



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

La psicomotricidad infantil.

Guía de estimulación de psicomotricidad gruesa para
niños de 0 a 3 años.

Trabajo fin de grado presentado por:

Edurne Otero Jaso

Titulación:

Grado de Educación Infantil

Línea de investigación:

Propuesta de intervención

Director/a:

Eva Solera Hernández

Ciudad: Logroño

Fecha: Octubre 2012

Firmado por:

CATEGORÍA TESAURO: 1.1.9. Psicología de la educación

RESUMEN

En este trabajo se muestra la revisión bibliográfica realizada y los estudios y programas analizados para conocer el término de psicomotricidad y poder presentar una guía adecuada para conseguir el propósito de mejorar la psicomotricidad gruesa de los alumnos.

En concreto elaboramos una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa para niños de 0 a 3 años, con la intención de que sea implantada en escuelas infantiles y que pueda ser utilizada en casa por los padres de los niños.

La guía consta de diferentes partes (recomendaciones, recursos, tabla de actividades e instrumentos de evaluación), todas ellas con la finalidad de facilitar su uso y comprensión a aquellas personas que la fuesen a aplicar.

Para concluir, cabe reseñar que este trabajo también presenta las dificultades que se han hallado durante su realización, así como las perspectivas de trabajo de cara el futuro.

Palabras claves: estimulación, psicomotricidad, desarrollo motor, psicomotricidad gruesa.

ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| RESUMEN..... | 3 |
| 1. INTRODUCCIÓN..... | 7 |
| 2. MARCO TEÓRICO | 9 |
| 2.1. Concepto de psicomotricidad..... | 9 |
| 2.2. La psicomotricidad gruesa..... | 11 |
| 2.3. La psicomotricidad en la escuela infantil de 0 a 3 años | 13 |
| 2.4. Marco legislativo..... | 17 |
| 2.5. Estudios sobre la importancia de la estimulación psicomotriz..... | 18 |
| 2.6. Programas para el desarrollo psicomotriz en la escuela infantil de 0 a 3 años..... | 18 |
| 2.7. Instrumentos de evaluación de psicomotricidad gruesa de 0 a 3 años..... | 20 |
| 3. JUSTIFICACIÓN..... | 23 |
| 4. METODOLOGÍA | 27 |
| 4.1. Objetivos | 27 |
| 4.2. Procedimiento | 27 |
| 5. GUÍA DE ESTIMULACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD GRUESA PARA NIÑOS EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL | 29 |
| 5.1. Introducción..... | 29 |
| 5.2. Objetivos | 29 |
| 5.3. Temporalización | 30 |
| 5.4. Instrumentos de evaluación | 30 |
| 5.5. Actividades..... | 32 |
| 6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES..... | 37 |
| 7. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA..... | 41 |
| 8. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS | 43 |
| 9. ANEXOS..... | 47 |
| Anexo 1. Recomendaciones | 47 |
| Anexo 2. Materiales y recursos..... | 49 |
| Anexo 3. Actividades | 50 |

Anexo 4. Ejercicios de relajación..... 59

Anexo 5. Cuestionario..... 60

Anexo 6. Tabla de desarrollo motor grueso de 0 a 36 meses 61

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo se va a centrar en el estudio y análisis de la psicomotricidad. Se elige este tema por el interés personal que tiene la autora de profundizar en este contenido. Este interés se debe a que todos los profesores que ha conocido mientras realizaba el Grado de Magisterio de Educación Infantil han hecho hincapié que una de las bases iniciales y fundamentales para que un niño vaya adquiriendo y desarrollando sus capacidades es un adecuado desarrollo motor.

Por otro lado, otra motivación ha sido ocasionada por el conocimiento que tiene la autora de cómo desde los servicios de salud se refuerza la necesidad de trabajar con los niños su desarrollo motor, tanto en el hogar como en los centros educativos, como medida de prevención de posibles retrasos en el desarrollo.

Y otro interés importante que ha favorecido la elección y elaboración de este trabajo es querer conocer, como futura maestra, qué podemos aportar a los alumnos con la intervención en el aula a través de la psicomotricidad.

Por ello, el trabajo comienza con una revisión bibliográfica sobre el concepto de psicomotricidad. Al ser un término tan amplio y con diferentes formas de ser abordado, el trabajo se centra en la psicomotricidad gruesa. Se continúa realizando un marco teórico sobre este contenido, pero buscando ya qué recursos y estudios que se conocen actualmente para poder trabajar este tipo de psicomotricidad en el aula.

Siguiendo esta línea, se ha elaborado un proyecto que pretende ser un recurso para los educadores en el aula para trabajar la psicomotricidad gruesa, o para ser trabajada por los padres en sus casas, y así, favorecer el desarrollo motor grueso de los niños.

Este recurso va a consistir en la elaboración de una guía para la estimulación de la psicomotricidad gruesa en niños del primer ciclo de infantil de 0 a 3 años. En este sentido, debemos reseñar que, tanto aquí como a lo largo del trabajo, cuando hablamos de niño/s nos referimos a todo el alumnado de educación infantil.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. CONCEPTO DE PSICOMOTRICIDAD

La definición de psicomotricidad, consensuada por las asociaciones españolas de psicomotricidad, establece que psicomotricidad es la relación que se establece entre las capacidades cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotrices, y que para conseguir esta relación cada uno tiene que conocer y controlar su esquema corporal a partir del desarrollo motor.

Por otro lado, el diccionario de la Real Academia Española (2009) reconoce tres significados del término psicomotricidad que están relacionados entre sí.

El primero se refiere a la motilidad de origen psíquico, el segundo considera que es la combinación de las funciones motrices y psíquicas, y el último significado la define como el grupo de técnicas que incitan la coordinación de tales funciones.

Estos tres significados consideran que, para poder moverse, una persona no sólo ha de disponer de la capacidad motora sino también de la cognitiva, porque el entendimiento de estos dos elementos favorece la coordinación de sus funciones.

De igual manera, desde la perspectiva de la Escuela Internacional de Psicomotricidad (EIPS, 2012), la definición del término de psicomotricidad se basa en: “la historia de la personalidad a través del lenguaje no verbal y del movimiento. Se refiere al individuo de una manera global; es decir, abarcando lo físico, psíquico, social y cognitivo” (Párr. I).

En definitiva, el concepto de psicomotricidad está relacionado con varias capacidades sensoriales, emocionales y cognitivas del ser humano que le ayudan a desenvolverse de forma satisfactoria en un entorno social y cultural. Para alcanzar estas capacidades es necesario estimular la psicomotricidad, para ello se utiliza la enseñanza como instrumento de prevención para favorecer el desarrollo integral de la persona.

De esta manera queda claro que la psicomotricidad relaciona el desarrollo psíquico y el desarrollo motor, por tanto el desarrollo del cuerpo y de la mente no son cosas aisladas. En esta línea, García y Berruezo (1994) plantean que: “el desarrollo de las capacidades mentales se alcanza a partir del conocimiento y control de la propia actividad corporal” (p. 1), es decir, cuando uno conoce e interviene en su esquema corporal.

Para explicar el desarrollo motor diferentes autores han elaborado modelos organizados, partiendo de las teorías de Piaget (1975) y Wallon (1941). Por ejemplo, para Ajuriaguerra (1978) el desarrollo infantil pasa por varias fases correlativas:

- En la primera es donde los niños dejan atrás los movimientos reflejos para obtener una organización del esqueleto motor, es decir, una organización del tono de fondo y la propioceptividad.
- La segunda fase se produce cuando se va elaborando la motricidad voluntaria, es decir, los movimientos intencionados, porque se está organizando el plano motor.
- En la tercera fase se coordinan los aprendizajes anteriores, el tono y el movimiento. A partir de esta coordinación la motricidad deja paso al conocimiento.

