- Lograda la consolidación de la reproducción objeto-objeto (real y con sustituto), se ha de introducir una mayor complejidad, utilizando elementos que se repiten, alternando en distintas formas. Por ejemplo, usando cilindros de determinado tamaño y bloques menores redondos (tres o cuatro de un tipo, el resto del otro) el educador sigue los mismos pasos previamente conocidos, pero ahora con estos objetos que se repiten:
 - a) Reproducción objeto-objeto: Los niños repiten la serie con objetos iguales a los usados por el educador.
 - b) Reproducción con sustitutos similares al objeto.
 - c) A partir del modelo, reproducir la serie original.

Una vez que los niños conocen bien la reproducción con los objetos reales y sustitutos de una serie de elementos que se repiten, llevar esta tarea a un plano reducido usando hojas de papel o cartulina alargadas, y donde el educador realiza las mismas operaciones anteriormente ejercitadas, pero ahora en el plano más pequeño.

- El educador hace una cruz con tiza en el centro de la clase y allí sitúa a un niño o un pequeño grupo, y luego les da una tarjeta en la que

aparece un rectángulo (o cuadrado si la clase tiene esa forma) en que aparece la marca del suelo y una flecha señalando en una dirección (a la derecha, o izquierda, hacia delante o detrás). Luego les indica que ellos han de dar un número de pasos (de uno hasta cinco) en la dirección que indica la flecha y detenerse allí. Hacer esto con todos los niños, que quedarán ubicados en la clase en las distintas posiciones indicadas por las flechas. Cuando estén todos situados introducir algún tipo de juego a partir de estas posiciones.

- Una vez asimiladas las direcciones en el espacio real mediante flechas, darles a los niños un plano en el que siguiendo la dirección de las flechas reproduzcan en una hoja de papel un camino o carretera, por el que luego pueden pasar pequeños coches (de objetos reales o sus representaciones). Esta reproducción puede hacerse con líneas, tiras de cartón, bloques, o cualquier otro objeto o figura que posibilite hacer un camino.
- Esta actividad se puede hacer grupal una vez consolidadas las relaciones espaciales en el plano reducido. Para ello el educador coloca distintos puntos de orientación en la clase, bien separados unos de otros: una casa, un árbol, un lago, una montaña, la entrada de un parque, etc. Luego divide a los niños en grupos pequeños, y a cada uno les da una tarjeta donde está el esquema del tramo de carretera que debe construir: de la casa al árbol, del árbol al lago, el puente sobre el lago, etc. Al final habrán construido todo el camino entre los puntos y el educador puede entonces introducir un juego de movimiento a partir de estas ubicaciones.
- El educador distribuirá entre los niños encajes geométricos (bases con orificios simétricos para que los niños inserten piezas) y, sentados a sus mesas, les da tarjetas en las que aparecen figuras formadas por cambios de direcciones para que guiándose por ellas los niños las reproduzcan con sus encajes en la base de inserción. Los esquemas representados en las tarjetas han de seguir el siguiente orden de complejidad:
 - a) La reproducción más exacta de la realidad (una copia de todo el encaje geométrico, aunque más reducida), con todos sus círculos dibujados y rellenados de color aquellos que indican la dirección.
 - b) La reproducción exclusivamente de los círculos rellenados que indican la dirección.
 - c) El simple esquema de una línea continua que indica la dirección.

Actividad

- Ejercitación de las relaciones temporales.

Objetivo

Mantener la activación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

En el sexto año de vida los niños tienen un apreciable dominio de los tiempos presente y pasado, y aunque utilizan el futuro no es inusual todavía que presenten algunas dificultades en este caso temporal, por lo que en las actividades psicomotrices se ha de priorizar este tiempo.

La estructuración del tiempo y las relaciones temporales han sido un contenido habitual desde los primeros años y que los niños aprenden en las acciones de la vida cotidiana, a lo que suman actividades pedagógicas más específicas desde el quinto año con este contenido de la psicomotricidad, para consolidar el uso y conocimiento de relaciones temporales complejas, que ahora en el sexto año se han de continuar reforzando para que los niños adquieran el concepto verdadero de la temporalidad de una manera natural, pero ya con un propósito definido por el educador.

Estas actividades pedagógicas psicomotrices específicas dirigidas a la estructuración temporal han de hacerse en cualquier momento de la rutina diaria, sin crear para las mismas condiciones especiales de realización.

- El educador cada mañana a su llegada al centro infantil, ha de continuar dialogando con los niños sobre las experiencias acaecidas desde que dejaron el centro infantil el día anterior (o días antes si fuera el fin de semana). Esto podrá hacerlo con varios niños a la vez, para hacerles intercambiar las experiencias, y procurando que ellos establezcan la secuencia de los eventos que relatan.
- Después de este recuento inicial, el educador hará pequeños grupos para preguntarles a los niños qué piensan hacer en el día, a qué van a jugar, con quién, qué le interesa hacer, y cuándo, para que los niños elaboren un plan mental de las acciones que van a hacer en el tiempo de su permanencia en el lugar.

- Al finalizar la rutina diaria, reunir al grupo y hacer el recuento de todo lo que han hecho en el día, tratando de que organicen secuencialmente su relato y lo califiquen con los modos temporales “Por la mañana lo primero que hice fue...”, “Más tarde, al mediodía me puse a...”, “Temprano cogí mis materiales e hice...”, y otras frases por el estilo. Con algunos niños ejemplificar haciendo que relaten secuencialmente todas las actividades que hicieron una a una en el día.
- Seguir utilizando el calendario del clima para valorar el tiempo ese día y compararlo con el de los anteriores, sobre la base de las señales distintivas de cada evento atmosférico (lluvia, sol, nubes, etc.), que les corresponden.
- Ejercitar el conocimiento de los días de la semana y de actividades relacionadas con los mismos. En el sexto año ya los niños han de aprender bien su nomenclatura y su diferenciación.
- Hacer actividades en las que los niños tengan que describir el proceso de una actividad en su secuencia, por ejemplo, qué se hace cuando se levantan, o qué pasos hay que dar para hacer una actividad de dibujo, o cuál es la rutina del centro infantil, etc.
- El educador le dará al niño hasta cuatro tarjetas en las que se refleja la secuencia de un grupo de acciones de la vida cotidiana en casa o en el centro infantil para que las coloque en un orden cronológico, y explique porqué considera que han de ir así.
- Reflejar en una serie de tarjetas de hasta cuatro elementos la secuencia de un fenómeno natural (como puede ser el surgimiento de una planta a partir de una semilla), físico (el derretimiento de un bloque de hielo a causa del calor del sol), social (la realización de una actividad festiva local), etc., para que los niños interioricen que la continuidad del tiempo afecta a todas las cosas de su mundo circundante y no sólo a sí mismo.
- Buscar objetos iguales o diferentes nuevos y usados, y compararlos entre sí, para delimitar porqué se sabe que algo es viejo o nuevo, usado o no, inservible o todavía utilizable, lo cual puede unirse a contenidos de formación de valores y ecológicos.
- Presentar a los niños videos de momentos presentes, pasados o futuros, y analizar con ellos porqué son así, qué cambios se han producido o se van a producir, en qué tiempo, etc.
- Presentarles a su vez diapositivas, dibujos, videos cortos en los que se refleje una historia (un cuento, una narración) para que los repitan en el orden secuencial en que aparecieron reflejados.

Actividad

- Acondicionamiento y ejercitación de planos musculares conjugados con movimientos relacionados con el esquema corporal.

Objetivo

Continuar la estimulación propioceptiva de músculos y planos musculares que intervienen en las habilidades psicomotrices generales, a partir del esquema corporal.

Metodología

Estas tareas de contenidos específicos pueden ser incluidas por el educador en la elaboración de las actividades modulares como acciones de acondicionamiento preliminar, para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. En las mismas también se da la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones psicomotrices.

- El educador ha de preparar un camino con obstáculos que tenga trayectorias rectas, curvas y en zigzag en su curso, y pregunta a los niños sobre las diferencias en el recorrido. Luego les orienta que seleccionen un tipo de paso para caminar a lo largo de cada una de ellas, y a una indicación los niños harán el recorrido. Esto puede convertirse en un juego haciendo salir temporalmente a aquellos que se equivoquen en el tipo de paso.
- Colocar objetos diversos dispersos por la clase y acordar con los niños los movimientos que harán para llegar a cada uno de ellos. Una vez puestos de acuerdo y a una señal del educador los niños harán el recorrido haciendo el movimiento previamente seleccionado para llegar a cada uno de ellos. Esto puede combinarse con una tarea de relaciones espaciales dándoles tarjetas que indique el camino a recorrer con flechas.
- El educador proporcionará a los niños cartulinas gruesas de un tamaño algo mayor que sus pies y les pedirá que las pongan debajo de un pie como si fuera un patín. Después, a una indicación, les solicitará que se deslicen apoyando el pie en la cartulina. Hacer que lo realicen en línea recta, bordeando un objeto circular. Alternar situando la cartulina debajo del otro pie y hacer algunas acciones semejantes. A continuación el educador les da otra cartulina para que ambos pies se

apoyen en una, y les pide que se deslicen, que bailen, moviendo ambos pies, esto se puede acompañar de una música de distintos ritmos.

- Dispersar sillas por la clase, una por cada niño y poniendo música, el educador les pide que caminen entre las sillas sin tocarlas ni tocarse entre sí. Cuando la música se detiene cada niño ha de buscar una silla y “sentarse” sin que descansen en los glúteos (subirse en puntillas, acurrucarse de lado, apoyarse en las manos con el cuerpo balanceándose, reclinado en sus rodillas, entre otras posibilidades).
- El educador dará a cada niño un globo inflado y les solicita que caminen sosteniendo el globo con la mano lejos y al frente. Luego, a una señal, cada niño ha de seguir caminando pero con una forma diferente de sostener el globo a la anterior, como puede ser situar el globo entre las piernas, ponerlo bajo en brazo, ubicarlo bajo la barbilla, etc. con la condición de mantenerse siempre caminando. Esto se puede complicar haciendo parejas de niños, que deben llevar el globo caminando tocándolo cada uno con una parte de su cuerpo sin que el globo se les vaya o uno de los niños pierda el contacto físico con el mismo.
- Poner a un niño de guía en centro de la clase y solicitarle que al compás de la música se de palmadas en una parte del cuerpo, por ejemplo, la frente, la cabeza, una oreja, en una rodilla, etc., para que los demás copien el movimiento de la misma forma. Cuando cese la música todos han de quedar estáticos en la posición en que están. Luego el educador les pregunta si creen que están en la misma posición que el niño guía. Si alguno afirma que sí llevarlo a donde está el niño guía y situar uno detrás del otro (los niños se percatarán de que mientras uno tiene la mano izquierda puesta en la oreja, el otro la tiene en la derecha, pues han copiado el movimiento en espejo). Hacerles ver que se dijo que hicieran “de la misma forma” el movimiento. Si alguno es capaz de decir que no están en la misma posición, preguntarle porqué y si es necesario hacer la comprobación.
- Dibujar marcas, cruces, o cualquier otra señal en el suelo y pedirles a los niños que se sitúen frente a ellas. Solicitarles entonces que salten sobre la marca y a cada palmada que el educador realice, ellos saltarán de una forma distinta a la anterior. En el caso de que los niños se queden sin alternativas, el adulto proveerá nuevos modelos para que vean que siempre se pueden encontrar nuevas maneras de hacerlo.
- Esta actividad puede llevarse a un juego competitivo haciendo equipos frente a las marcas para que los niños a sus indicaciones creen formas de saltar sobre las mismas, con la condición de que cada miembro del equipo no puede repetir ninguna de las formas anteriores que use otro

niño del equipo. Los niños que fallen irán saliendo temporalmente del juego, ganando el equipo que al final tenga más niños sin eliminar.

- Esto también puede generalizarse al recorrido de un gran espacio en el que el educador les planteará que lo atraviesen caminando de todas las maneras posibles (yendo hacia delante, hacia detrás, dando pasos laterales, caminando a la pata coja, dando saltitos, etc.). Cada equipo seleccionará sus movimientos y a una indicación del educador atravesarán el área cada niño caminando de una forma diferente, ganando aquel equipo que es más creador y termine el recorrido en el menor tiempo posible.
- Jugar con los niños a hacer movimientos difíciles y cómicos, como puede ser caminar con la nariz tan alto como se pueda, caminar con una oreja hacia abajo, ir caminando agachado con las manos apoyadas en las rodillas, hacer saltitos desplazándose hacia detrás, o caminar en cuclillas hacia atrás, etc., movimientos que suelen provocar hilaridad y elevar el tono emocional de los niños.
- El educador, tomando un par de bastones cortos en cada mano y dándole igual número a cada niño, camina por la clase mientras los niños lo siguen. De pronto toca sus hombros con el extremo de los bastones para que los niños lo imiten, a continuación sigue caminando y toca el suelo con los bastones a cada lado de su cuerpo, más tarde se toca las rodillas, luego detrás de la espalda, acciones todas que los niños deben imitar. Cuando los niños tengan claro el principio de la actividad, pedirles que caminen y a cada palmada que él dé, ellos habrán de tocar con los bastones en distintas partes de su cuerpo de manera libre sin dejar de caminar.
- Haciendo parejas de niños, darle un bastón a uno de ellos para que lo lance hacia arriba con las dos manos para que el otro niño lo atrape, este a su vez cuando lo reciba lo volverá a lanzar hacia arriba de la misma manera para que el primer niño lo capture. Con esto puede hacerse un juego competitivo estableciendo que a la pareja que se le caiga el bastón sale del juego. También puede hacerse en otras posiciones, como es estando sentados.
- Hacer que los niños hagan movimientos en pareja, para acostumarlos a ponerse de acuerdo en acciones motoras. Un ejemplo es que, poniendo a dos niños uno de espalda al otro se entrecrucen sus brazos, y a una indicación del educador echen a caminar en una dirección, por lo que un niño, que es el guía, lo hace hacia delante mientras que el otro es arrastrado y luego intercambian los papeles. Esto también puede convertirse en un juego, poniendo dos líneas paralelas separadas cuatro o cinco metros una de la otra, situando a "las parejas" detrás de una de

ellas, y a una orden empezar a caminar para llegar a la línea de meta sin caerse en el empeño.