Por otro lado, para Azemar (1982) hay dos etapas en el desarrollo motor infantil:

- La primera se extiende hasta los cinco años, donde lo importante de la acción es lo que se obtiene de ella.
- La segunda comienza a partir de los seis años y lo principal es cómo se realiza la acción, permitiendo aprendizajes más complejos.

También para Le Boulch (1971) existen dos períodos en la evolución de la motricidad:

- El primero tiene lugar durante la infancia, donde se organiza y se estructura la imagen del cuerpo.
- Y el segundo se produce durante la preadolescencia y adolescencia, gracias a los aprendizajes adquiridos en la infancia. Es cuando mejoran los factores de ejecución motriz.

Otro de los investigadores europeos que aborda este tema es Da Fonseca (1979), que hace hincapié en que sin la motricidad no se pueden alcanzar los procesos superiores del pensamiento.

Para explicarlo divide en cuatro fases el desarrollo infantil:

- La primera fase es la inteligencia neuromotora, desde el nacimiento hasta el primer año de vida, donde las acciones son innatas y, a su vez, se va trabajando la organización tónico-emocional.
- La segunda es la inteligencia sensomotriz, de los dos a los cuatro años, en la que los niños van desarrollando el lenguaje.
- La tercera es la inteligencia perceptomotriz, desde los seis a los doce años, cuando se distingue el propio cuerpo, la lateralidad y la organización espacio-temporal.
- Y para finalizar la inteligencia psicomotriz, definida como el paso para la socialización, el paso al mundo exterior, que se produce a partir de los doce años.

De todos modos, no sólo hay preocupación en Europa por conocer el adecuado desarrollo motor desde la infancia, proponer y consensuar estudios, sino que en América también aparece el movimiento de la educación motriz. En esta corriente destacan investigadores como Williams, Cratty y Gallahue, cuyas ideas se comentarán a continuación.

Según Williams (1983) se producen unas conductas perceptivomotrices evolutivas para alcanzar la conciencia corporal. Estas conductas se inician desde las más básicas y globales de coordinación del cuerpo, avanzando hacia conductas de motricidad fina, para luego alcanzar las que permiten una percepción auditiva, visual y táctil adecuada.

Cratty (1979) representa su teoría sobre el desarrollo con la imagen de un árbol. Un árbol que tiene un tronco que es el cuerpo humano del cual surgen cuatro ramas que se interrelacionan entre sí y de las cuales salen ramificaciones. Las cuatro ramas principales son las vías del desarrollo: lo perceptivo, lo motor, lo verbal y lo cognitivo.

Por otro lado, Gallahue (1982) considera que la motricidad pasa por una serie de fases que van de lo simple a lo complejo, de lo general a lo específico, teniendo en cuenta todos los factores que influyen en este aprendizaje, tales como los elementos físicos, socioafectivos y cognitivos, para conseguir una adecuada adaptación al medio.

De esta manera podemos observar que, aunque cada uno divide las fases del desarrollo motor infantil de forma diferente respecto a la edad o aglutinando más en un proceso avances motrices, todos estos investigadores coinciden en que son etapas evolutivas y progresivas, una antecede a la otra. Y todas culminan con el niño alcanzando un conocimiento de sí mismo y un control sobre su cuerpo que le permite el uso del conocimiento y del pensamiento. Esta relación del desarrollo motor con el psicológico hace que se considere la psicomotricidad como una práctica favorecedora del desarrollo.

2.2. LA PSICOMOTRICIDAD GRUESA

En los comentarios anteriores, sobre el desarrollo psicomotriz, se hace referencia a los diferentes logros que un niño va alcanzando según su maduración global. De esta manera se desarrollan habilidades que hacen que un niño consiga un mayor control sobre su cuerpo. En esta línea se considera que hay dos tipos de psicomotricidad: la gruesa ((locomoción y desarrollo postural) y la fina (prensión).

La psicomotricidad gruesa es la primera en desarrollarse, ya que consiste en el control de los movimientos en bloque, de las extremidades y músculos más amplios para facilitar el desplazamiento. En cambio la psicomotricidad fina, precisa de haber desarrollado la anterior, ya que consiste en el control y la coordinación de los músculos pequeños, como los dedos de las manos.

En cualquier caso, la motricidad gruesa o global es, según Garza (1978), el control de los movimientos del cuerpo producidos por los músculos generales, permitiendo al niño desarrollarse desde la dependencia absoluta hasta desplazarse solo. Y la motricidad fina se produce cuando los niños empiezan a controlar movimientos pequeños de su cuerpo, habiendo una mayor

coordinación entre las manos y las acciones a través de los dedos. Para conseguir esto debe haberse producido anteriormente un aprendizaje a través de la motricidad gruesa.

Nuestra revisión se va a centrar en la psicomotricidad gruesa debido al propósito de este trabajo de realizar una guía de estimulación al respecto.

De esta manera, la psicomotricidad gruesa, según Ardanaz (2009), es el control que se tiene sobre el propio cuerpo a través de unos movimientos globales que se realizan en bloque. Son ejercicios realizados con todo el cuerpo, disponiendo desplazamientos y movimientos de las diferentes extremidades, la posición y los sentidos.

Por otro lado, Pallasco (2011) percibe el desarrollo de la psicomotricidad infantil como una de las herramientas principales para favorecer el desarrollo integral de los niños y su adaptación al medio exterior. Y considera la motricidad gruesa como la capacidad para coordinar los movimientos del cuerpo a través de los músculos que controlan las extremidades de brazos y piernas, el tronco y la cabeza.

Teniendo en cuenta las ideas de estas autoras, la psicomotricidad gruesa se puede definir como todos los movimientos globales que resultan de los procesos de maduración, que permiten la coordinación de las extremidades para conseguir unos movimientos armónicos para cumplir un fin en un tiempo y espacio determinados. Son los movimientos realizados para desplazarse de un lugar a otro o para cambiar y favorecer el desarrollo postural, como caminar, correr, saltar, etc. Son formas básicas que se han generado de movimientos reflejos, pasando por movimientos desordenados para convertirse en estructuras organizadas.

Por ello la psicomotricidad gruesa permite al niño el perfeccionamiento del resto de elementos que la forman (tono, postura, respiración, equilibrio y lateralidad). Con este objetivo se distinguen dos tipos de movimientos: dominio corporal dinámico y dominio corporal estático.

El dominio corporal dinámico se relaciona con el aprendizaje de la coordinación general, del equilibrio, del ritmo y la coordinación óculo manual. Mediante el desarrollo de estas habilidades el niño ganará seguridad y confianza en sí mismo, ya que esto le permite conocer sus capacidades y el dominio que tiene sobre su cuerpo.

Según Ardanaz (2009), el dominio corporal estático implica aquellas actividades que facilitarán al niño interiorizar su esquema corporal, como son la tonicidad, el autocontrol, la respiración y la relajación.

Además, la observación del desarrollo psicomotor grueso permite detectar problemas de comportamiento, miedos o inhibición, al producirse movimientos tensos, rígidos o de poca amplitud.

Teniendo en cuenta las ideas comentadas se considera que es necesario un adecuado desarrollo psicomotor, empezando con la motricidad gruesa para favorecer el crecimiento del niño hasta la edad adulta. De esta manera, se beneficia no sólo en progresos motores sino en otras capacidades intelectuales y cognitivas, en su desarrollo global e integral.

2.3. LA PSICOMOTRICIDAD EN LA ESCUELA INFANTIL DE 0 A 3 AÑOS

Hasta ahora se ha hecho hincapié en la importancia de trabajar el desarrollo psicomotor desde la infancia hasta la edad adulta y se ha comentado que la estimulación adecuada beneficia el desarrollo completo de la persona. En esta línea, el desarrollo motor grueso es el primero en desarrollarse y se debe estimular a través de la familia, pero también durante la escolarización en la primera etapa de educación infantil.

Obras de diferentes autores (Bucher, 1976; Castro, 1995; Defontaine, 1980; Le Boulch, 1995; Gomendio y Maganto, 2000; García y Fernández, 1994), tratadas en la investigación realizada por Maganto y Cruz (2000), han trabajado la educación psicomotriz presentando estrategias de prevención para el desarrollo psicomotor y consideran que la base del aprendizaje es la maduración de la psicomotricidad desde edades tempranas. Más específicamente, según García y Fernández (1994) y Gomendio y Maganto (2000), esta maduración se debe trabajar desde el primer ciclo de educación infantil.

En contra de esta opinión se sitúa Pikler (1985) que considera que el desarrollo motor se realiza espontáneamente hasta los dos años sin necesidad de ayuda externa.

Sin embargo, el trabajo de Maganto y Cruz (2000) concluye que se debe combinar la acción espontánea del niño con la intervención de un adulto, ya sea de manera directa o indirecta, sobre todo al inicio del desarrollo motor grueso.

En nuestra revisión sobre la relación de la psicomotricidad y la escuela infantil creemos conveniente recoger el Cuadro 1, realizado por Maganto y Cruz (2000), que ofrece una síntesis de la secuencia de conductas de motricidad gruesa y fina a lo largo del desarrollo infantil.

Este cuadro nos permite saber qué se tiene que trabajar durante la etapa de educación infantil para conseguir estos logros. Es decir, nos dice qué tiene que aprender a hacer un niño en un tiempo concreto. Por ejemplo, de los 9 a los 12 meses en el desarrollo de la psicomotricidad gruesa se indica que un niño debe de aprender a voltear. Teniendo en cuenta esto, serán los padres o el educador quienes busquen actividades y herramientas para favorecer este aprendizaje.

En esta línea, se confirma que hasta los 3 años lo más importante es trabajar los desplazamientos y el control sobre ellos. Según Ballesteros (1982) este trabajo se define como la representación que el niño debe hacer de su cuerpo, con sus partes y sus capacidades de acción.

Desde el nacimiento se inician aprendizajes ligados a las percepciones, tantos motores como cognitivos, sociales, sensitivos y neurológicos. En el segundo año el infante diferencia las partes de su cuerpo. Y en el tercero las identifica. Si esto no se produjese, si no señalase o nombrase un niño sus partes del cuerpo se considera que hay un retraso en la elaboración del esquema corporal.

Cuadro 1. Tabla evolutiva con los avances madurativos en motricidad gruesa y fina.

| | 0 a 3 meses | 4 a 8 meses | 9 a 12 meses | 13 a 18 meses | 19 a 24 meses | 2 y 3 años | 4 a 6 años | 7 a 12 años |
|--------------------------|---|---|--|---|--|---|--|---|
| Motricidad Gruesa | Reflejo de Moro positivo Reflejo de prensión activo Alza la cabeza 45° Posición de cuello tónica Ajuste postural al hombro Movimientos reptantes | Sentado con apoyo Sentado sin ayuda Apoyo de antebrazos Flexión cefálica cabeza línea media Gira sobre su eje | Volteos Se sienta solo. De pie con apoyo Pasos con ayuda Se sienta solo | Sentado seguro Da 5 pasos marcha libre De pie sin apoyo Baja-sube escaleras | Carrera libre Camina hacia atrás Camina hacia el lado Tropa por muebles. | Chuta la pelota Salta hacia delante Alterna pies al subir escaleras. Se mantiene sobre un pie Salta un escalón Camina de puntillas | Salto con pies juntos Salta hacia atrás Alterna pies al bajar escaleras Lanza pelota por encima de sus manos Va en bici Camina con talones Salta sobre cuerda desde 20 cm. | Vigorosa actividad física con habilidad muscular y motora especial. Marcha en tandem hacia atrás Se mantiene en posición marcha tandem ojos cerrados Equilibrio puntas con ojos cerrados |
| Motricidad Fina | Sigue hasta la línea media Movimientos simétricos Pasa la línea media Reflejo de prensión Manipula anilla Intenta coger anilla | Junta las manos Busca un objeto Destapa la cara Ase objetos grandes con pulgar y palma Pinza inferior Mira la bolita, intenta cogerla Observa manos Coge el cubo Retiene 2 cubos Sujeta el lápiz Tira del cordón para coger anilla Toca campanilla intencionadamente | Pinza superior Coge la bolita Destapa objeto escondido Da objeto a petición Palmorea Mete un cubo en la taza Revuelve con cucharilla a imitación | Señala con el índice Llena /vacía objetos Torre de dos cubos Sujeta lápiz Intenta imitar garabatos Empuja cochecito Vuelve páginas libro Lanza la pelota | Pasa páginas Garabateo espontáneo Imita horizontal Tapa un bolígrafo (encaja un objeto) Torre de 4 cubos (6 cubos) Abre puertas | Coge un lápiz Dibuja cruz y traza líneas a imitación Torre 8 cubos. Ayuda a recoger | Hace un puente con cubos Copia círculo, cuadrado, y otras figuras. Torre 8 cubos. Ayuda a vestir y desvestirse Corta con tijeras Copia un triángulo. | Amplio desarrollo psicomotor Organización coordinación habilidad de funciones perceptivas, manuales, oculares, para aprendizajes escolares Coge al aire pelota tenis. Lanzar pelota a un blanco |
| | 0 a 3 meses | 4 a 8 meses | 9 a 12 meses | 13 a 18 meses | 19 a 24 meses | 2 y 3 años | 4 a 6 años | 7 a 12 años |

Tomado de: Maganto, M. y Cruz, S. (2000). *Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia*. (p. 8). San Sebastián. Recuperado de http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/Capi_libro/38c.pdf

En esta línea, se confirma que hasta los 3 años lo más importante es trabajar los desplazamientos y el control sobre ellos. Según Ballesteros (1982) este trabajo se define como la representación que el niño debe hacer de su cuerpo, con sus partes y sus capacidades de acción.

Desde el nacimiento se inician aprendizajes ligados a las percepciones, tantos motores como cognitivos, sociales, sensitivos y neurológicos. En el segundo año el infante diferencia las partes de su cuerpo. Y en el tercero las identifica. Si esto no se produjese, si no señalase o nombrase un niño sus partes del cuerpo se considera que hay un retraso en la elaboración del esquema corporal.