- Enseñar a los niños a botar una pelota mediana, lo que implica golpearla hacia abajo, esperar a que rebote, y volverla a golpear. Para esto el educador señalará una distancia y a su final ubicará una caja, el niño a su señal comenzará a botar la pelota caminando o corriendo hacia la caja para depositar la pelota dentro de ella. Hacer un juego competitivo para ver que equipo de niños bota más y mejor. También salen del juego aquellos que “caminen con la bola” como en el baloncesto.
- También puede ejercitarse el patear la pelota con movimientos cortos para llevarla hasta una zona ubicada a una distancia por la que el niño debe pasar la pelota. Procurar que lo hagan primero con un pie, luego con el otro, y finalmente una carrera alternado los pies para patear la pelota

Actividad

- Activación de estructuras musculares de acciones de la psicomotricidad fina.

Objetivo

Mantener la estimulación propioceptiva de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

La motricidad fina de las extremidades superiores, particularmente manos y dedos, se ha de continuar estimulando en este trimestre, con el propósito de consolidar la destreza y precisión de movimientos, lo cual permite la realización de tareas psicomotrices complejas. El educador ha de repetir acciones psicomotrices de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunos movimientos más complicados, así como introducir otras nuevas según considere pertinente. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- El educador elaborará laberintos en hojas de papel (u otras figuras que exijan precisión de movimientos finos) y se los entregará a los niños para que los rellenen a lápiz, pinturas o pinceles, procurando que ellos al hacerlo se mantengan dentro de los límites del espacio del trayecto del laberinto. También se les puede ofrecer hojas con círculos, cruces, óvalos u otras figuras geométricas de tamaño diminuto para que los punteen, marquen, circunvalen, etc.
- Utilizando un marcador de rueda dentada hacer figuras de puntos en un cartón o cartulina gruesa, para luego siguiendo la línea de puntos pintar con un lápiz o pincel el contorno de la figura obtenida.
- Dar a los niños plantillas y hojas de papel que contengan el contorno de figuras para que las recorten con tijeras de punta roma, insistiendo el educador en que los niños sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras. Ir reduciendo paulatinamente el tamaño de estas figuras, para obligarles a hacer cortes más precisos.
- El educador ha de enseñar a los niños a obtener figuras por simetría bilateral recortando con tijeras. Para ello les dará hojas de papel dobladas a la mitad para que recorten semicírculos o pequeños rectángulos que al abrirse la hoja muestran la figura completa. Una vez

que dominan esta actividad con figuras simples enseñarles como obtener otras más complejas como peces, figuras humanas, animales, entre otras.

- Hacer figuras de papel muy sencillas mediante cortes en las hojas que se les den. Una vez hechos los cortes analizar con los niños los resultados obtenidos.
- Darles a los niños hojas cuadradas de papel y enseñarles como hacer los dobleces para obtener objetos tan simples como un sombrero bicornio, uniendo las puntas de las figuras con goma de pegar para darle consistencia. Hacer también figuras simples como es un triángulo que vuela al ser lanzado, y más complejas, como hacer un vaso para tomar agua o un barco de papel.
- Poner a disposición de los niños un juego de carpintería y enseñarles a serruchar pequeñas tablas, clavar dos listones entre sí, sacar un clavo con el martillo, medir una distancia con la cinta métrica (solamente la acción motora), y otras acciones que se le puedan ocurrir al educador, tareas todas que, además de estimular la motricidad fina, significan acciones instrumentales.
- El educador entregará figuras de estampar pequeñas a los niños para que con ellas hagan diseños diversos en una hoja de papel o cartulina grandes, tales como estampaciones para cubrir toda la hoja, hacer hileras, cenefas centrales formando flores, etc. Pueden usarse varias figuras para combinar los colores y obtener diseños más complejos. Las figuras obtenidas podrán rasgarse o recortarse y con ellas hacer otros diseños pegándolos en nuevas hojas.
- Hacer en tarjetas figuras de laberintos con un recorrido dibujado uniendo diversos puntos. Darle a los niños una representación del laberinto para que ellos siguiendo el modelo reproduzcan la trayectoria usando un lápiz de punta gruesa. El educador procurará que el diseño del recorrido sea cada vez más complejo.
- El educador enseñará a los niños a hacer sellos de plastilina para imprimir sobre papel, para lo cual harán incisiones en su parte plana con la punta de un lápiz o el extremo del cabo de un pincel para hacer diversos diseños haciendo puntos, rayas, líneas curvas, etc. Luego los niños habrán de mojar el sello en pintura tempera suavizada para hacer diferentes estampaciones sobre cartón, cartulina u hojas de papel.
- Darle a los niños juguetes pequeños transformables para que los armen y desarmen en su actividad libre de mesa.

- Igualmente ofrecerles para su actividad libre juguetes pequeños que exijan una precisión y destreza motriz fina para su realización, como son las cajas plásticas en que una pequeña bola rueda por un camino para llegar a una determinada posición y que obliga a los niños a hacer movimientos para impedir que se caigan por un orificio, entre otros muchos existentes en el mercado.

Las actividades modulares en el sexto año de vida introducen varios elementos distintivos que las diferencian de las anteriores, lo cual está dado por el mayor desarrollo psicomotor de los niños, sus habilidades motrices generales más consolidadas y una imaginación y creatividad más amplias. En este sentido las mismas incorporan un argumento narrativo en el desarrollo de las tareas psicomotrices y una mayor libertad para que los niños hagan los movimientos que deseen bajo la orientación del educador.

Es por ello que más que tareas motrices en sí mismas lo que hacen es realizar diversas acciones que se dirigen a acondicionar a los niños para la actividad, colaborar a su desarrollo físico general y perfeccionar las habilidades psicomotrices ya adquiridas, y donde el juego de movimiento puede ubicarse al final del módulo o formar parte de cada una de las acciones.

El educador podrá a su vez dentro del módulo incorporar cualquiera de las actividades de contenidos específicos que considere enriquecen el módulo o colaboran a la estimulación que se pretende hacer con el mismo.

Actividad

- Estimulación de la carrera y el salto de obstáculos.

Objetivo

Lograr una mayor destreza y agilidad en estas habilidades psicomotrices generales.

Metodología

- El educador sitúa diversas macetas con flores de papel por la clase y estimula a los niños a que lo imiten batiendo sus brazos arriba y abajo como el aleteo de un colibrí. Luego los niños salen corriendo y sin dejar de mover los brazos, se agachan frente a las macetas “para libar su néctar”. Ante la indicación del educador “¡Llegó el cazador de colibríes!” los niños corren dispersos por la clase con movimientos libres, para ir a agacharse nuevamente detrás de las macetas para ocultarse. Ante la indicación “¡Se fue el cazador!”, corren saltando sobre las macetas, como si “volaran” de flor en flor.
- El educador divide el grupo a la mitad. Traza dos líneas en el suelo a una distancia de 10 metros que representan las casas. En el centro dibuja un círculo donde ubica a un niño (el cazador), mientras el resto se situará sobre una de las líneas. Entonces les incita a volar hacia la otra línea que representa las casas. Cuando inician el movimiento el niño del círculo sale a tratar de atrapar a alguno de los que corren, entonces el agarrado pasa a ser cazador y el otro se incorpora al grupo.

Actividad

- Ejercitación de la carrera y caminar sobre obstáculos.

Objetivo

Estimular propioceptivamente los planos musculares de las piernas y los pies.

Metodología

- El educador estimula a los niños a que corran libremente por la clase, indicando que son pájaros, para que lo hagan imitando su movimiento. Luego los niños se detienen para imitar a los árboles que se mueven con el viento, moviendo los brazos y el tronco a un lado y otro.
- El educador les dice que son pájaros de nuevo y que deben alimentarse, para lo cual los niños caminan y flexionan el tronco imitando que buscan comida.
- Luego sitúa bolsas por el suelo y les dice a los niños que los pájaros van de piedra en piedra, para que ellos caminen sobre las bolsas.
- Enseguida les dice que los pájaros vuelan entre las piedras del camino sin tocarlas con los pies, para que los niños corran bordeando las bolsas.
- El educador introduce un juego, soltando varias pelotas por el suelo y estimula a los niños (los pájaros) que corran detrás de ellas siguiendo su trayectoria pero sin tocarlas.
- Finalmente el educador indica que los pájaros están cansados, que vayan batiendo sus alas cada vez más lento, respiren profundamente y se acuesten en el nido.

Actividad

- Estimulación del caminar, el salto y la carrera.

Objetivo

Continuar activando los planos musculares de las extremidades inferiores.

Metodología

- El educador motiva la actividad diciendo que van a hacer una visita a un centro infantil, solicitando a los niños que caminen libremente por la clase como si estuvieran paseando.
- Luego coloca dispersos por la clase pequeños muñecos representativos de los niños del centro. Los niños caminan tranquilos entre los muñecos como si estuvieran en el área de juegos.
- Entonces les dice a los niños que a los pequeños hay que ayudar a despertarlos, para lo que han de tomar el muñeco y elevarlo sobre sus cabezas a la vez que los agitan para que los rayos del sol los despierten. Cada niño hace este movimiento como lo desee.
- Al despertarse el muñeco, lo llevan a pasear, para lo cual caminan, corren y saltan libremente con el objeto, con movimientos libres. Luego se sientan situando el muñeco sobre las piernas.
- A la indicación del educador: "¡Empezó a llover!" cada niño ha de colocar su cuerpo como desee para representar una cueva y esconde al muñeco debajo de ella.
- El educador los incita a jugar "A cazar al campo", donde cada niño imita a un animal diferente, y donde él y otro niño serán los cazadores, señalando un lugar de la clase donde pueden huir a refugiarse (una línea en un extremo de la clase).
- Luego les pide que caminen lento por el área, respiren "oliendo las flores del campo" y se relajen.

Actividad

- Activación de habilidades psicomotrices generales diversas.

Objetivo

Establecer vínculos propioceptivos entre diferentes habilidades generales.

Metodología

- El educador relata un breve cuento que se desarrolle en el campo, para que los niños se coloquen en situación de lo que van a hacer. Esto lo realiza sentado en el suelo con los niños alrededor.
- En la misma posición les orienta que miren sus manos, las escondan detrás del cuerpo, las vuelvan a ver y muevan conjuntamente los brazos como deseen. Luego les pide que se doblen por la cintura para que las manos toquen los pies.
- Entonces les dice que han llegado al campo y que ellos van a ser diferentes animales: ranas, gallos, caballos y perros. Le pide que seleccionen un animal y que hagan como ellos: saltar como las ranas, trotar como los caballos, caminar en punta de pies como los gallos, hacer cuadrupedia como los perros.
- A continuación les señala que van a pasear en tren por el campo. Para ello los niños se colocan uno detrás del otro sosteniéndose por la cintura. El educador guía a los niños haciendo de locomotora y haciendo el recorrido por arriba de bancos, tablas en el suelo, por debajo de objetos (los túneles) y bordeando obstáculos, que los niños como vagones del tren van realizando a su vez.
- Luego el tren va caminando cada vez más lento, hasta que cada niño se relaja y se acuesta en el suelo, otros arriba o debajo de los objetos que están en la clase si al detenerse estaban a su lado.

Actividad

- Activación de la cuadrupedia y las caminatas variadas.

Objetivo

Estimular propioceptivamente musculatura de las piernas y pies.

Metodología

- El educador estimula a los niños a caminar dispersos por el área de actividades o la clase, cada vez más rápido hasta correr. Luego vuelven y alternan, caminar y correr varias veces.
- Solicitar a los niños que sigan caminando y que cada uno lo haga como quiera (en punta de pies, en los talones, elevando las rodillas, con pasos laterales, como los animales, etc.
- Luego, a una señal del educador, se han de quedar estáticos como estatuas, vuelven a caminar a la orden, se vuelven a hacer estatuas ante la nueva señal, y así sucesivamente varias veces.
- Entonces les orienta que hagan cuadrupedia en cuatro puntos (manos y pies), de diversas maneras: hacia delante, hacia atrás, hacia un lado, llevando o empujando un objeto, por encima de muros o bancos, como los niños deseen hacer.
- El educador propone jugar a los automóviles, donde cada niño con un aro pequeño para simular el volante del coche, imita que conduce, caminando más lento, mas rápido, hacia diferentes lugares, pasando por encima de tablas (puentes), por debajo de objetos (túneles), sobre cuerdas (camino), etc. como los niños quieran.
- Después el educador les dirá que los automóviles van cada vez más lentos hasta detenerse completamente y "apagar el motor".

Actividad

- Asimilación de acciones conjuntas de motricidad fina y gruesa.

Objetivo

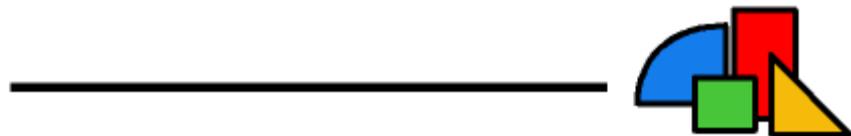
Activar vínculos propioceptivos entre grandes planos musculares y planos de la musculatura fina.