En relación a esto, García y Berruezo (1994) concretan qué objetivos se tienen que trabajar en la educación infantil a través de la psicomotricidad:

- Educar la capacidad sensitiva desde las de las sensaciones del cuerpo. Estas pueden ser internas (respiración, digestión, tono muscular, equilibrio, etc.) o sensaciones que percibimos del entorno exterior (texturas, olores, formas, etc.).
- Educar la capacidad perceptiva (perceptomotricidad). A través de esta capacidad los niños conocen su esquema corporal, organizan su espacio-tiempo y empiezan a formar la coordinación óculo-manual.
- Educar la representación simbólica y representativa (ideomotricidad). Se pretende que el propio cerebro emprenda y dirija los movimientos a partir de la representación mental que cada uno haga.

El primer objetivo planteado correspondería con la estimulación de la psicomotricidad gruesa durante la etapa de infantil, sobre todo trabajada en el primer ciclo.

Abordando los objetivos mencionados, en la etapa de educación infantil se estimula el desarrollo conductual, cognitivo y afectivo. Y si un niño padece alteraciones en este proceso de crecimiento se pueden detectar como trastornos del desarrollo psicomotriz. En cualquier caso la educación psicomotriz es una herramienta fundamental para prevenir e intervenir ante posibles dificultades de los aprendizajes escolares posteriores.

Para trabajar concretamente la psicomotricidad en el primer ciclo de la educación infantil de 0 a 3 años se pueden tener en cuenta los diferentes autores comentados para definir el concepto de psicomotricidad, que coinciden en que en esta etapa hay tres fases de desarrollo: la de movimientos espontáneos, la sensoriomotora y la perceptivo-motora. Estas fases se trabajan de forma correlativa, pero a su vez de forma global, entrelazadas entre sí para su adecuado desarrollo. El contenido principal a trabajar es el esquema corporal, que abarca de los 0 a los 6 años, pero los elementos fundamentales para conseguirlo son: el control tónico, el control postural, el control respiratorio, la lateralidad, la estructura espacio-temporal y el control motor-práxico. Y estos elementos son los que forman los dominios corporales estáticos o dinámicos de la psicomotricidad gruesa.

A continuación se van a comentar estos contenidos sobre el esquema corporal y los elementos que lo forman, que se inician desde los 0 meses y deben trabajarse en la etapa educativa infantil.

En la etapa inicial del desarrollo del esquema corporal Le Boulch (1973) considera que un bebé conoce al momento cómo está su cuerpo, ya sea en reposo o movimiento, en relación con el espacio y las cosas que le rodean. Coste (1980) añade que este saber del esquema corporal se forma por medio de otras relaciones y experiencias motrices. Por otro lado, Ajuriaguerra (1978) cree que el ir conociendo el esquema corporal hace que se relacionen datos nuevos con los ya adquiridos, proporcionando a las percepciones un marco espacial. En relación a esto, está la opinión de De Liève y Staes (1992) que matizan estas ideas diciendo que el esquema corporal es la noción y la

capacidad que una persona tiene para conocerse a sí mismo, y con ello controlar los límites en el espacio y sobre nuestro desarrollo motor, de expresión, percepción y representación.

Respecto al control tónico debemos destacar la afirmación de Wallon (1941) que defiende que “la contracción fásica y tónica del músculo no significan tan sólo movimiento y tensión sino gesto y actitud” (p. 25). Esta afirmación también se puede relacionar con la información que puede transmitir una postura o una respiración. Si un niño aprende a controlar su tono, su postura y su respiración podrá utilizarlos como medios de comunicación, además de elementos para favorecer su autonomía y poder desplazarse.

En cuanto a la lateralización corporal, sobre todo en educación infantil de 0 a 3 años, se deben estimular ambas partes del cuerpo (izquierda y derecha) y sobre las dos manos para que sean los niños quienes valoren y elijan más adelante qué mano prefieren.

Por otro lado, en relación al desarrollo de la estructuración del espacio-tiempo, Piaget (1975) estableció 4 etapas.

La primera etapa, llamada inteligencia sensoriomotriz, y el inicio de la etapa de inteligencia preoperacional corresponden con la estimulación psicomotriz gruesa en la etapa de educación infantil de 0 a 3 años.

En esta etapa sensoriomotriz, que transcurre desde el nacimiento hasta los 2 años, el niño descubre que tiene un mundo a su alrededor, más allá de su cuerpo. Aprende a intercomunicarse con su alrededor mediante el llanto y los gestos, hasta poco a poco ir adquiriendo la autonomía en sus movimientos para poder desplazarse. Y al final de esta etapa adquirirá mayor lenguaje para comunicarse verbalmente.

Como referente actual de esta importancia de la estructuración espacio-tiempo destaca Bécquer (2002), quien, con su investigación, ha podido generalizar los logros motores en la etapa infantil, incluyendo actividades dirigidas a la estimulación temprana de los bebés en este ciclo educativo.

Y, en cuanto al control motor práxico, las informaciones obtenidas sobre en qué consiste este control hacen hincapié en que debe haber un adecuado desarrollo y funcionamiento de todos los sistemas explicados anteriormente. De esta forma se producirá el acto motor voluntario.

Todos estos elementos tienen que ser realizados y controlados por las personas, iniciando su uso desde bebés para ir adquiriendo un mejor perfeccionamiento. Por ello se utiliza como instrumento de aprendizaje la psicomotricidad durante la etapa de educación infantil, estimulándoles primero la psicomotricidad gruesa, para alcanzar el conocimiento y control de su

esquema corporal, hasta alcanzar la motricidad fina y poder realizar otro tipo de dinámicas más específicas y de mayor coordinación, como el grafo-escritura.

2.4. MARCO LEGISLATIVO

La educación infantil es la primera etapa del sistema educativo y está dirigida a niños de 0 a 6 años. Su referencia legislativa es el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del ciclo de Educación Infantil. Esta etapa se divide en dos ciclos, uno de 0 a 3 años, que es el que compete a este trabajo de investigación, y un segundo ciclo de 4 a 6 años.

En este decreto, en el artículo 2, se encuentra la finalidad de la educación infantil, que es la de favorecer el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los alumnos. En esta línea, se hace hincapié en que los niños avanzarán progresivamente teniendo en cuenta su desarrollo motor y los hábitos de control corporal. De esta manera, la ley implica la necesidad de trabajar la psicomotricidad durante la etapa de educación infantil.

En el marco de la Comunidad Foral de Navarra, es el Decreto foral 28/2007, de 26 de Marzo, el que dictamina los principios, objetivos, contenidos, metodología y principios de evaluación a trabajar en las escuelas infantiles, sin contradecir la Ley Orgánica de Educación. En este decreto se amplían o especifican informaciones como la gestión de centros de 0 a 3 años, centros bilingües, normativas administrativas, etc. Se mantienen los criterios fundamentales, como las áreas a trabajar en las aulas:

- Afectos y relaciones sociales.
- El cuerpo.
- Descubrimiento del medio físico y social.
- Comunicación y lenguaje.
- Expresión corporal, musical y plástica.

Estas áreas se trabajarán teniendo como herramienta el desarrollo psicomotor e insistiendo en beneficiar al niño en sus aprendizajes. Entre estas áreas destaca la del cuerpo, en relación a las pesquisas realizadas sobre la psicomotricidad, siendo la ley otro apoyo para confirmar la necesidad de estimular a los niños mediante psicomotricidad para que conozcan su cuerpo y lo controlen.

Respecto a la metodología en educación infantil, este Decreto foral 28/2007 se centra en que debe de ser atractiva, motivadora y global para todos, pero a su vez adaptada a cada uno de forma individual. Así como, en el título I, artículo 8, explica cómo debe de haber una evaluación de los alumnos de forma individual, para conocer sus progresos, y otra evaluación del proceso de enseñanza del profesorado y el funcionamiento del centro.

En nuestra revisión legislativa se ha comprobado cómo, tanto la ley estatal como la de la comunidad foral de Navarra, insisten en que para lograr el crecimiento de un niño de forma global

e integral es necesario hacerlo desde actividades dinámicas, a través del juego, descubriendo y explorando el entorno, pero que para conseguirlo se debe desarrollar un adecuado esquema corporal a través de la psicomotricidad.

2.5. ESTUDIOS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ.

Además de las leyes de educación infantil y de los autores valorados hasta ahora, hay otros estudios universitarios que ayudan al educador a comprender la importancia de trabajar el desarrollo psicomotor desde el primer ciclo de educación infantil. Son estudios que han puesto en práctica diferentes actividades que facilitan este desarrollo de la psicomotricidad gruesa.

Uno de esos trabajos, que fomenta y muestra cómo influye la psicomotricidad en esta etapa, es el realizado por López (1998). Su principal objetivo es conocer los efectos de un programa de intervención psicomotora dirigido a niños de 2 a 3 años. Este autor, después de aplicar una serie de ejercicios físicos y pruebas a la mitad de alumnos de una clase, concluye que los que participaron desarrollaron la conciencia espacio-temporal, lo que facilitó una mejor coordinación neuromuscular, a diferencia de los compañeros que no participaron.

Otro trabajo de investigación fue realizado por Laya (2005), cuyo objetivo fue describir la influencia del ejercicio físico en niños de 4 a 5 años, obteniendo como resultado que existe un progreso significativo en cuanto a coordinación de movimientos y desarrollo físico en aquellos que ejecutaron el programa de ejercicios.

Por otro lado, Mendoza (2005) se planteó como objetivo general describir los procesos de estimulación sensorio-motriz en niños de 0 a 5 años y su incidencia en el desarrollo motriz para una edad posterior. A partir de la información obtenida concluyó que la estimulación contribuye con la formación de un niño capaz de afrontar la vida con sentido común, coherencia e inteligencia a lo largo de su desarrollo, por lo que se hace necesario que los que dirigen estos procesos apliquen programas físicos que favorezcan las capacidades sensorio-motrices.

Estos estudios o investigaciones permiten defender la importancia de que los profesionales que se dedican a la atención y la evolución de los niños desde los 0 meses conozcan bien el adecuado desarrollo psicomotor para poder ejercitarles con prácticas adecuadas y favorecer su avance posterior.

2.6. PROGRAMAS PARA EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ EN LA ESCUELA INFANTIL DE 0 A 3 AÑOS

Tras las conclusiones obtenidas por los estudios comentados en el apartado anterior (López, Laya y Mendoza), donde se ha comprobado que la estimulación mejora el rendimiento de los niños, se han buscado programas que puedan servir como guía práctica de ejercicios y juegos que permitan trabajar a los educadores la psicomotricidad en la etapa de 0 a 3 años.

Antes de que se realizasen actividades de psicomotricidad centradas en el desarrollo global de todos los alumnos de educación infantil se trabajaba el desarrollo motor y cognitivo en centros de atención temprana, únicamente dirigidos a niños con necesidades educativas especiales, para paliar retrasos en el desarrollo. Con el tiempo se comprobó que estas técnicas podían ayudar a todos los niños a mejorar sus habilidades y competencias, además de ser un programa de prevención. Este es uno de los motivos por los que actualmente, existe la asignatura de estimulación temprana en el grado de educación infantil.

Siguiendo esta línea, autores como García y Berruezo (1994), Lleixà (1995), Herrero (2000), Rigal (2006) y Aranda (2008) han escrito libros dirigidos a los padres o profesionales de infantil, con programas de psicomotricidad para favorecer el desarrollo global de los niños.

Concretamente, Herrero (2000) defiende que todo curriculum escolar debe contar con programas de prevención e intervención en psicomotricidad. En su artículo explica qué es la psicomotricidad y qué beneficios comporta el estimularla de forma adecuada. También comenta qué es la educación infantil, con sus ciclos y aprendizajes en cada año, según el desarrollo del infante. Y tras la exposición teórica propone un programa de intervención psicomotriz dividido por edades, indicando el objetivo a trabajar y actividades para conseguirlo, con propuestas concretas y un léxico técnico. Lo que no aparece es la forma de evaluar si las actividades que se están realizando se hacen de forma adecuada y si el niño va alcanzando logros.

Aranda (2008), por su parte, analiza el desarrollo del niños de 0 a 6 años, dividiendo este en 4 bloques. Para este Trabajo Fin de Grado nos interesa el bloque 3, donde en un subapartado habla de la capacidad sensomotora, y el bloque 4, que tiene un subapartado dedicado a programas de tratamiento educativo. Estos programas son orientativos, sin incluir actividades concretas ni forma de evaluar ni de medir los resultados obtenidos.

Por otro lado, el libro de García y Berruezo (1994) facilita diferentes ejercicios de actividades psicomotrices, dividiendo estas propuestas en relación al aprendizaje del esquema corporal y los elementos que lo forman. Es decir, incluye ejercicios para el control tónico, postural, ritmo, etc. Pero no especifica para qué etapa, sino que es el educador quien debe elaborar las sesiones de trabajo psicomotor adecuadas a su aula.

Rigal (2006) también elabora un manual en cuya parte teórica expone los conceptos del desarrollo motor y psicomotor, así como el progreso motor a partir del esquema corporal. En cuanto a propuestas de actividades se realiza un planteamiento teórico, se presentan principios de organización de sesiones, pero no los ejercicios que hay que realizar, ni los objetivos a conseguir.

Finalmente, Lleixà (1995) presenta un recurso más práctico, con juegos sensoriales y de conocimiento corporal para poder realizar en el aula de infantil. Tras una explicación teórica de la importancia del juego como metodología, expone juegos dirigidos a trabajar el esquema corporal y sus cualidades (equilibrio, lateralidad, respiración, espacio- tiempo, expresión, etc.). Indica el título del juego y favorece su uso señalando la edad a la que va dirigida, materiales, organización, desarrollo y observaciones. Sin embargo, no aclara cómo evaluar o si a través de estos juegos se consiguen logros. Además su programación está dirigida a niños a partir de los 3 años, no se indican juegos para estimular la psicomotricidad gruesa o emociones desde los 0 meses.

En nuestra revisión hemos encontrado bastantes manuales que siguen este tipo de estructura, una primera parte teórica y una segunda más práctica. La mayoría, en esta segunda parte, suelen utilizar lenguaje técnico, pudiendo dificultar su comprensión. Además, no se indica un instrumento de evaluación, ya sea de observación o recogida de datos, para saber si las actividades realizadas consiguen los logros y los objetivos marcados.

En cualquier caso, sí hay programas de estimulación adecuadamente elaborados, pero son elaborados por centros de atención temprana, y puestos a disposición de los usuarios, sin facilitar una divulgación más amplia para los centros escolares y la población general, pese a los beneficios que esto conlleva. Por ejemplo: “Pautas para los padres” del Centro de Atención Temprana, Agencia Navarra para la Dependencia, Gobierno de Navarra, Departamento de Asuntos Sociales, Familia, Juventud y Deporte. O “Manual de estimulación temprana”, de la Dirección General de Educación Física.

2.7. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD GRUESA DE 0 A 3 AÑOS.