Metodología

- El educador reparte hojas de papel a los niños y les solicita que caminen moviendo las hojas en diferentes direcciones (hacia arriba, al frente, hacia atrás, por debajo de los brazos, por encima de la cabeza) como quieran los niños.
- Luego les indica que se detengan y coloquen la hoja en el `suelo, para que salten por diferentes lados del papel y de un extremo a otro, sin tocarlo. Luego lo rodearán caminando en cuadrupedia.
- Enseguida y a una señal, cada niño recoge su hoja y la estruja con las manos para formar una pelota y la pasa de una mano a la otra, la lanza, la rueda, como desee cada uno.
- A continuación, caminan por la clase llevando la pelota en diferentes partes del cuerpo (en la cabeza, en el hombro, la barriga, rodillas, espalda, sujetándola con la barbilla, etc.) como deseen y pudiendo cambiar de una forma a otra.
- Luego les propone jugar a "Lanza la pelota al cesto" donde los niños formados en pequeños equipos, se colocan a tres metros de una caja situada por el educador, y desde allí tratan de lanzar la pelota para que caiga dentro, con el tipo de lanzamiento que estimen conveniente, ganando el equipo que más pelotas cuele dentro de la cesta o caja.
- Para finalizar el educador les orienta tomar cada uno una de las pelotas de papel, caminar lento con ella y soplarla suavemente para que caiga al suelo y entonces soplarla suavemente también en el suelo estando acostados.



Actividades para niños en el segundo trimestre escolar



En el segundo trimestre escolar el educador ha de tener en cuenta que las actividades de contenidos específicos del primer trimestre se han continuar realizando, pues las mismas están concebidas para todo el año de vida, pudiendo si lo estima conveniente agregarle un mayor nivel de complejidad a algunas de ellas de acuerdo con su criterio pedagógico y las necesidades del desarrollo de los niños.

Las actividades modulares presentan variantes en este trimestre escolar, que pueden enriquecerse con contenidos de las actividades específicas, si bien los plasmados en el primer trimestre pueden continuarse llevando a cabo si el educador así lo estima conveniente.

Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas y consolidar las anteriores.

Metodología

Las acciones con instrumentos han venido desarrollándose ininterrumpidamente desde el segundo año de vida, dándose un mayor nivel de complejidad según se avanzó cronológicamente, tanto en lo referente a los movimientos de la motricidad fina indispensables para realizarlas, como de la propia acción intelectual que el instrumento mediatiza.

En el último trimestre del quinto año de vida se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, que incluían el uso de instrumentos de gran complejidad, tales como ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que podían formar parte del juego investigativo e imaginativo de los niños, en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En el primer trimestre del sexto año, se continuó haciendo estas acciones complejas, particularmente utilizando el ordenador y otras divisas electrónicas, en tareas computarizadas donde los objetivos referentes a las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, se tratan de manera conjunta, para reforzar lo que se hace a través de las actividades de contenidos específicos, tareas que con los mismos principios han de mantenerse en este segundo trimestre.

El hecho de que se plantee el uso del ordenador como una principal tarea instrumental, no exime que el educador seleccione objetos reales en los que se plantee esta acción, y que pueden usarse en las actividades de la rutina diaria, el juego y las propias actividades pedagógicas psicomotrices, como son el utilizar juegos de construcción complejos en los que se usen instrumentos, juguetes como grúas, mecanos, transformers, kits de oficios o profesiones (carpintero, médico, constructores).

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir de otros puntos de referencia además del cuerpo, a escala normal y reducida.

Metodología

Desde el quinto año se enfatizó la utilización de otros puntos de referencia además del cuerpo en la asimilación de las nuevas relaciones espaciales, tanto en escala natural como reducida, mediante el uso de plantillas, hojas de papel, etc. En este sexto año se ha de insistir en tal utilización reducida, particularmente mediante el uso de planos y esquemas.

- Utilizar planos en los que se reflejen algunos detalles geográficos de una localidad pequeña (en los que se dibujen calles, parques, casas, semáforos, una iglesia, entre otros) para que los niños, a una indicación del educador, ubiquen objetos reales pequeños o figuras diversas de cartón que representen coches, autobuses, animales, personas, puentes, vallas, etc., en dicho plano, tal como situar un coche detrás de la casa, que una persona esté dentro de la casa de la esquina más cercana, ubicar a un policía dirigiendo el tránsito hacia la izquierda de la avenida, que el autobús vaya por la calle principal y se ubique al lado derecho del parque, que el puente lo sitúen "lejos" sobre el río, que la valla la coloquen delante de la iglesia, y así con todas las posibles variantes de ubicación espacial (arriba-abajo, cerca-lejos, dentro-fuera, al lado derecho-al lado izquierdo, delante-detrás, etc.). El educador ha de tener presente que todos los niños tengan la posibilidad de ubicar al menos una figura en el plano de la ciudad.
- Darles a los niños el mismo plano en una hoja de papel o cartulina pequeña y las figuras representativas necesarias, para que ellos, sentados a sus mesas y a una indicación del educador, ubiquen en sus hojas las figuras de acuerdo con sus indicaciones "Vamos a colocar a un niño jugando detrás de la fuente que está en el parque", "Colocar un coche frente al garaje", "Poner al caballito y el perro alrededor de la casa", y así otras ubicaciones espaciales que se le puedan ocurrir, y que los niños resuelvan trabajando en el plano reducido de la hoja de papel o la cartulina.

- Darles estos planos y figuras a los niños para que en su juego libre, y por propia iniciativa, ejerciten estas relaciones espaciales.
- Estando los niños sentados a sus mesas, el educador les da variados objetos pequeños y les orienta para ubicar unos respecto a los otros (arriba, debajo, cerca, lejos, junto a, encima, etc.), en indicaciones tales como "Poner un árbol en el centro, colocar la naranja que se cayó a la izquierda del árbol", "El niño lanza la pelota y cae delante de la casa", "Situarse al caballito junto al coche", y otras por el estilo, tratando de hacer cada vez más complejas estas relaciones espaciales.
- Sentados los niños a sus mesas, el educador les da representaciones de objetos y sus sustitutos (fichas de color, cubos, figuras sin forma definida, para que en el plano reducido de una hoja de papel las ubiquen de acuerdo con sus indicaciones. El educador puede usar una pizarra para sus ubicaciones, que los niños pueden reproducir en sus hojas de papel, tanto con las representaciones de los objetos como con sus sustitutos.
- Presentarle a los niños una maqueta con barcos grandes y pequeños, de distintas formas, navegando en el mar. El educador dará a los niños un plano en que se señalan los puntos en que están situados los barcos, y luego señala en su plano el barco que el niño debe hundir, retirando de la maqueta el barco seleccionado.
- Usar una maqueta de una casa de muñecas de juguete en la que se destaquen los muebles de una clase en particular, por ejemplo, el salón de la casa. El educador entrega a los niños un plano reducido al 50% con las formas de los muebles y el lugar donde se encuentran ubicados. Entonces "esconde" un pequeño objeto debajo de uno de los muebles y les pide a los niños que indiquen en su plano dicha ubicación, hacer esto variando las posiciones. Cuando dominen esta habilidad de interpretar en su plano la ubicación seleccionada, el educador trabajará la operación inversa. Señalará en su plano el lugar donde está el objeto (que previamente ha escondido fuera de la vista de los niños), para que éstos pasen a la maqueta a "encontrar" el objeto en la ubicación correcta.
- Enseñar a los niños a establecer un ordenamiento determinado de objetos en el espacio, empezando por un orden lineal de tipo horizontal de izquierda a derecha, y luego vertical, de arriba hacia abajo. Para esto el educador les dará a los niños objetos iguales a los que él posee, para que ellos repitan con sus objetos el orden lineal que les presenta (reproducción objeto-objeto), trabajando siempre en dos planos diferentes (para evitar que los niños hagan solamente una correspondencia uno a uno) y tampoco en una misma línea para evitar reproducciones en espejo.

- Una vez que los niños dominan la reproducción objeto a objeto, darles otros que se diferencien solamente por una cualidad, como flores en un jarrón de igual color y tamaño pero que se diferencian por la forma, bolos de igual forma y tamaño pero de distinto color, etc. El educador entonces hace el orden con sus objetos, y los niños lo reproducen con los suyos situándolos en una hoja de papel o cartulina alargada y estrecha.
- En un tercer nivel de dificultad, el educador hace un orden lineal con cualquier tipo de objetos que difieran en una sola cualidad (flores iguales que difieren en el color), para que los niños utilizando fichas del color correspondiente, reproduzcan el orden con sus sustitutos. Cuando ya los niños aprendan a hacer sus modelos guiándose por el orden que les señaló el educador, éste suprime su modelo, le da a los niños las flores y les pide que, siguiendo los modelos elaborados por ellos, reproduzcan el orden en que estaban antes las representaciones de las flores.
- Para preparar a los niños para estos órdenes espaciales complejos, el educador puede trabajar primero haciendo solamente parejas de figuras: una flor roja-una azul, una ficha roja-una ficha azul, tríos (flor roja-azul-amarilla, sustituto rojo-azul-amarillo; cuartetos, y así sucesivamente, hasta completar un orden lineal de hasta siete-ocho elementos. El educador ha de recordar que estas ubicaciones las ha de ejercitar tanto en sentido horizontal como vertical.
- Lograda la consolidación de la reproducción objeto-objeto (real y con sustituto), se ha de introducir una mayor complejidad, utilizando elementos que se repiten, alternando en distintas formas. Por ejemplo, usando cilindros de determinado tamaño y bloques menores redondos (tres o cuatro de un tipo, el resto del otro) el educador sigue los mismos pasos previamente conocidos, pero ahora con estos objetos que se repiten:
 - (a) Reproducción objeto-objeto: Los niños repiten la serie con objetos iguales a los usados por el educador.
 - (b) Reproducción con sustitutos similares al objeto.
 - (c) A partir del modelo, reproducir la serie original.

Una vez que los niños conocen bien la reproducción con los objetos reales y sustitutos de una serie de elementos que se repiten, llevar esta tarea a un plano reducido usando hojas de papel o cartulina alargadas, y donde el educador realiza las mismas operaciones anteriormente ejercitadas, pero ahora en el plano más pequeño.

- El educador hace una cruz con tiza en el centro de la clase y allí sitúa a un niño o un pequeño grupo de niños. Luego les da una tarjeta en la

que aparece un rectángulo (o cuadrado si la clase tiene esa forma) en donde aparece la marca del suelo y una flecha señalando en una dirección (a la derecha, o izquierda, hacia delante o detrás). Luego les indica que ellos han de dar un número de pasos (de uno hasta cinco) en la dirección que indica la flecha y detenerse allí. Hacer esto con todos los niños, que quedarán ubicados en la clase en las distintas posiciones indicadas por las flechas. Cuando ya estén todos situados introducir algún tipo de juego a partir de estas posiciones.

- Una vez asimiladas las direcciones en el espacio real mediante flechas, darles a los niños un plano en el que siguiendo la dirección de las flechas reproduzcan en una hoja de papel un camino o carretera, por el que luego pueden pasar pequeños coches (de objetos reales o sus representaciones). Esta reproducción puede hacerse con líneas, tiras de cartón, bloques, o cualquier otro objeto o figura que posibilite hacer un camino.
- Esta actividad se puede hacer grupal una vez consolidadas las relaciones espaciales en el plano reducido. Para ello el educador coloca distintos puntos de orientación en la clase, muy separados unos de otros: una casa, un árbol, un lago, una montaña, la entrada de un parque, etc. Luego divide a los niños en grupos pequeños, y a cada uno les da una tarjeta donde está el esquema del tramo de carretera que debe construir: de la casa al árbol, del árbol al lago, el puente sobre el lago, etc. Al final habrán construido todo el camino entre los puntos y el educador puede entonces introducir un juego de movimiento a partir de estas ubicaciones.
- El educador distribuirá entre los niños encajes geométricos (bases con orificios simétricos para que los niños inserten piezas) y, sentados a sus mesas, les da tarjetas en las que aparecen figuras formadas por cambios de direcciones para que guiándose por ellas los niños las reproduzcan con sus piezas en la base de inserción. Los esquemas representados en las tarjetas han de seguir el siguiente orden de complejidad:
 - (a) La reproducción más exacta de la realidad (una copia de todo el encaje geométrico, aunque más reducida), con todos sus círculos dibujados y rellenados de color aquellos que indican la dirección.
 - (b) La reproducción exclusivamente de los círculos rellenados que indican la dirección.
 - (c) El simple esquema de una línea continua que indica la dirección.

Actividad

- Ejercitación de las relaciones temporales.

Objetivo

Mantener la activación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

En el sexto año de vida los niños tienen un apreciable dominio de los tiempos presente y pasado, y aunque utilizan el futuro no es inusual todavía que presenten algunas dificultades en este caso temporal, por lo que en las actividades psicomotrices se ha de priorizar este tiempo.

La estructuración del tiempo y las relaciones temporales han sido un contenido habitual desde los primeros años y que los niños aprenden en las acciones de la vida cotidiana, a lo que suman actividades pedagógicas más específicas desde el quinto año con este contenido de la psicomotricidad, para consolidar el uso y conocimiento de relaciones temporales complejas, que ahora en el sexto año se han de continuar reforzando para que los niños adquieran el concepto verdadero de la temporalidad de una manera natural, pero ya con un propósito definido por el educador.

Estas actividades pedagógicas psicomotrices específicas dirigidas a la estructuración temporal han de hacerse en cualquier momento de la rutina diaria, sin crear para las mismas condiciones especiales de realización.

- El educador cada mañana deberá continuar dialogando con los niños a su llegada al centro infantil, sobre las experiencias acaecidas desde que dejaron el centro infantil el día anterior (o días antes si fuera el fin de semana). Esto podrá hacerlo con varios niños a la vez, para hacerles intercambiar las experiencias, y procurando que ellos establezcan la secuencia de los eventos que relatan.
- Después de este recuento inicial, el educador hará pequeños grupos para preguntarles a los niños qué piensan hacer en el día, a qué van a jugar, con quién, qué les interesa hacer, y cuándo, para que los niños elaboren un plan mental de las acciones que van a hacer en el tiempo de su permanencia en el lugar.