Teniendo en cuenta que en la mayoría de trabajos investigados no aparecen técnicas de evaluación, se ha realizado una búsqueda de herramientas para conocer si hay propuestas adecuadas para ser aplicadas en estos programas.

En esta revisión se han encontrado diferentes recursos para evaluar la psicomotricidad y el desarrollo de los niños, algunos desde el nacimiento, para poder comprobar su evolución y detectar posibles necesidades. Los más utilizados por profesionales del ámbito de salud infantil (pediatras, neurólogos y psiquiatras) de los años 50 a los 70 fueron instrumentos estandarizados que permitían establecer un cociente de desarrollo global. Entre ellos se encuentran la técnica de Ozeretsky (1936), la escala de Brunet-Lezine (1976) y la escala de Bayley (1977), cuyas características se comentarán a continuación.

La Batería de Ozeretsky de motricidad infantil (1930) se aplica entre los 4-14 años y utiliza varios test: coordinación estática, coordinación dinámica de las manos, de dinámica general rapidez de movimientos, movimientos simultáneos y ausencia de sincinesias.

Por otro lado, la Escala de Desarrollo para la Primera Infancia de Brunet y Lezine (1946), que se aplica entre los 0 y 6 años, analiza el factor postural, la coordinación, el desarrollo verbal, la conducta social y los juegos.

En esta línea, encontramos las Escalas Bayley (1977), que se aplican en los dos primeros años de vida. Son tres escalas independientes, pero complementarias: escala mental, de psicomotricidad y comportamental.

Sin embargo, actualmente, existen otros instrumentos de evaluación, desarrollados a partir de las comentadas anteriormente, que tienen como función la prevención, y no determinar una evolución o estado del cociente. Estos instrumentos, actualmente en uso, permiten la localización de demoras en el desarrollo y la utilización de diferentes técnicas de intervención. Algunas de estas herramientas de evaluación son:

- Test de Denver (Germain, 1967). Evalúa desde las dos semanas de vida hasta los 6 años de edad, dividiendo el test en cuatro categorías para evaluar las cuatro áreas del desarrollo: motricidad fina, motricidad gruesa, sociabilidad, adquisición del lenguaje.
- Balance psicomotor de Vayer (1977). Son dos baterías de pruebas, una para niños de 2 a 5 años (coordinación viso- manual, dinámica, equilibrio, control postural, del propio cuerpo, percepción y lenguaje) y otra de 6 a 11 años (coordinación general, de las manos, equilibrio y orientación espacial-temporal). Además incluye otras pruebas complementarias para valorar la lateralidad, la sincinesias, las paratonías, la respiración y el ritmo.
- Tabla Haizea-Llevant (Departamento de Salud de Gobierno de Navarra, 2000). Identifica, de una manera rápida y sencilla, posibles anomalías en el desarrollo madurativo del niño. Al igual que el test de Denver divide la prueba en 4 áreas: socialización, lenguaje y lógica-matemática, manipulación (motor fino), postural (motor grueso).

Este sistema de evaluación preventiva se ha ido implantando en los programas de salud de las Comunidades Autónomas de Cataluña, País Vasco, Aragón, Galicia, La Rioja y Navarra

De esta manera, se aprecia que hay herramientas adecuadas para poder evaluar a los niños desde su nacimiento y conocer su desarrollo evolutivo tanto en lo psicomotor como en lo cognitivo, aunque estos materiales no se muestren en los programas de estimulación psicomotriz.

3. JUSTIFICACIÓN

A partir del marco teórico se ha podido comprobar que hay bastante información sobre la importancia del desarrollo psicomotor desde la infancia.

En primer lugar, se han revisado diferentes teorías de investigadores europeos, como Piaget (1975), Wallon (1941), Ajuriaguerra (1978), Azemar (1982), Le Boulch (1971), Da Fonseca (1979), García y Berruezo (1994), y americanos, como Williams (1983), Cratty (1979) y Gallahue (1982), que hacían hincapié en la importancia del desarrollo motor y psicomotor. Por tanto, la idea sobre lo esencial que es trabajar el progreso motor desde la infancia viene avalándose desde antes de la década de los 80.

Se considera, tras la revisión de estos autores, que es indispensable estimular el desarrollo motor desde el nacimiento, utilizando como herramienta ejercicios de psicomotricidad para poder abordar los aspectos cognitivos. Del mismo modo, se cree que el conocimiento del esquema corporal y los elementos que lo integran facilita que los niños crezcan de forma adecuada, favoreciendo los aprendizajes posteriores y preparándoles para tener seguridad y confianza en sí mismos. Para ello, hay que tener en cuenta no sólo el desarrollo evolutivo de los pequeños sino el entorno y el ambiente exterior.

Pero, además de estas exploraciones y las conclusiones obtenidas, había otro referente de gran consideración para continuar con esta línea de trabajo, la LOE. La ley ha favorecido que continuemos pensando que el tema de la psicomotricidad es muy importante para investigar, conocer y trabajar con él.

En concreto, en el Real Decreto 1630/2006 y en el decreto foral de Navarra 28/2007, se observa que el currículo de educación infantil está pensado para trabajarse utilizando como herramienta el desarrollo psicomotor de los niños.

Con el respaldo de la ley y de las conclusiones obtenidas de la primera revisión bibliográfica respecto al término de psicomotricidad, se ha centrado este trabajo en cómo se puede contribuir a la educación infantil. Por ello, tras conocer que había dos tipos de psicomotricidad, la gruesa y la fina, se ha estimado que había más información de la fina, tanto de su desarrollo como de actividades para trabajarla. Y por este motivo consideramos que es necesario profundizar más en cómo se desarrolla y se estimula la gruesa. Por ello, en este trabajo se ha realizado un estudio más profundo sobre la psicomotricidad gruesa y cómo se suele trabajar a través de programas o libros destinados a este fin.

De este modo, se ha analizado el trabajo de Maganto y Cruz (2000), que justifica la necesidad de trabajar la psicomotricidad gruesa en el primer ciclo de infantil, apoyándose en autores como Bucher (1978), Castro (1995), Defontaine (1980), Le Boulch (1995), Gomendio y Maganto (2000) y García y Fernández (1994). A través de estos autores se ha conocido qué

componentes del esquema corporal es necesario estimular en cuanto a la psicomotricidad gruesa: el control tónico, el control postural, el control respiratorio, la lateralidad, la estructura espacio-temporal y el control motor-práxico.

Y, debido a esto, se ha considerado cómo se podría contribuir a favorecer esta estimulación en las escuelas infantiles. Por eso se han buscado estudios prácticos que apoyasen estas ideas, encontrando los de López (1998), Laya (2005) y Mendoza (2005). Estos han trabajado estimulando a niños mediante ejercicios de psicomotricidad y sus resultados muestran que han mejorado su rendimiento aquellos que participaron en estas actividades. Por tanto, se puede decir que unas pocas horas de intervención psicomotriz, dirigida por las educadoras de un aula de educación infantil o por padres, pueden tener efectos positivos en el aprendizaje de los alumnos a corto y largo plazo. Así se puede conseguir que estos niños alcancen el máximo nivel dentro de sus posibilidades de desarrollo. Por tanto, se consolida la idea de elaborar un recurso que favorezca esta estimulación gruesa en las escuelas infantiles o en el hogar.

Quizás los resultados obtenidos de estas prácticas tengan relación con lo que hoy en día se trabaja en centros de atención temprana y que debe abordarse en la etapa de educación infantil. Como dice el Libro Blanco de la Atención temprana (Federación Estatal de Asociaciones de Profesionales de Atención Temprana (GAT), 2005), estas intervenciones son actividades orientadas a minimizar los riesgos transitorios o permanentes que presentan los infantes de 0 a 6 años con crisis en su crecimiento o que corren el riesgo de padecerlas. Acciones en las que participarán, no sólo profesionales, sino la familia y el entorno de los niños.

En relación a esto, contamos con la experiencia personal de la autora sobre este tema, puesto que conoce el caso de una niña que acude desde los 9 meses a estimulación psicomotora, concretamente para trabajar el desarrollo de la psicomotricidad gruesa. Los ejercicios que se realizan en el centro de rehabilitación son trabajados y explicados a los padres y estos después lo comunican a la escuela infantil donde acude la niña para que la educadora realice estas prácticas con todos los alumnos del aula. De esta forma se refuerza el aprendizaje de las necesidades concretas que presenta la niña, pero también de las habilidades y competencias del resto de compañeros. Muchos ejercicios comentados por la madre a la educadora, ya son conocidos por esta, pero muchos otros no. Por ello, la autora considera que a través de su Trabajo Final de Grado puede contribuir al trabajo de los educadores a la hora de estimular la psicomotricidad gruesa.

Según esto, la propuesta del trabajo que se presenta es un recurso útil y práctico, encaminado a conseguir los objetivos marcados en el Real Decreto 1630/2006, y que favorezca esta estimulación de psicomotricidad gruesa en las escuelas infantiles.

En definitiva, se ha centrado este Trabajo de Fin de Grado en proponer una guía de psicomotricidad gruesa para niños de 0 a 3 años.

Por tanto, una vez definido el objetivo del trabajo, las indagaciones posteriores se encaminaron a encontrar programas de actividades de estimulación de psicomotricidad.

Con este fin se han revisado los programas propuestos por Herrero (2000), Aranda (2008), García (1994), Rigal (2006) y Lleixà (1995), y se han comparado entre sí. De esta forma, se ha podido observar que, aunque todos perseguían un mismo fin, el favorecer el desarrollo integral de los niños, eran programas elaborados, estructurados y explicados de forma bastante diferente. Además, la gran mayoría proponen actividades o sesiones para niños que ya saben caminar, es decir son programas que no trabajan desde sus inicios la psicomotricidad gruesa, ni todo el conocimiento del esquema corporal para alcanzar el equilibrio adecuado para poder llegar a desplazarse, para poder caminar.

Por eso, la guía que proponemos en este Trabajo de Fin de Grado incluirá actividades desde los 4 meses, edad en la que pueden iniciar la etapa educativa en las escuelas infantiles, donde ya se debe trabajar el desarrollo motor grueso.

Además, se considera que en los programas revisados se excluyen ciertos aspectos que la autora de este proyecto considera importantes reunir en un solo recurso, tales como indicar los objetivos que se pretenden conseguir, plantear actividades para lograrlos, una descripción cronológica de las dinámicas a realizar y una justificación del porqué de esta elección. Pero sobre todo, se considera necesario que en esta guía haya un sistema de evaluación para comprobar si las propuestas realizadas consiguen su propósito, ya que en ninguno de los programas revisados se indica cómo hacerlo.

Concluyendo, tras analizar el término psicomotricidad, profundizar en la estimulación del desarrollo motor grueso y conocer diferentes programas para trabajar la psicomotricidad, nos planteamos elaborar, en este Trabajo Final de Grado, una guía práctica de actividades. Con ello pretendemos crear un recurso de fácil uso y acceso que permita trabajar la psicomotricidad gruesa en la etapa de 0 a 3 años de Educación Infantil, un programa que sirva de herramienta a los educadores de este ciclo y a las familias de estos niños.

4. METODOLOGÍA

4.1. OBJETIVOS

El objetivo general de este Trabajo Fin de Grado es facilitar herramientas para poder trabajar la motricidad gruesa tanto en el hogar como en la escuela.

Este objetivo general se puede dividir en los siguientes objetivos específicos:

- Conocer qué es la psicomotricidad gruesa y desde qué edad se desarrolla.
- Saber los beneficios que conlleva un desarrollo motor grueso adecuado.
- Elaborar una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa de niños de 0 a 3 años, con la intención de que sea un recurso de fácil implantación en escuelas infantiles y que pueda ser trabajada en casa por familiares de los niños.

4.2. PROCEDIMIENTO

Para la realización de este Trabajo Fin de Grado se ha elaborado un marco teórico a partir de la revisión bibliográfica de diversos documentos, investigaciones y programas sobre el desarrollo psicomotor de los niños de 0 a 3 años. Además se han tenido en cuenta las leyes que enmarcan la educación infantil en relación a la estimulación motriz.

Desde este marco teórico se realiza la justificación del trabajo y se plantean los objetivos que se pretenden conseguir.

Todo ello da lugar a la elaboración de una propuesta de intervención, una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa de 0 a 3 años.

La elaboración de este programa se ha realizado utilizando libros de actividades de estimulación y artículos de centros de atención temprana comentados en el marco teórico. Además, se ha tenido en cuenta la experiencia de la autora tras haber presenciado sesiones de psicomotricidad gruesa en el complejo hospitalario Virgen del Camino de Pamplona y en el Centro de Atención Temprana del Gobierno de Navarra en Pamplona.

5. GUÍA DE ESTIMULACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD GRUESA PARA NIÑOS EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL

5.1. INTRODUCCIÓN

Esta guía práctica de estimulación de psicomotricidad gruesa para niños en el primer ciclo de educación infantil está destinada a docentes y padres.

A través de ella se facilita a educadores y familias un recurso de prevención de posibles retrasos en el desarrollo, a la vez que se ayuda al infante a seguir avanzando en la adquisición de nuevas capacidades motoras y cognitivas.

Para que la guía sea útil y sencilla de manejar está estructurada en diferentes apartados.

Uno de ellos es el de recomendaciones (ver anexo 1) para realizar los ejercicios propuestos en la guía. Son algunas ideas para entenderla y hacer más amenas y creativas las actividades, de manera que se pueden o no llevar a cabo según la decisión del educador.

El siguiente apartado es el de recursos (ver anexo 2), donde se enumeran los materiales necesarios para realizar todas las actividades, estos se pueden cambiar por algunos parecidos o que cumplan el mismo propósito.

De considerable importancia es la Tabla 1, que veremos más adelante en el apartado de actividades, que consiste en la esquematización del índice de actividades que forman la guía, con sus objetivos, justificación y una breve explicación del desarrollo de estas.

A continuación se desglosan todas las actividades (ver anexo 3), explicando una por una y los ejercicios que forman estas actividades. Son ejercicios libres de alguna modificación, si lo considerase el educador, para adaptarlos a un niño en concreto o a la clase en general.

Después se explican ejercicios de relajación (ver anexo 4) que se realizarán al finalizar cada sesión de psicomotricidad. De esta forma se consiguen varios objetivos: trabajar el control respiratorio necesario para mejorar el desarrollo motor grueso; tranquilizar y relajar al alumno para que comprenda que se ha acabado con la sesión de psicomotricidad gruesa y es el momento de iniciar otras dinámicas en el aula.

Y el último apartado de la guía es un instrumento de evaluación, para comprobar si se han conseguido los objetivos marcados a través de las actividades.