- Al finalizar la rutina diaria, reunir al grupo y hacer el recuento de todo lo que han hecho en el día, tratando de que organicen secuencialmente su relato y los califiquen con los modos temporales "Por la mañana lo primero que hice fue...", "Más tarde, al mediodía me puse a...", "Temprano, cogí mis materiales e hice...", y otras frases por el estilo. Con algunos niños ejemplificar haciendo que relaten secuencialmente todas las actividades que hicieron una a una en el día.
- Seguir utilizando el calendario del clima para valorar el tiempo ese día y compararlo con el de los anteriores, sobre la base de las señales distintivas de cada evento atmosférico (lluvia, sol, nubes, etc.), que les corresponden.
- Ejercitar el conocimiento de los días de la semana y de actividades relacionadas con los mismos. En el sexto año ya los niños han de aprender bien su nomenclatura y su diferenciación.
- Hacer actividades en las que los niños tengan que describir el proceso de una actividad en su secuencia, por ejemplo, qué se hace cuando se levantan, o qué pasos hay que dar para hacer una actividad de dibujo, o cuál es la rutina del centro infantil, etc.
- El educador le dará al niño hasta cuatro tarjetas en las que se refleja la secuencia de un grupo de acciones de la vida cotidiana en casa o en el centro infantil para que las coloque en un orden cronológico, y explique porqué considera que han de ir así.
- Reflejar en una serie de tarjetas de hasta cuatro elementos la secuencia de un fenómeno natural (como puede ser el surgimiento de una planta a partir de una semilla), físico (el derretimiento de un bloque de hielo a causa del calor del sol), social (la realización de una actividad festiva local), etc., para que los niños interioricen que la continuidad del tiempo afecta a todas las cosas de su mundo circundante y no sólo a sí mismo.
- Buscar objetos iguales o diferentes nuevos y usados, y compararlos entre sí, para delimitar porqué se sabe que algo es viejo o nuevo, usado o no, inservible o todavía utilizable, lo cual puede unirse a contenidos de formación de valores y ecológicos.
- Presentar a los niños videos de momentos presentes, pasados o futuros, y analizar con ellos porqué son así, qué cambios se han producido o se van a producir, en qué tiempo, etc.
- Presentarles a su vez diapositivas, dibujos, videos cortos en los que se refleje una historia (un cuento, una narración) para que los repitan en el orden secuencial en que aparecieron reflejados.

Actividad

- Acondicionamiento y ejercitación de planos musculares conjugados con movimientos relacionados con el esquema corporal.

Objetivo

Continuar la estimulación propioceptiva de músculos y planos musculares que intervienen en las habilidades psicomotrices generales, a partir del esquema corporal.

Metodología

Estas tareas de contenidos específicos pueden ser incluidas por el educador en la elaboración de las actividades modulares como acciones de acondicionamiento preliminar, para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. En las mismas, también se da la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones psicomotrices.

- El educador ha de preparar un camino con obstáculos que tenga trayectorias rectas, curvas y en zigzag en su curso, y pregunta a los niños sobre las diferencias en el recorrido. Luego les orienta que seleccionen un tipo de paso para caminar a lo largo de cada una de ellas, y a una indicación los niños harán el recorrido. Esto puede convertirse en un juego haciendo salir temporalmente a aquellos que se equivoquen en el tipo de paso.
- Colocar objetos diversos dispersos por la clase y acordar con los niños los movimientos que harán para llegar a cada uno de ellos. Una vez puestos de acuerdo y a una señal del educador los niños harán el recorrido haciendo el movimiento previamente seleccionado para llegar a cada uno de ellos. Esto puede combinarse con una tarea de relaciones espaciales dándoles tarjetas que indique el camino a recorrer con flechas.
- El educador proporcionará a los niños cartulinas gruesas de un tamaño algo mayor que sus pies, y les pedirá que las pongan debajo de un pie como si fuera un patín. Después, a una indicación, les solicitará que se deslicen apoyando el pie en la cartulina. Hacer que lo hagan en línea recta, bordeando un objeto circular. Alternar situando la cartulina debajo del otro pie y hacer algunas acciones semejantes. A continuación el educador les da otra cartulina para que ambos pies se

apoyen en una, y les pide que se deslicen, que bailen, moviendo ambos pies, esto se puede acompañar de una música con distintos ritmos.

- Dispersar sillas por la clase, una por cada niño y poniendo música, el educador pide a los niños que caminen entre las sillas sin tocarlas ni tocarse entre sí. Cuando la música se detiene cada niño ha de buscar una silla y ha de “sentarse” sin que descansen en los glúteos (subirse en puntillas, acurrucarse de lado, apoyarse en las manos con el cuerpo balanceándose, reclinado en sus rodillas, entre otras posibilidades).
- El educador dará a cada niño un globo inflado y les solicita que caminen sosteniendo el globo con la mano lejos y al frente. Luego, a una señal, cada niño ha de seguir caminando pero con una forma diferente de sostener el globo a la anterior, como puede ser situar el globo entre las piernas, ponerlo bajo en brazo, ubicarlo bajo la barbilla, etc. con la condición de mantenerse siempre caminando. Esto se puede complicar haciendo parejas de niños, que deben llevar el globo caminando tocándolo cada uno con una parte de sus cuerpos sin que el globo se les vaya o uno de los niños pierda el contacto físico con el mismo.
- Poner a un niño de guía al centro de la clase y solicitarle que al compás de la música se de palmadas en una parte del cuerpo, por ejemplo, la frente, la cabeza, una oreja, en una rodilla, etc , para que los demás copien el movimiento de la misma forma. Cuando cese la música todos han de quedar estáticos en la posición en que están. Luego el educador les pregunta si creen que están en la misma posición que el niño guía. Si alguno afirma que sí llevarlo a donde está el niño guía y situar uno detrás del otro (los niños se percatarán de que mientras uno tiene la mano izquierda puesta en la oreja, el otro la tiene en la derecha, pues han copiado el movimiento en espejo). Hacerles ver que se dijo que hicieran “de la misma forma” el movimiento. Si alguno es capaz de decir que no están en la misma posición, preguntarle porqué y si es necesario hacer la comprobación.
- Dibujar marcas, cruces, o cualquier otra señal en el suelo y pedirles a los niños que se sitúen frente a ellas. Luego les pide que salten sobre la marca, y a cada palmada que él de ellos saltarán de una forma distinta a la anterior. En el caso de que los niños se queden sin alternativas, el adulto proveerá nuevos modelos para que vean que siempre se pueden encontrar nuevas maneras de hacerlo.
- Esta actividad puede llevarse a un juego competitivo haciendo equipos frente a las marcas para que los niños a sus indicaciones creen formas de saltar sobre las mismas, con la condición de que cada miembro del equipo no puede repetir ninguna de las formas anteriores que use otro compañero del equipo. Los niños que fallen irán saliendo

temporalmente del juego, ganando el equipo que, al final, tenga más niños sin eliminar.

- Esto también puede generalizarse al recorrido de un gran espacio en el que el educador les planteará que lo atraviesen caminando de todas las maneras posibles (yendo hacia delante, hacia detrás, dando pasos laterales, caminando a la pata coja, dando saltitos, etc.). Cada equipo seleccionará sus movimientos y a una indicación del educador atravesarán el área, cada niño caminando de una forma diferente, ganando aquel equipo que es más creador y termine el recorrido en el menor tiempo posible.
- Jugar con los niños a hacer movimientos difíciles y cómicos, como puede ser caminar con la nariz tan alto como se pueda, caminar con una oreja hacia abajo, ir caminando agachado con las manos apoyadas en las rodillas, hacer saltitos desplazándose hacia detrás, o caminar en cuclillas hacia atrás, etc., movimientos que suelen provocar hilaridad y elevar el tono emocional de los niños.
- El educador, tomando un par de bastones cortos en cada mano, y dándole igual número a cada niño, camina por la clase mientras los niños lo siguen, de pronto toca sus hombros con el extremo de los bastones para que los niños lo imiten, a continuación sigue caminando y toca el suelo con los bastones a cada lado de su cuerpo, más tarde se toca las rodillas, luego detrás de la espalda, acciones todas que los niños deben imitar. Cuando los niños tengan claro el principio de la actividad, pedirles que caminen y a cada palmada que él dé, ellos habrán de tocar con los bastones en distintas partes de su cuerpo de manera libre sin dejar de caminar.
- Hacer parejas de niños y darle un bastón a uno de ellos para que lo lance hacia arriba con las dos manos para que el otro niño lo atrape, éste a su vez cuando lo reciba lo volverá a lanzar hacia arriba de la misma manera para que el primer niño lo capture. Con esto puede hacerse un juego competitivo estableciendo que a la pareja que se le caiga el bastón sale del juego. También puede hacerse en otras posiciones, como es estando sentados.
- Hacer que los niños hagan movimientos en pareja, para acostumarlos a ponerse de acuerdo en acciones motoras. Un ejemplo es que, poniendo a dos niños uno de espaldas al otro se entrecrucen sus brazos, y a una indicación del educador echen a caminar en una dirección, por lo que un niño, que es el guía, lo hace hacia delante mientras que el otro es arrastrado, y luego intercambian los papeles. Esto también puede convertirse en un juego, poniendo dos líneas paralelas separadas cuatro o cinco metros una de la otra, situando a "las parejas" detrás de

una de ellas, y a una orden arrancar a caminar para llegar a la línea de meta sin caerse en el empeño.

- Enseñar a los niños a botar una pelota mediana, lo que implica golpearla hacia abajo, esperar a que rebote, y volverla a golpear. Para esto el educador señalará una distancia y a su final ubicará una caja, el niño a su señal comenzará a botar la pelota caminando o corriendo hacia la caja para depositar la pelota dentro de ella. Hacer un juego competitivo para ver que equipo de niños bota más y mejor. También salen del juego aquellos que “caminen con la bola” como en el baloncesto.
- También puede ejercitarse el patear la pelota con movimientos cortos para llevarla hasta una zona ubicada a distancia por la que el niño debe pasar la pelota. Procurar que lo hagan primero con un pie, luego con el otro, y finalmente una carrera alternado los pies para patear la pelota.

Actividad

- Activación de estructuras musculares de acciones de la psicomotricidad fina.

Objetivo

Mantener la estimulación propioceptiva de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

La motricidad fina de las extremidades superiores, particularmente manos y dedos, se ha de continuar estimulando en este trimestre, con el propósito de consolidar la destreza y precisión de movimientos, lo cual permite la realización de tareas psicomotrices complejas. El educador ha de repetir acciones psicomotrices de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunos movimientos mas complicados, así como introducir otras nuevas según considere pertinente. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- El educador elaborará laberintos en hojas de papel (u otras figuras que exijan precisión de movimientos finos) y se los entregará a los niños para que los rellenen a lápiz, pinturas o pinceles, procurando que ellos al hacerlo se mantengan dentro de los límites del espacio del trayecto del laberinto. También se les puede ofrecer hojas con círculos, cruces, óvalos u otras figuras geométricas de tamaño diminuto para que los punteen, marquen, circunvalen, etc.
- Utilizando un marcador de rueda dentada hacer figuras de puntos en un cartón o cartulina gruesa, para luego siguiendo la línea de puntos pintar con un lápiz o pincel el contorno de la figura obtenida.
- Darle plantillas y hojas de papel que contengan el contorno de figuras para que los niños las recorten con tijeras de punta roma, insistiendo el educador en que los niños sigan lo mejor posible el contorno de estas figuras. Ir reduciendo paulatinamente el tamaño de estas figuras, para obligarles a hacer cortes más precisos.
- El educador ha de enseñar a los niños a obtener figuras por simetría bilateral recortando con tijeras. Para ello les dará hojas de papel dobladas a la mitad para que recorten semicírculos o pequeños rectángulos que al abrirse la hoja muestran la figura completa. Una vez

que dominan esta actividad con figuras simples enseñarles como obtener otras más complejas como peces, figuras humanas, animales, entre otras.

- Hacer figuras de papel muy sencillas mediante cortes en las hojas que se les den. Una vez hechos los cortes analizar con los niños los resultados obtenidos.
- Darles a los niños hojas cuadradas de papel y enseñarles como hacer los dobleces para obtener objetos tan simples como un sombrero bicornio, uniendo las puntas de las figuras con goma de pegar para darle consistencia. Hacer también figuras simples como es un triángulo que vuela al ser lanzado, y más complejas, como hacer un vaso para tomar agua o un barco de papel.
- Poner a disposición de los niños un juego de carpintería, y enseñarles a serruchar pequeñas tablas, clavar dos listones entre sí, sacar un clavo con el martillo, medir una distancia con la cinta métrica (solamente la acción motora), y otras acciones que se le puedan ocurrir al educador, tareas todas que, además de estimular la motricidad fina, significan acciones instrumentales.
- El educador entregará figuras de estampar pequeñas a los niños para que con ellas hagan diseños diversos en una hoja de papel o cartulina grandes, tales como estampaciones para cubrir toda la hoja, hacer hileras, cenefas centrales formando flores, etc. Pueden usarse varias figuras para combinar los colores y obtener diseños más complejos. Las figuras obtenidas podrán rasgarse o recortarse y con ellas hacer otros diseños pegándolos en nuevas hojas.
- Hacer en tarjetas figuras de laberintos con un recorrido dibujado uniendo diversos puntos, darle a los niños una representación del laberinto para que ellos siguiendo el modelo reproduzcan la trayectoria usando un lápiz de punta gruesa. El educador procurará que el diseño del recorrido sea cada vez más complejo.
- El educador enseñará a los niños a hacer sellos de plastilina para imprimir sobre papel, para lo cual harán incisiones en su parte plana con la punta de un lápiz o el extremo del cabo de un pincel para hacer diversos diseños haciendo puntos, rayas, líneas curvas, etc. Luego los niños habrán de mojar el cuño en pintura tempera suavizada para hacer diferentes estampaciones sobre cartón, cartulina u hojas de papel.
- Darle a los niños juguetes pequeños transformables para que los armen y desarmen en su actividad libre de mesa.

- Igualmente ofrecerles para su actividad libre juguetes pequeños que exijan una precisión y destreza motriz fina para su realización, como son las cajas plásticas en que una pequeña bola rueda por un camino para llegar a una determinada posición y que obliga a los niños a hacer movimientos para impedir que se caigan por un orificio, entre otros muchos existentes en el mercado.

Las actividades modulares en el sexto año de vida introdujeron varios elementos distintivos que las diferencian de las anteriores, lo cual está dado por el mayor desarrollo psicomotor de los niños, sus habilidades motrices generales más consolidadas y una imaginación y creatividad más amplias. En este sentido las mismas incorporan un argumento narrativo en el desarrollo de las tareas psicomotrices y una mayor libertad para que los niños hagan los movimientos que deseen bajo la orientación del educador.

Es por ello que más que tareas motrices en sí mismas lo que hacen es realizar diversas acciones que se dirigen a acondicionar a los niños para la actividad, colaborar a su desarrollo físico general y perfeccionar las habilidades psicomotrices ya adquiridas, y donde el juego de movimiento puede ubicarse al final del módulo o formar parte de cada una de las acciones.

El educador podrá a su vez dentro del módulo incorporar cualquiera de las actividades de contenidos específicos que considere enriquecen el módulo o colaboran a la estimulación que se pretende hacer con el mismo.

Actividad

- Estimulación del caminar, la carrera, el lanzamiento.

Objetivo

Activar conexiones nerviosas entre distintas habilidades psicomotrices generales.

Metodología

- El educador orienta a los niños que caminen y corran por los extremos de la clase o los bordes del área de actividades, hacia el centro y vuelvan a caminar y correr a los extremos, con movimientos libres.
- Después de hacer esto, coloca dispersos en la clase objetos duros y blandos y solicita a los niños que sigan caminando y corriendo, y que se pongan duros o blandos de acuerdo con el objeto que toquen, los niños decidirán por sí mismos como ponerse de una forma u otra.
- A una indicación, los niños se unen en grupo y caminan juntos hacia diferentes lugares, hacia atrás, hacia delante, a uno y otro lado, etc.
- Mientras los niños hacen el movimiento anterior, sitúa bancos, tablas inclinadas, bolsas rellenas, etc. en la clase y les orienta caminar por encima de estos materiales, a su vez los niños pueden seleccionar algunos objetos y colocarlos en los bancos, tablas, etc.
- Jugar a "Pasa la pelota" en donde el educador entrega a cada niño una pelota mediana para que hagan lo que deseen con la misma (rebotarla en el suelo o la pared, lanzarla a otro niño, hacia arriba, rodarla, etc.). Luego retira la mayor parte de las pelotas dejando solamente cuatro o cinco y les propone que todos jueguen con esas pelotas (los niños decidirán como), después deja solo dos y les plantea hacer algo con ellas, cuando lo hagan retira una y les dice que sigan jugando todos con esa única pelota, con la intención de que sigan creando acciones para jugar. Termina la actividad devolviendo a cada niño su pelota y que juegue libremente como desee.

Actividad

- Estimulación de cuadrupedia, salto sobre obstáculos y rodamiento.

Objetivo

Activar percepción propioceptiva de estas habilidades generales.

Metodología

- El educador distribuye a cuatro o cinco niños del grupo objetos diferentes. Les solicita caminar dispersos por la clase. A una indicación del educador, caminan detrás de un niño que lleva uno de los objetos, alternando caminar dispersos con seguir a cualquiera de los niños que tenga un objeto.
- Caminando dispersos, el educador orienta a los niños que se enlacen en parejas, tríos o pequeños grupos sin dejar de caminar. A otra indicación vuelven a dispersarse para regresar de nuevo a formar parejas, etc., alternando andar solos y con otros según se les diga.
- Se les entregan cuerdas, cintas, bolsas, aros y otros materiales para que con ellos los niños formen caminos rectos, curvos, ondulados, poniendo las cuerdas a determinada altura para que las pasen en cuadrupedia de manera libre (de frente, de espalda, por arriba, por debajo, etc.).
- Luego saltan sobre los objetos que están dispersos en la clase o área de actividades, de manera individual, en parejas, tríos o pequeños grupos, como los niños seleccionen.
- El educador organiza varios equipos, y a cada equipo les da una pelota y un bastón. Los equipos se sitúan detrás de una línea y a cinco metros se traza otra que ha de ser la meta. A una indicación, el primer niño de cada equipo rueda la pelota golpeándola con el bastón hasta la meta, luego corre y entrega bastón y pelota al segundo niño del equipo que ejecutará la misma acción. Aunque no sea una exigencia el educador ha de estimular a que cada niño la ruede de forma distinta. Gana el equipo que mejor y más rápido completan la tarea.

Actividad

- Utilización de diversos materiales en una misma actividad psicomotriz.

Objetivo

Establecer conexiones nerviosas entre acciones y objetos en las habilidades psicomotrices generales.

Metodología

- El educador se sitúa en el medio de la clase con un instrumento sonoro en la mano y a sus laterales a una corta distancia pone a los niños a los que orienta mantener sus ojos cerrados. Al golpe del instrumento, éstos irán hacia donde lo escuchan, caminando lentamente sin abrir los ojos, y cuando los niños casi hayan llegado, el educador cambia de posición y vuelve a sonar el instrumento para que los niños vuelvan a ir hacia el sonido. Esto se hará varias veces.
- Distribuir a los niños por parejas y entregarles una cuerda a cada una para que cada niño la sujete por un extremo. A una señal las parejas se desplazan sin soltar la cuerda con movimientos libres (caminando, trotando, saltando, etc.). A otra indicación se detienen y mueven la cuerda hacia diferentes posiciones (hacia arriba, hacia abajo, al frente, a uno y otro lado).
- El educador distribuye varios aros por el suelo, para que los niños, sin soltarse de la cuerda con su pareja, lo pasen de diferentes formas (entrando y saliendo, bordeándolos, etc.) Con la cuerda pueden ir haciendo los movimientos que quieran.
- A continuación soltando las cuerdas en el suelo, cogen el aro del suelo, llevándolo a diferentes partes del cuerpo, haciendo diversos movimientos por propia iniciativa. A su vez pasan por las cuerdas de la manera que lo deseen.
- Con bastones que les da el educador, y usando también las cuerdas, hacen diferentes movimientos con los aros.
- Finalmente, con aros, cuerdas y bastones hacen un camino, un puente, etc., poniéndose en pequeños grupos, y realizan distintos movimientos con estos materiales, ejecutando juegos de recorrido.

Actividad

- Asimilación visual y repetición de movimientos.

Objetivo

Entrenar a los niños a copiar movimientos por modelos visuales.

Metodología

- El educador señala a un niño para que sirva de guía y los demás han de seguir e imitar todos los movimientos que aquel haga. A una indicación se dispersan y entonces el educador señala a otro niño, que será ahora el guía, y al cual los demás han de seguir haciendo las mismas acciones anteriores.
- A continuación el educador orienta a los niños que formen parejas y a una señal uno imita los movimientos que hace el otro, desplazándose de diferentes formas por la clase. Después de algunas repeticiones se cambia el rol de guía.
- Colocando aros, bastones, cuerdas y pelotas, el educador sugiere a los niños que cada uno seleccione el objeto que desee y que a una señal se agrupen los que tienen los mismos materiales. Repetir esta acción varias veces. Después orientarles para que a su señal suelten los objetos que han tenido y agarren uno distinto, y tan pronto lo tengan, agruparse por materiales como antes, repitiendo esta acción mientras dure la motivación.
- Con estos materiales los niños construirán un camino dejando espacios, para que a una indicación se desplacen entre los objetos, realizando movimientos por propia iniciativa.
- Finalmente el educador introduce cualquiera de los juegos de movimiento que los niños ya conocen (pueden tomarse del último trimestre del quinto año) y al acabar, hacer una recuperación caminando suave hasta sentarse.

Actividad

- Estimulación de la cuadrupedia, la caminata y correr.

Objetivo

Metodología

- El educador utilizando unas claves, indica a los niños que caminen de acuerdo con el ritmo del golpeteo, rápido para correr, o lento para caminar. Tras varias repeticiones les indica detenerse frente a él.
- Entonces orienta hacer flexión del tronco a un lado y otro. Tras varias repeticiones cambiar a flexión para tocar la punta de los pies, con las piernas abiertas y cerradas. Una vez hechas, llevar los brazos arriba y abajo incorporando las acciones que deseen (dar palmadas, agitarlos, hacer empujes, etc.).
- Sentados los niños, hacer flexión a tocarse la punta de los pies. Tras hacer esto varias veces, acostarse boca arriba y a cada señal, "hacer fuerza con la barriga" para irse a tocar la punta de los pies nuevamente varias veces.
- Estado de pie los niños, indicarles caminar con la punta de los pies, los talones, elevando las rodillas hacia un lado, hacia el otro y volver a caminar normal, repitiendo varias veces la serie de movimientos.
- Estimular a los niños a hacer cuadrupedias diversas: hacia delante, hacia atrás, pasando un niño entre las piernas del otro, por encima de sus piernas, pasando entre cuerdas y otros objetos, por encima de muros, bancos, tablas o planos inclinados, etc.
- Finalmente el educador sitúa a los niños a unos siete-ocho metros de una línea final trazada en el suelo y a una señal salen caminando llevando en la cabeza una bolsa que el educador previamente les ha entregado. Al llegar a la línea regresan al punto de partida desplazándose en cuadrupedia con la bolsa a la espalda. El educador puede formar equipos de niños, ganado el equipo que completa los recorridos y menos veces se les cae la bolsa al suelo.

Actividad

- Incentivación del lanzamiento y la carrera.

Objetivo

Estimulación de habilidades psicomotrices generales en oposición de extremidades.

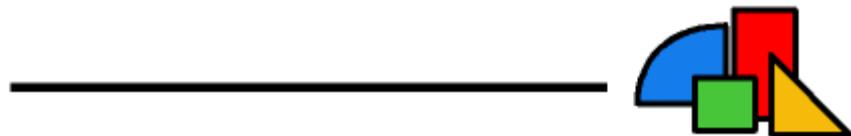
Metodología

- El educador tocará un instrumento musical mientras que los niños, siguiendo el ritmo, alternan caminar y correr hasta detenerse cuando cese del sonido. Entonces levantan los brazos lateralmente de la forma que lo deseen: los dos a la vez, uno para arriba y otro para abajo, haciendo círculos, etc.
- Estando los niños de pie, indicarles hacer flexión del tronco hacia el frente, hacia atrás, a uno y otro lado. Al detenerse, llevar una pierna extendida al frente, atrás, a un lado, y alternar con la otra. Luego el educador les orienta comenzar a caminar de nuevo, alternando punta de pies con caminata normal.
- De una cesta que el educador ha colocado previamente en el centro de la clase, cada niño coge un objeto que sirva para lanzar, para que lo lancen y capturen con las dos manos, en parejas, tríos o pequeños grupos y también de manera individual, como los niños deseen hacer.
- A una señal cada niño coloca los objetos en el suelo, bien separados y dispersos unos de otros. A otra señal corren hacia los diferentes objetos y al pasar se flexionan para tocarlo sin dejar de correr y al regreso hacerlo de nuevo bordeando los objetos.
- Luego hacen un círculo a unos dos-tres metros de la cesta y tomando los objetos los lanzan para que caigan dentro de la cesta, con movimientos libres de lanzamiento: con dos manos, con una por arriba, con una por debajo, de espaldas, etc.
- El educador sitúa dispersos por el área de actividades o la clase, bancos, tablas en dos puntos de apoyo, cajones gimnásticos, etc., que representan "los árboles". De inmediato selecciona un niño para que sea "el cazador", que tendrá a su alcance bolsas llenas de un material suave en una cesta, a este niño lo coloca en el centro de la clase. A

una señal, y desde los extremos de la clase salen los niños a caminar dispersos, para que a otra señal el cazador los persiga arrojándoles las bolsas. El niño tocado ha de caer al suelo y acostarse, pues ha sido "cazado". Cambiar de niño guía y repetir el juego mientras dure la motivación.



Actividades para niños en el tercer trimestre escolar



En el tercer trimestre escolar se cumplen los objetivos particulares de la psicomotricidad en el sexto año de vida y en su sentido más general, los correspondientes a la etapa preescolar, concebida en este material como sistema de influencias educativas del primero al sexto año.

El educador ha de tener en cuenta que todos los niños del grupo deben haber alcanzado los logros del desarrollo correspondientes al año y la etapa, por lo que las actividades de contenidos específicos de los dos trimestres anteriores se han de continuar realizando, pues las mismas están concebidas para todo el año de vida, pudiendo si lo estima conveniente, agregarles un mayor nivel de complejidad a algunas de ellas de acuerdo con su criterio pedagógico y las necesidades del desarrollo de los niños.

Las actividades modulares también presentan variantes en este trimestre escolar, que pueden enriquecerse con contenidos de las actividades específicas, si bien los plasmados en los dos trimestres previos pueden continuarse llevando a cabo si así el educador lo estima conveniente.

Actividad

- Realización de acciones instrumentales complejas.

Objetivo

Utilizar instrumentos de diversa complejidad para estimular nuevas conexiones nerviosas y consolidar las anteriores.

Metodología

Las acciones con instrumentos han venido desarrollándose ininterrumpidamente desde el segundo año de vida, dándose un mayor nivel de complejidad según se avanzó cronológicamente, tanto en lo referente a los movimientos de la motricidad fina indispensables para realizarlas como de la propia acción intelectual que el instrumento mediatiza.

En el último trimestre del quinto año de vida se planteó continuar la ejercitación de las acciones instrumentales complejas, y que incluían el uso de instrumentos de gran complejidad, tales como ordenadores, juegos electrónicos, grabadoras, relojes digitales y cámaras fotográficas, entre otros muchos, que podían formar parte del juego investigativo e imaginativo de los niños, en una variedad de situaciones diferentes, así como en la solución de problemas de la vida cotidiana.

En los dos primeros trimestres del sexto año, se continuó haciendo estas acciones complejas, particularmente utilizando el ordenador y otras divisas electrónicas, en tareas computarizadas donde los objetivos referentes a las relaciones espaciales y los correspondientes al esquema corporal, se traten de manera conjunta, para reforzar lo que se hace a través de las actividades de contenidos específicos. Estas tareas han de mantenerse en este tercer trimestre con las mismas consideraciones.

El hecho de que se plantee el uso del ordenador como una principal tarea instrumental, no exime que el educador seleccione objetos reales en los que se plantee esta acción, y que pueden usarse en las actividades de la rutina diaria, el juego y las propias actividades pedagógicas psicomotrices, como es el utilizar juegos de construcción complejos en los que se usen instrumentos, juguetes como grúas, mecanos, transformers, kits de oficios o profesiones (carpintero, médico, constructores).

Actividad

- Utilización de relaciones espaciales con puntos de referencia.

Objetivo

Reforzar las nociones espaciales a partir de otros puntos de referencia además del cuerpo, a escala normal y reducida.

Metodología

Desde el quinto año se enfatizó la utilización de otros puntos de referencia además del cuerpo en la asimilación de las nuevas relaciones espaciales, tanto en escala natural como reducida, mediante el uso de plantillas, hojas de papel, etc. En este sexto año se ha de insistir en tal utilización reducida, particularmente mediante el uso de planos y esquemas.

- Utilizar planos en los que se reflejen algunos detalles geográficos de una localidad pequeña (en los que se dibujen calles, parques, casas, semáforos, una iglesia, entre otros) para que los niños, a una indicación del educador, ubiquen objetos reales pequeños o figuras diversas de cartón que representen coches, autobuses, animales, personas, puentes, vallas, etc., en dicho plano, tal como situar un coche detrás de la casa, que una persona esté dentro de la casa de la esquina más cercana, ubicar a un policía dirigiendo el tránsito hacia la izquierda de la avenida, que el autobús vaya por la calle principal y se ubique al lado derecho del parque, que el puente lo sitúen "lejos" sobre el río, que la valla la coloquen delante de la iglesia, y así con todas las posibles variantes de ubicación espacial (arriba-abajo, cerca-lejos, dentro-fuera, al lado derecho-al lado izquierdo, delante-detrás, etc.). El educador ha de tener presente que todos los niños tengan la posibilidad de ubicar al menos una figura en el plano de la ciudad.
- Darles a los niños el mismo plano en una hoja de papel o cartulina pequeña y las figuras representativas necesarias, para que ellos, sentados a sus mesas y a una indicación del educador, ubiquen en sus hojas las figuras de acuerdo con sus indicaciones "Vamos a colocar a un niño jugando detrás de la fuente que está en el parque", "Situación un coche frente al garaje", "Poner al caballito y el perro alrededor de la casa", y así otras ubicaciones espaciales que se le puedan ocurrir, y que los niños resuelvan trabajando en el plano reducido de la hoja de papel o la cartulina.

- Darles estos planos y figuras a los niños para que en su juego libre, y por propia iniciativa, ejerciten estas relaciones espaciales.
- Sentados a sus mesas, el educador les da a los niños variados objetos pequeños y les orienta ubicar unos respecto a los otros (arriba, debajo, cerca, lejos, junto a, encima, etc.), en indicaciones tales como "Poner un árbol en el centro, colocar la naranja que se cayó a la izquierda del árbol", "El niño lanza la pelota y cae delante de la casa", "Situarse al caballito junto al coche", y otras por el estilo, tratando de hacer cada vez más complejas estas relaciones espaciales.
- Sentados los niños a sus mesas, el educador le da representaciones de objetos y sus sustitutos (fichas de color, cubos, figuras sin forma definida, para que en el plano reducido de una hoja de papel las ubiquen de acuerdo con sus indicaciones. El educador puede usar una pizarra para sus ubicaciones para que los niños las reproduzcan en sus hojas de papel, tanto con las representaciones de los objetos como con sus sustitutos.
- Presentarle a los niños una maqueta con barcos grandes y pequeños, de distintas formas, navegando en el mar. El educador dará a los niños un plano en que se señalan los puntos en que están situados los barcos. Luego señala en su plano el barco que el niño debe hundir, retirando de la maqueta el barco seleccionado.
- Usar una maqueta de una casa de muñecas de juguete en la que se destaquen los muebles de una sala en particular, por ejemplo, el salón de la casa. El educador entrega a los niños un plano reducido al 50% con las formas de los muebles y el lugar donde se encuentran ubicados. Entonces "esconde" un pequeño objeto debajo de uno de los muebles y les pide a los niños que indiquen en su plano dicha ubicación, hacer esto con variadas posiciones. Cuando dominen esta habilidad de interpretar en su plano la ubicación seleccionada, el educador trabajará la operación inversa, señalar en su plano el lugar donde está el objeto (que previamente ha escondido fuera de la vista de los niños), para que éstos pasen a la maqueta a "encontrar" el objeto en la ubicación correcta.
- Enseñar a los niños a establecer un ordenamiento determinado de objetos en el espacio, empezando por un orden lineal de tipo horizontal de izquierda a derecha, y luego vertical, de arriba hacia abajo. Para esto el educador les dará a los niños objetos iguales a los que él posee, para que ellos repitan con sus objetos el orden lineal que les presenta (reproducción objeto-objeto), trabajando siempre en dos planos diferentes (para evitar que los niños hagan solamente una correspondencia uno a uno) y tampoco en una misma línea para evitar reproducciones en espejo.

- Una vez que los niños dominan la reproducción objeto a objeto diferentes, darles otros que se diferencien solamente por una cualidad, como flores en un jarrón, de igual color y tamaño pero que se diferencian por la forma, bolos de igual forma y tamaño pero de distinto color, etc. El educador entonces hace el orden con sus objetos y los niños lo reproducen con los suyos situándolos en una hoja de papel o cartulina alargada y estrecha.
- En un tercer nivel de dificultad, el educador hace un orden lineal con cualquier tipo de objetos que difieran en una sola cualidad (flores iguales que diferencian por el color), para que los niños utilizando fichas del color correspondiente, reproduzcan el orden con sus sustitutos. Cuando ya los niños aprendan a hacer sus modelos guiándose por el orden que les señaló el educador, éste suprime su modelo, le da a los niños las flores, y les pide que, siguiendo sus propios modelos elaborados por ellos, reproduzcan el orden en que estaban antes las representaciones de las flores.
- Para preparar a los niños para estos órdenes espaciales complejos, el educador puede trabajar primero haciendo solamente parejas de figuras: una flor roja-una azul, una ficha roja-una ficha azul, tríos (flor roja-azul-amarilla, sustituto rojo-azul-amarillo; cuartetos, y así sucesivamente, hasta completar un orden lineal de hasta siete-ocho elementos. El educador ha de recordar que estas ubicaciones las ha de ejercitar tanto en sentido horizontal como vertical.
- Lograda la consolidación de la reproducción objeto-objeto (real y con sustituto), se ha de introducir una mayor complejidad, utilizando elementos que se repiten, alternando en distintas formas. Por ejemplo, usando cilindros de determinado tamaño y bloques menores redondos (tres o cuatro de un tipo, el resto del otro) el educador sigue los mismos pasos previamente conocidos, pero ahora con estos objetos que se repiten:
 - (a) Reproducción objeto-objeto: Los niños repiten la serie con objetos iguales a los usados por el educador.
 - (b) Reproducción con sustitutos similares al objeto.
 - (c) A partir del modelo, reproducir la serie original.

Una vez que los niños conocen bien la reproducción con los objetos reales y sustitutos de una serie de elementos que se repiten, llevar esta tarea a un plano reducido usando hojas de papel o cartulina alargadas, y donde el educador realiza las mismas operaciones anteriormente ejercitadas, pero ahora en el plano más pequeño.

- El educador hace una cruz con tiza en el centro de la clase y allí sitúa a un niño o un pequeño grupo. Luego les da una tarjeta en la que aparece un rectángulo (o cuadrado si la clase tiene esa forma) en que aparece la marca del suelo y una flecha señalando en una dirección (a la derecha, o izquierda, hacia delante o detrás). Luego les indica que ellos han de dar un número de pasos (de uno hasta cinco) en la dirección que indica la flecha y detenerse allí. Hacer esto con todos los niños, que quedarán ubicados en la clase en las distintas posiciones indicadas por las flechas. Cuando todos los niños estén situados, introducir algún tipo de juego a partir de estas posiciones.
- Una vez asimiladas las direcciones en el espacio real mediante flechas, darles a los niños un plano en el que siguiendo la dirección de las flechas reproduzcan en una hoja de papel un camino o carretera, por el que luego pueden pasar pequeños coches (de objetos reales o sus representaciones). Esta reproducción puede hacerse con líneas, tiras de cartón, bloques, o cualquier otro objeto o figura que posibilite hacer un camino.
- Esta actividad se puede hacer grupal una vez consolidadas las relaciones espaciales en el plano reducido. Para ello el educador coloca distintos puntos de orientación en la clase, bien separados unos de otros: una casa, un árbol, un lago, una montaña, la entrada de un parque, etc. Luego divide a los niños en grupos pequeños y a cada uno les da una tarjeta donde está el esquema del tramo de carretera que debe construir: de la casa al árbol, del árbol al lago, el puente sobre el lago, etc. Al final habrán construido todo el camino entre los puntos y el educador puede entonces introducir un juego de movimiento a partir de estas ubicaciones.
- El educador distribuirá entre los niños encajes geométricos (bases con orificios simétricos para que los niños inserten piezas) y, sentados a sus mesas, les da tarjetas en las que aparecen figuras formadas por cambios de direcciones para que guiándose por ellas los niños las reproduzcan con sus piezas en la base de inserción. Los esquemas representados en las tarjetas han de seguir el siguiente orden de complejidad:
 - (a) La reproducción más exacta de la realidad (una copia de todo el encaje geométrico, aunque más reducida), con todos sus círculos dibujados y rellenados de color aquellos que indican la dirección.
 - (b) La reproducción exclusivamente de los círculos rellenados que indican la dirección.
 - (c) El simple esquema de una línea continua que indica la dirección.

Actividad

- Ejercitación de las relaciones temporales.

Objetivo

Mantener la activación sistemática de la comprensión de la sucesión de acontecimientos.

Metodología

En el sexto año de vida los niños tienen un apreciable dominio de los tiempos presente y pasado, y aunque utilizan el futuro no es inusual todavía que presenten algunas dificultades en este caso temporal, por lo que en las actividades psicomotrices se ha de priorizar este tiempo.

La estructuración del tiempo y las relaciones temporales han sido un contenido habitual desde los primeros años y que los niños aprenden en las acciones de la vida cotidiana, a lo que suman actividades pedagógicas más específicas desde el quinto año con este contenido de la psicomotricidad, para consolidar el uso y conocimiento de relaciones temporales complejas, que ahora en el sexto año se han de continuar reforzando para que los niños adquieran el concepto verdadero de la temporalidad de una manera natural, pero ya con un propósito definido por el educador.

Estas actividades pedagógicas psicomotrices específicas dirigidas a la estructuración temporal han de hacerse en cualquier momento de la rutina diaria, sin crear para las mismas condiciones especiales de realización.

- El educador cada mañana ha de continuar dialogando con los niños a su llegada al centro infantil, sobre las experiencias acaecidas desde que dejaron el centro infantil el día anterior (o días antes si fuera el fin de semana). Esto podrá hacerlo con varios niños a la vez, para hacerles intercambiar las experiencias, y procurando que ellos establezcan la secuencia de los eventos que relatan.
- Después de este recuento inicial, el educador hará pequeños grupos para preguntarles a los niños qué piensan hacer en el día, a qué van a jugar, con quién, qué les interesa hacer, y cuándo, para que los niños elaboren un plan mental de las acciones que van a hacer en el tiempo de su permanencia en el lugar.

- Al finalizar la rutina diaria, reunir al grupo y hacer el recuento de todo lo que han hecho en el día, tratando de que organicen secuencialmente su relato y los califiquen con los modos temporales "Por la mañana lo primero que hice fue...", "Más tarde, al mediodía me puse a...", "Temprano, cogí mis materiales e hice...", y otras frases por el estilo. Con algunos niños ejemplificar haciendo que relaten secuencialmente todas las actividades que hicieron una a una en el día.
- Seguir utilizando el calendario del clima para valorar el tiempo ese día y compararlo con el de los anteriores, sobre la base de las señales distintivas de cada evento atmosférico (lluvia, sol, nubes, etc.), que les corresponden.
- Ejercitar el conocimiento de los días de la semana y de actividades relacionadas con los mismos. En el sexto año ya los niños han de aprender bien su nomenclatura y su diferenciación.
- Hacer actividades en las que los niños tengan que describir el proceso de una actividad en su secuencia, por ejemplo, qué se hace cuando se levantan, o qué pasos hay que dar para hacer una actividad de dibujo, o cuál es la rutina del centro infantil, etc.
- El educador le dará al niño hasta cuatro tarjetas en las que se refleja la secuencia de un grupo de acciones de la vida cotidiana en la casa o en el centro infantil para que las coloque en un orden cronológico, y explique porqué considera que han de ir así.
- Reflejar en una serie de tarjetas de hasta cuatro elementos la secuencia de un fenómeno natural (como puede ser el surgimiento de una planta a partir de una semilla), físico (el derretimiento de un bloque de hielo a causa del calor del sol), social (la realización de una actividad festiva local), etc., para que los niños interioricen que la continuidad del tiempo afecta a todas las cosas de su mundo circundante y no sólo a sí mismo.
- Buscar objetos iguales o diferentes nuevos y usados, y compararlos entre sí, para delimitar porqué se sabe que algo es viejo o nuevo, usado o no, inservible o todavía utilizable, lo cual puede unirse a contenidos de formación de valores y ecológicos.
- Presentar a los niños videos de momentos presentes, pasados o futuros, y analizar con ellos porqué son así, qué cambios se han producido o se van a producir, en qué tiempo, etc.
- Presentarles a su vez diapositivas, dibujos, videos cortos en los que se refleje una historia (un cuento, una narración) para que los repitan en el orden secuencial en que aparecieron reflejados.

Actividad

- Acondicionamiento y ejercitación de planos musculares conjugados con movimientos relacionados con el esquema corporal.

Objetivo

Continuar la estimulación propioceptiva de músculos y planos musculares que intervienen en las habilidades psicomotrices generales, a partir del esquema corporal.

Metodología

Estas tareas de contenidos específicos pueden ser incluidas por el educador en la elaboración de las actividades modulares como acciones de acondicionamiento preliminar, para el desarrollo físico general o como juegos motrices en su parte final. En las mismas, también se da la ejercitación del conocimiento de la imagen corporal y las potencialidades del cuerpo para realizar diversas acciones psicomotrices.

- El educador ha de preparar un camino con obstáculos que tenga trayectorias rectas, curvas y en zigzag en su curso y pregunta a los niños sobre las diferencias en el recorrido. Luego les orienta que seleccionen un tipo de paso para caminar a lo largo de cada una de ellas, y a una indicación los niños harán el recorrido. Esto puede convertirse en un juego haciendo salir temporalmente a aquellos que se equivoquen en el tipo de paso.
- Colocar objetos diversos dispersos por la clase y acordar con los niños los movimientos que harán para llegar a cada uno de ellos. Una vez puestos de acuerdo y a una señal del educador, los niños harán el recorrido haciendo el movimiento previamente seleccionado para llegar a cada uno de ellos. Esto puede combinarse con una tarea de relaciones espaciales dándoles tarjetas que indique el camino a recorrer con flechas.
- El educador proporcionará a los niños cartulinas gruesas de un tamaño algo mayor que sus pies y les pedirá que las pongan debajo de un pie como si fuera un patín. Luego, a una indicación, les solicitará que se deslicen apoyando el pie en la cartulina. Hacer que lo hagan en línea recta, bordeando un objeto circular. Alternar situando la cartulina debajo del otro pie y hacer algunas acciones semejantes. A continuación el educador les da otra cartulina para que ambos pies se

apoyen en una y les pide que se deslicen, que bailen, moviendo ambos pies, esto se puede acompañar de una música de distintos ritmos.

- Dispersar sillas por la clase, una por cada niño y poniendo música, le pide que caminen entre las sillas sin tocarlas ni tocarse entre sí. Cuando la música se detiene cada niño buscará una silla y ha de “sentarse” sin que descansen en los glúteos (subirse en puntillas, acurrucarse de lado, apoyarse en las manos con el cuerpo balanceándose, reclinado en sus rodillas, entre otras posibilidades).
- El educador dará a cada niño un globo inflado y les solicita que caminen sosteniendo el globo con la mano lejos y al frente. Luego, a una señal, cada niño ha de seguir caminando pero con una forma diferente de sostener el globo a la anterior, como puede ser situar el globo entre las piernas, ponerlo bajo el brazo, ubicarlo bajo la barbilla, etc. con la condición de mantenerse siempre caminando. Esto se puede complicar haciendo parejas de niños, que deben llevar el globo caminando tocándolo cada uno con una parte de sus cuerpos sin que el globo se les vaya o uno de los niños pierda el contacto físico con el mismo.
- Poner a un niño de guía al centro de la clase y solicitarle que al compás de la música se de palmadas en una parte del cuerpo, por ejemplo, la frente, la cabeza, una oreja, en una rodilla, etc., para que los demás copien el movimiento de la misma forma. Cuando cese la música todos han de quedar estáticos en la posición en que están. Luego el educador les pregunta si creen que están en la misma posición que el niño guía. Si alguno afirma que sí llevarlo a donde está el niño guía y situar uno detrás del otro (los niños se percatarán de que mientras uno tiene la mano izquierda puesta en la oreja, el otro la tiene en la derecha, pues han copiado el movimiento en espejo). Hacerles ver que se dijo que hicieran “de la misma forma” el movimiento. Si alguno es capaz de decir que no están en la misma posición, preguntarle porqué y si es necesario hacer la comprobación.
- Dibujar marcas, cruces o cualquier otra señal en el suelo y pedirles a los niños que se sitúen frente a ellas. Luego solicitarles que salten sobre la marca y a cada palmada que él de, ellos saltarán de una forma distinta a la anterior. En el caso de que los niños se queden sin alternativas, el adulto proveerá nuevos modelos para que vean que siempre se pueden encontrar nuevas maneras de hacerlo.
- Esta actividad puede llevarse a un juego competitivo haciendo equipos frente a las marcas para que los niños a sus indicaciones creen formas de saltar sobre las mismas, con la condición de que cada miembro del equipo no puede repetir ninguna de las formas anteriores que use otro

niño del equipo. Los niños que fallen irán saliendo temporalmente del juego, ganando el equipo que al final tenga más niños sin eliminar.

- Esto también puede generalizarse al recorrido de un gran espacio en el que el educador les planteará que lo atraviesen caminando de todas las maneras posibles (yendo hacia delante, hacia detrás, dando pasos laterales, caminando a la pata coja, dando saltitos, etc.). Cada equipo seleccionará sus movimientos y a una indicación del educador atravesarán el área, caminando cada niño de una forma diferente, ganando aquel equipo que es más creador y termine el recorrido en el menor tiempo posible.
- Jugar con los niños a hacer movimientos difíciles y cómicos, como puede ser caminar con la nariz tan alto como se pueda, caminar con una oreja hacia abajo, ir caminando agachado con las manos apoyadas en las rodillas, hacer saltitos desplazándose hacia detrás, o caminar en cuclillas hacia atrás, etc., movimientos que suelen provocar hilaridad y elevar el tono emocional de los niños.
- El educador, tomando un par de bastones cortos en cada mano, y dándole igual número a cada niño, camina por la clase mientras los niños lo siguen, de pronto toca sus hombros con el extremo de los bastones para que los niños lo imiten, a continuación sigue caminando y toca el suelo con los bastones a cada lado de su cuerpo, más tarde se toca las rodillas, luego detrás de la espalda, acciones todas que los niños deben imitar. Cuando los niños tengan claro el principio de la actividad, pedirles que caminen y a cada palmada que él dé, ellos habrán de tocar con los bastones en distintas partes de su cuerpo de manera libre sin dejar de caminar.
- Haciendo parejas de niños, darle un bastón a uno de ellos para que lo lance hacia arriba con las dos manos y el otro niño lo atrape; éste a su vez, cuando lo reciba, lo volverá a lanzar hacia arriba de la misma manera para que el primer niño lo capture. Con esto puede hacerse un juego competitivo estableciendo que a la pareja que se le caiga el bastón sale del juego. También puede hacerse en otras posiciones, como es estando sentados.
- Hacer que los niños hagan movimientos en pareja, para acostumarlos a ponerse de acuerdo en acciones motoras. Un ejemplo es que, poniendo a dos niños uno de espaldas al otro se entrecrucen sus brazos, y a una indicación del educador echen a caminar en una dirección, por lo que un niño, que es el guía, lo hace hacia delante mientras que el otro es arrastrado, y luego intercambian los papeles. Esto también puede convertirse en un juego, poniendo dos líneas paralelas separadas cuatro o cinco metros una de la otra, situando a "las parejas" detrás de

una de ellas y a una orden empezar a caminar para llegar a la línea de meta sin caerse en el empeño.

- Enseñar a los niños a botar una pelota mediana, lo que implica golpearla hacia abajo, esperar a que rebote y volverla a golpear. Para esto el educador señalará una distancia y a su final ubicará una caja, el niño a una señal comenzará a botar la pelota caminando o corriendo hacia la caja para depositar la pelota dentro de ella. Hacer un juego competitivo para ver que equipo de niños bota más y mejor. También salen del juego aquellos que “caminen con la bola” como en el baloncesto.
- También puede ejercitarse el patear la pelota con movimientos cortos para llevarla hasta una zona ubicada a distancia por la que el niño debe pasar la pelota. Procurar que lo hagan primero con un pie, luego con el otro y finalmente una carrera alternado los pies para patear la bola.

Actividad

- Activación de estructuras musculares de acciones de la psicomotricidad fina.

Objetivo

Mantener la estimulación propioceptiva de la musculatura fina de manos y dedos.

Metodología

La motricidad fina de las extremidades superiores, particularmente manos y dedos, se ha de continuar estimulando en este trimestre, con el propósito de consolidar la destreza y precisión de movimientos, lo cual permite la realización de tareas psicomotrices complejas. El educador ha de repetir acciones psicomotrices de otros trimestres anteriores que persigan estos objetivos, añadiendo algunos movimientos más complicados, así como introducir otras nuevas según considere pertinente. Las actividades a realizar pueden ser, entre otras:

- El educador elaborará laberintos en hojas de papel (u otras figuras que exijan precisión de movimientos finos) y se los entregará a los niños para que los rellenen con lápiz, pinturas o pinceles, procurando que ellos al hacerlo se mantengan dentro de los límites del espacio del trayecto del laberinto. También se les puede ofrecer hojas con círculos, cruces, óvalos u otras figuras geométricas de tamaño diminuto para que los punteen, marquen, circunvalen, etc.
- Utilizando un marcador de rueda dentada hacer figuras de puntos en un cartón o cartulina gruesa, para luego siguiendo la línea de puntos pintar con un lápiz o pincel el contorno de la figura obtenida.
- Darle plantillas y hojas de papel que contengan el contorno de figuras para que los niños las recorten con tijeras de punta roma, insistiendo el educador de que los niños sigan lo más posible el contorno de estas figuras. Ir reduciendo paulatinamente el tamaño de estas figuras, para obligarles a hacer cortes más precisos.
- El educador ha de enseñar a los niños a obtener figuras por simetría bilateral recortando con tijeras. Para ello les dará hojas de papel dobladas a la mitad para que recorten semicírculos o pequeños rectángulos que al abrirse la hoja muestran la figura completa. Una vez

que dominan esta actividad con figuras simples enseñarles como obtener otras más complejas como peces, figuras humanas, animales, entre otras.

- Hacer figuras de papel muy sencillas mediante cortes en las hojas que se les den. Una vez hechos los cortes analizar con los niños los resultados obtenidos.
- Darles a los niños hojas cuadradas de papel y enseñarles cómo hacer los dobleces para obtener objetos tan simples como un sombrero bicornio, uniendo las puntas de las figuras con goma de pegar para darle consistencia. Hacer también figuras simples como es un triángulo que vuela al ser lanzado, y más complejas, como hacer un vaso para tomar agua o un barco de papel.
- Poner a disposición de los niños un juego de carpintería, y enseñarles a serruchar pequeñas tablas, clavar dos listones entre sí, sacar un clavo con el martillo, medir una distancia con la cinta métrica (solamente la acción motora), y otras acciones que se le puedan ocurrir al educador, tareas todas que, además de estimular la motricidad fina, significan acciones instrumentales.
- El educador entregará figuras de estampar pequeñas a los niños para que con ellas hagan diseños diversos en una hoja de papel o cartulina grandes, tales como estampaciones para cubrir toda la hoja, hacer hileras, cenefas centrales formando flores, etc. Pueden usarse varias figuras para combinar los colores y obtener diseños más complejos. Las figuras obtenidas podrán rasgarse o recortarse y con ellas hacer otros diseños pegándolos en nuevas hojas.
- Hacer en tarjetas figuras de laberintos con un recorrido dibujado uniendo diversos puntos, darle a los niños una representación del laberinto para que ellos siguiendo el modelo reproduzcan la trayectoria usando un lápiz de punta gruesa. El educador procurará que el diseño del recorrido sea cada vez más complejo.
- El educador enseñará a los niños a hacer sellos de plastilina para imprimir sobre papel, para lo cual harán incisiones en su parte plana con la punta de un lápiz o el extremo del cabo de un pincel para hacer diversos diseños haciendo puntos, rayas, líneas curvas, etc. Luego los niños habrán de mojar el sello en pintura tempera suavizada para hacer diferentes estampaciones sobre cartón, cartulina u hojas de papel.
- Darle a los niños juguetes pequeños transformables para que los armen y desarmen en su actividad libre de mesa.

- Igualmente ofrecerles para su actividad libre juguetes pequeños que exijan una precisión y destreza motriz fina para su realización, como son las cajas plásticas en donde una pequeña bola rueda por un camino para llegar a una determinada posición y que obliga a los niños a hacer movimientos para impedir que se caigan por un orificio, entre otros muchos existentes en el mercado.

Las actividades modulares en el sexto año de vida introducen varios elementos distintivos que las diferencian de las anteriores, lo cual está dado por el mayor desarrollo psicomotor de los niños, sus habilidades motrices generales más consolidadas y una imaginación y creatividad más amplias. En este sentido las mismas incorporan en ocasiones un argumento narrativo en el desarrollo de las tareas psicomotrices y una mayor libertad para que los niños hagan los movimientos que deseen bajo la orientación del educador.

Es por ello que más que tareas motrices en sí mismas lo que hacen es realizar diversas acciones que se dirigen a acondicionar a los niños para la actividad, colaborar a su desarrollo físico general y perfeccionar las habilidades psicomotrices ya adquiridas, y donde el juego de movimiento puede ubicarse al final del módulo o formar parte de cada una de las acciones.

El educador podrá a su vez dentro del módulo, incorporar cualquiera de las actividades de contenidos específicos que considere enriquecen el módulo o colaboran a la estimulación que se pretende hacer con el mismo.

Actividad

- Activación de la motricidad fina y gruesa en acciones conjuntas.

Objetivo

Conectar propioceptivamente planos musculares diferentes.

Metodología

- El educador selecciona a un niño para que haga de guía y le orienta caminar por la clase, variando sus movimientos como desee, para que los demás niños lo sigan imitando sus movimientos. A otra señal, siguen caminando ahora todos dando palmadas hacia diferentes lugares (arriba, abajo, a un lado, atrás, al frente, etc.).
- De pie, los niños flexionarán el tronco hacia delante y darán una palmada abajo al frente, vuelven a la posición inicial, se flexionarán de nuevo y ahora la palmada es entre las piernas. Luego erguirse y flexionar tronco hacia detrás, dando las palmadas también atrás.
- Hacer saltitos en el lugar de diversas maneras: con ambas piernas, alternando, abriendo y cerrando las piernas, como los niños deseen aunque se les indique alternar los movimientos.
- El educador entrega a cada niño una hoja de papel, para que la arrugue hasta formar una bola bien redonda. A una señal del educador, la rodarán por el suelo de diferentes maneras (hacia delante, hacia atrás, por dentro de las piernas, alrededor del cuerpo, etc.). Repetir libremente, alternando.
- A continuación, el educador indica a los niños coger la bola de papel y lanzarla con una y otra mano en cualquier dirección. Enseguida y siguiendo unas líneas previamente trazadas por el educador, camina el recorrido con la pelota de papel en la cabeza y la otra mano extendida.
- El educador les orienta a los niños que formen parejas y corran dispersos por el área o la clase llevando cada uno su bola de papel. A una señal cada niño le lanza al otro su pelota de papel para que la capture y él a su vez capture la que le lanza la pareja.

Actividad

- Ejercitación de la carrera, salto y cuadrupedia.

Objetivo

Estimular habilidades psicomotrices generales relacionadas con las extremidades inferiores.

Metodología

- El educador motiva a los niños a caminar siguiendo el ritmo del golpeteo de un instrumento sonoro, al cambiar el ritmo éstos comienzan a trotar haciendo un círculo grande, cuando cambia otra vez caminan haciendo un círculo más pequeño, y así sucesivamente durante dos o tres minutos.
- Estando los niños en círculo alrededor del educador, a una señal de éste avanzan con los brazos levantados arriba, hacia el centro cerrando el círculo y a otra señal vuelven a ampliar el círculo avanzando hacia atrás con las manos abajo, repitiendo esta acción cinco o seis veces.
- Sentados en círculo los niños, se les indica que hagan "juegos con los pies" (hacer aplausos con los pies, saludarse entre ambos, tocar dedo con dedo, talón con talón, etc.).
- De pie, manteniendo el círculo caminan suavemente, a una señal se dispersan caminando en cuadrupedia hacia diferentes lugares y direcciones, combinando distintos tipos de esta habilidad psicomotriz general como los niños deseen.
- El educador, que ha dispersado algunos objetos por la clase, les indica a los niños que salten por encima de tales objetos, con dos pies o alternando. A su vez saltarán también por encima de otros que el educador ha colocado encima de tablas con dos puntos de apoyo, bancos, cajones suecos, etc.
- El educador forma dos grupos con igual número de niños. A los integrantes de cada grupo les entrega una cinta de un mismo color, mientras que él sostiene en cada mano una cinta de cada color, situándose en el extremo de la clase. A la señal de "¡Todos a mí!" los niños correrán dispersos hacia el educador y al último instante levanta una mano con la cinta, para que los niños que tienen el mismo color de la cinta formen un círculo a su alrededor, un niño detrás del otro. Los niños que tengan las cintas del otro color se quedarán por fuera del círculo, e irán perdiendo integrantes en la medida en que se equivoquen y hayan tratado de introducirse en el círculo formado.

Actividad

- Activación de la reptación y escalamiento complejos.

Objetivo

Estimular habilidades motrices generales que exigen coordinación y precisión de movimientos.

Metodología

- El educador estimula a los niños que corran dispersos por la clase o área de actividades. A la señal de "¡Parejas!", cada niño ha de tomar la mano del compañero más cercano y continuar corriendo juntos.
- Luego los niños se sueltan de la pareja y comienzan a caminar dispersos en puntas de pies llevando los brazos arriba, abriendo y cerrando las manos, agitándolas, dando palmadas, como lo deseen. Se debe repetir varias veces alternando las acciones de las manos.
- Colocar varias cuerdas transversalmente amarradas a dos puntos de apoyo, con una separación de un metro una de otra, la primera a 30 cms. de altura, la segunda a 25 cms., la tercera a 20 cms. Solicitar a los niños que repten por debajo de la cuerda sin tocarla en ningún momento con la espalda.
- Situar a los niños en fila frente a una cuerda que tenga 50 cms. de altura y solicitarles a los niños que pasen por debajo, de frente, arqueándose y agachándose hacia detrás, sin tocar la cuerda con el pecho.
- Situar a los niños frente a una escalera o espaldera y pedirles que escalen hasta donde se sientan seguros, de frente, bajen e intenten de nuevo unos cuatro o cinco peldaños, pero ahora de espaldas a la escalera. Repetir varias veces alternando.
- El educador le entregará a los niños objetos pequeños para que los lancen con una mano primero y con la otra después, por encima de la primera cuerda y sin pasar la segunda, luego por la segunda sin pasar la tercera y finalmente sobre la tercera, con los movimientos de lanzamiento libres.

Actividad

- Ejercitación de la cuadrupedia, el caminar y la carrera.

Objetivo

Activación de conexiones nerviosas en habilidades generales relacionadas.

Metodología

- Estimular a los niños que caminen dispersos por el área o la clase siguiendo un ritmo que escuchan de un instrumento sonoro tocado por el educador, en diferentes direcciones y con diferentes formas de locomoción: en puntas de pies, con los talones, elevando las rodillas, entre otros.
- De pie los niños, abrir y cerrar las manos, llevando los brazos al frente, hacia arriba, a los laterales. Luego, a una indicación, se sientan y con las piernas recogidas y las manos apoyadas en los muslos, estirarse y volver a recoger las piernas.
- Orientar a los niños que se coloquen en posición de cuadrupedia, y a una señal del educador, elevar y arquear el tronco hacia arriba. Cuando hayan realizado esto algunas veces andar en cuadrupedia utilizando diversas formas. El educador formará un túnel con los niños con las piernas abiertas para que el primero de la fila repte entonces hasta el final, luego el segundo hará lo mismo y así hasta que todos hayan recorrido el túnel de las piernas.
- Hacer parejas con los niños para que estos caminen de diferentes formas por el área o la clase, dándose las manos. Los niños de la pareja han de hacer el mismo movimiento, saliendo aquella pareja de niños donde uno de ellos se equivoque. Luego, volver a formar las parejas y hacer que corran dispersos por la clase bordeando los obstáculos que el educador ha situado previamente.
- Los niños formarán entre sí varios equipos y frente a ellos con una separación de un metro cada uno, el educador ubicará tres pequeños cubos uno detrás de otro sobre una marca, en una línea final trazada en el suelo habrá una caja o un cesto (a unos siete metros). A una señal el primer niño de cada equipo sale corriendo, recoge los tres cubitos y los echa en la cesta, llega hasta la línea, regresa y pone de nuevo los cubos en sus marcas y vuelve corriendo a su equipo. El siguiente niño

sale a realizar la misma acción cuando el primer niño llegue, y así sucesivamente hasta que pasan todos los integrantes del equipo. Ganan aquellos que más rápido y mejor hacen la tarea motriz.

- Finalizar caminando tranquilamente por la clase, cada vez más lentamente, sentarse y luego quedarse acostado hasta que el educador oriente levantarse de nuevo.

Actividad

- Incentivación del salto y acción manual con cuerdas

Objetivo

Establecer conexiones nerviosas de planos musculares finas con acciones psicomotrices gruesas.

Metodología

- El educador, con un instrumento sonoro en la mano, marca un ritmo que los niños han de seguir caminando lentamente, luego a una indicación realizan saltitos con movimientos alternos y simultáneos de las piernas, caminando de inicio y luego en el lugar.
- Formando un círculo y sosteniendo al frente una cuerda o soga larga, los niños extienden sus brazos arriba y de inmediato hacia abajo, procurando tener tensa la cuerda. A una señal la pasan por encima de la cabeza y la sostienen atrás, para finalmente hacer flexión del tronco hacia delante (“doblarse por la cintura”) y la colocan en el suelo. Repetir la serie varias veces y en la última vez, sentarse y colocar la cuerda sobre los pies.
- Con la cuerda en las piernas, elevarla sin tocarla con las manos, realizar esto varias veces. A una señal, agarrarla con los pies y lanzarla hacia delante. Acomodarla convenientemente y a otra señal, saltar por encima y a lo largo de la cuerda, con movimientos libres, con ambos pies, alternando.
- El educador, ayudado por otro niño, sostiene la cuerda a unos 25-30 cms. del suelo, para que los demás niños pasen por encima y por debajo de la misma (alternando) unas 5-6 veces. El movimiento seleccionado para hacerlo será libre.
- Los niños se formarán en tríos (familia de conejos) alrededor de un círculo grande trazado en el centro de la clase, en el cual hay una caja que contiene un bolo plástico o de madera, preferentemente de color naranja, para semejar una gran zanahoria. Los tríos estarán a una distancia de 3 a 5 metros de la circunferencia. A una señal del educador un miembro de cada trío sale a coger la zanahoria, saltando con los pies unidos como los conejos. La zanahoria pertenece al primero que la coja. El educador vuelve a colocar otro bolo y repite la acción

varias veces mientras dure la motivación. Gana el trío que más zanahorias acumule.

- Cogiendo las cuerdas de nuevo en las manos, los niños caminarán lentamente llevándola hacia delante, hacia atrás, hacia un lado, hacia el otro, dando pasos cada vez más lentos, hasta detenerse, agacharse, sentarse y finalmente acostarse poniendo la cuerda a su lado en el suelo.

Actividad

- Estimulación de acciones psicomotrices en parejas

Objetivo

Consolidar la coordinación y precisión de movimientos en acciones psicomotrices conjuntas.

Metodología

- El educador orienta a los niños que caminen dispersos por el área y que a una señal se unan en parejas y continúen caminando, a otra indicación se detienen y realizan saltitos hacia delante, y hacia los lados. Luego volverán a caminar. Repetir durante dos minutos.
- Por parejas y de pie, los niños se pondrán de espaldas uno a otro, entrelazándose los brazos y bajando lentamente para quedar sentados, apoyándose uno en otro. Cuando estén sentados, balancearse hacia delante y hacia detrás, volverse a levantar unidos, para hacer esta acción varias veces.
- De pie y enlazados con los brazos de espaldas, caminar lentamente en un sentido y otro, a la voz del educador, de modo que cuando uno camine hacia delante el otro tiene que hacerlo hacia atrás. El educador colocará varias cuerdas en el camino para que los niños caminando las pasen sin tocarla ninguno de los dos.
- Situar cada pareja frente a frente y solicitarles a los niños que realicen cuadrupedia por dentro de las piernas, un niño ejecuta la acción mientras el otro permanece de pie, para luego alternar.
- Luego el educador le da una hoja de papel a cada pareja para que la arruguen y hagan una bola de papel que se lanzarán uno a otro de diferentes maneras: de frente, por arriba, desde el pecho, por debajo, por dentro de las piernas, etc.
- A continuación se les entrega un bastón a cada niño de la pareja y entre ambos han de ir rodando la bola de papel hasta una zona delimitada por el educador, caminando o corriendo como deseen, procurando que la bola no pierda el movimiento de traslación.

- Al final, caminar con un brazo hacia delante y poniendo la mano de esa extremidad pegada a la del compañero, llevar la bola de papel sin que se les caiga por encima de bancos, líneas, cuerdas y tablas. Luego, poco a poco, ir caminando más lentamente hasta detenerse, sentarse y colocar la pelota de papel en el suelo frente a ellos.

El sistema de acciones psicomotrices del sexto año de vida ha de continuarse realizando en el siguiente séptimo año, pues muchas de sus acciones con un mayor nivel de complejidad, satisfacen las necesidades del desarrollo en ese período, en particular durante el primer semestre.

ÍNDICE

Desarrollo de la psicomotricidad	2
Bases teóricas	2
Consideraciones anatomofisiológicas para el desarrollo de la psicomotricidad	9
Condiciones educativas para el desarrollo de la psicomotricidad	13
La formación de las capacidades y habilidades Psicomotrices.....	17
Los métodos en la educación psicomotriz.....	21
Las actividades para el desarrollo de la psicomotricidad en la educación infantil	24
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el primer año de vida (0-12 meses).....	27
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el año de vida.....	28
Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el primer año de vida.	30
Actividades para niños de 0 a 3 meses)	36
Actividades para niños de 3 a 6 meses)	56
Actividades para niños de 6 a 9 meses)	85
Actividades para niños de 9 a 12 meses).....	111
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el segundo año de vida (12-24 meses)	134
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el segundo año de vida.....	135
Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el segundo año de vida.....	140

Actividades para niños de 12 a 15 meses).....	150
Actividades para niños de 15 a 18 meses).....	169
Actividades para niños de 18 a 21 meses).....	194
Actividades para niños de 21 a 24 meses).....	215
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el tercer año de vida (2-3 años)	238
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el tercer año de vida	239
Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el tercer año de vida	244
Actividades para niños en el primer trimestre escolar.....	256
Actividades para niños en el segundo trimestre escolar	281
Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.....	303
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el cuarto año de vida (3-4 años)	327
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el cuarto año de vida	328
Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el cuarto año de vida	334
Desplazamientos	339
Tareas psicomotrices para el desarrollo físico general	340
Acciones para la formación de las habilidades Psicomotrices generales	341
Actividades para niños en el primer trimestre escolar.....	351
Actividades para niños en el segundo trimestre escolar	375
Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.....	395
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el quinto año de vida (4-5 años).....	417
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el quinto año de vida	418

Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el quinto año de vida.....	424
Los desplazamientos	429
Las tareas psicomotrices para el desarrollo físico general	430
Las acciones para la formación de las habilidades Psicomotrices generales	431
Actividades para niños en el primer trimestre escolar.....	442
Actividades para niños en el segundo trimestre escolar	465
Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.....	490
Actividades para el desarrollo de la psicomotricidad para niños en el sexto año de vida (5-6 años)	515
Caracterización general de las actividades para la psicomotricidad en el sexto año de vida	516
Procedimientos metodológicos y organizativos generales para las actividades psicomotrices en el sexto año de vida	522
Los desplazamientos.....	528
Las tareas psicomotrices para el desarrollo físico general	529
Las acciones para la formación de las habilidades psicomotrices generales	530
La estructuración del espacio	539
La estructuración del tiempo	544
El conocimiento del esquema corporal	545
Actividades para niños en el primer trimestre escolar.....	546
Actividades para niños en el segundo trimestre escolar	569
Actividades para niños en el tercer trimestre escolar.....	592