5.2. OBJETIVOS

El objetivo general de esta guía es mejorar la motricidad gruesa de los alumnos de primer ciclo de educación infantil de 0 a 3 años.

Este objetivo general se puede dividir en los siguientes objetivos específicos:

- Proponer actividades para estimular la psicomotricidad gruesa.

- Identificar, de forma fácil cómo y cuándo se deben de llevar a la práctica las actividades propuestas.
- Evaluar si a través de la propuesta de actividades se ha conseguido un progreso motor grueso.
- Ser un recurso de prevención de retrasos o alteraciones en el desarrollo.

5.3. TEMPORALIZACIÓN

Esta guía está pensada para trabajarse a lo largo de todo un curso académico del primer ciclo de educación infantil, es decir, para ser realizada durante 32 semanas. Para ello se han dividido y estructurado las actividades para 1º, 2º y 3º curso. Así, cada parte dedicada a un curso contará con diferentes dinámicas que se irán realizando de forma consecutiva o no, a elección del educador y en función del desarrollo del niño.

Al ser una guía que se debe trabajar en relación al aprendizaje de los niños no se pueden marcar ni fechas ni tiempos específicos de realización durante el calendario escolar pero sí determinar qué espacio-tiempo semanal se debe dedicar a ello para conseguir los objetivos buscados y, de esta forma, seguir una programación académica. Por ello, se considera que dos veces a la semana se dedicará un tiempo de 30 minutos para que los educadores puedan dedicarse a realizar estas dinámicas. En este tiempo serán ellos quienes, previamente, habrán decidido si llevan a cabo una actividad o varias, individual o grupalmente, según las propuestas por la guía y teniendo en cuenta cómo estén los niños de su aula, qué necesitan para realizarlas, etc. Esos 30 minutos de cada sesión son orientativos, ya que todo dependerá del tiempo concreto que necesite la actividad planificada o el número de alumnos con los que se trabaje.

Si la guía se utiliza en el ámbito familiar se recomienda a los padres incluir estas actividades en las rutinas diarias y dedicar un espacio de juego a estimular la psicomotricidad, pero nunca más de 35 minutos de estimulación dirigida y de forma continuada.

5.4. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

El instrumento de evaluación utilizado para conocer si las actividades planteadas en la guía mejoran la motricidad gruesa de los alumnos es el cuestionario (ver anexo 5) y la tabla de desarrollo motor grueso de Haizea-Llevant (ver anexo 6), ambos recogidos por el Departamento de Salud de Gobierno de Navarra (2000).

El cuestionario se basa en la observación de los movimientos y acciones de los niños y será cumplimentado por el educador del aula o por el tutor del niño, si la intervención se realiza en el ámbito familiar.

Esta prueba consta de 19 preguntas que valoran las acciones y movimientos necesarios de realizar para alcanzar un adecuado desarrollo motor grueso desde los 4 meses hasta los 3 años. Este cuestionario es el mismo para 1º, 2º o 3º curso de infantil, teniendo en cuenta que durante el

1º y 2º curso habrá muchos movimientos que no podrán realizar dado su desarrollo biológico. Sin embargo, en el último curso, para poder alcanzar el perfeccionamiento en el desarrollo motor grueso, deberían ejecutar los movimientos anteriores, porque si no puede ser un síntoma de alarma, indicando que el niño puede tener dificultades en su desarrollo motor.

Para poder conocer si cada niño progresa dentro de los patrones estandarizados del desarrollo motor grueso se utilizará la tabla de desarrollo motor grueso. Esta tabla es la de Haizea-Llevant (Departamento de Salud de Gobierno de Navarra, 2000), que diferencia claramente los estadios de psicomotricidad gruesa de los de psicomotricidad fina, pudiendo utilizar sólo la primera para esta evaluación. Además, es la que se ha ido implantando en los programas de salud de Navarra, agilizando la comunicación entre educadores, padres y pediatras, ya que, si se considera que un niño puede tener dificultades en su desarrollo, están compartiendo sistemas de evaluación para poder aunar criterios.

El cuestionario y la tabla indican los mismos movimientos y acciones que tienen que hacer los alumnos, indicando en la tabla en qué periodo de tiempo se deberían aprender a ejecutar. En todo caso se tiene en cuenta que una vez adquirido ese desarrollo no se olvida ni empeora, sino que se perfecciona.

Los pasos a seguir para realizar esta evaluación, que nos indicará si las actividades realizadas han mejorado el desarrollo motor grueso, son los siguientes:

1. Al inicio de curso, antes de realizar ninguna de las actividades el educador o familiar leerá las 19 preguntas que forman el cuestionario.
2. Durante una semana el educador observará los movimientos de los niños, y rellenará un cuestionario para cada alumno.
3. El educador cogerá cada cuestionario y lo valorará junto con la tabla de desarrollo motor grueso de 0 a 36 meses. Aquí será importante tener en cuenta la edad de cada niño para conocer si el desarrollo es el adecuado y planificar qué objetivos se podrán trabajar con cada uno en el aula, de forma individual o grupal.
4. A final de curso, una vez realizadas las actividades elegidas por el educador para favorecer el desarrollo motor de los alumnos, se volverá a rellenar el cuestionario. Así se observará si ha habido mejoría respecto la primera vez que se completó y se tendrá en cuenta de nuevo la tabla de desarrollo motor grueso de Haizea-Llevant (Departamento de Salud de Gobierno de Navarra, 2000) para poder saber si el desarrollo es el óptimo para su edad.

Con la comparación de la información obtenida la primera vez que se rellenó el cuestionario y la última se podrá valorar si se han logrado los objetivos marcados a través de las actividades planteadas en la guía y si ha mejorado el desarrollo motor grueso del niño.

5.5. ACTIVIDADES

En la Tabla 1 se recogen de forma esquemática las actividades que constituyen la guía. Sin embargo, todas las actividades aparecen explicadas de forma detallada en el anexo 3, para luego profundizar más en sus contenidos.

A través de la Tabla 1, que se muestra a continuación, el educador podrá valorar qué quiere trabajar en el aula, qué espacio va a necesitar y si puede ser actividad individual o grupal.

De esta manera, la tabla contiene la siguiente información:

- Una primera columna donde se indica el nombre de una actividad que incluye varios ejercicios desarrollados en el anexo 3. Es decir, las actividades están agrupadas en función de qué tipo de acciones se van a desarrollar para trabajarlas.
- La siguiente columna indica los objetivos que se pretenden trabajar a través de estos ejercicios.
- En la tercera columna se incluye una justificación de por qué es necesario trabajar estos objetivos.
- La cuarta columna muestra una breve explicación del desarrollo de cada actividad.

Tabla 1. Actividades de la guía.

| 1er curso de educación infantil | | | |
|--|--|--|--|
| Actividades | Objetivo | Justificación | Desarrollo |
| ¡Me tumbo en el suelo! | Alcanzar el control cefálico | Estos ejercicios de suelo además de trabajar el control cefálico permiten trabajar el desarrollo óculo-manual y la posición gateo y sedestación. | Todas las actividades de este grupo se realizarán partiendo de que el bebé estará tumbado en el suelo en un sitio mullido, ya sea boca arriba o boca abajo dependiendo de las características concretas de la práctica |
| ¡Jugando con un balón de playa! | | Con estos juegos el niño consigue el objetivo marcado además de otra dimensión del espacio. | Estas dinámicas se desarrollarán con un balón grande de playa donde se apoyará el cuerpo del bebé. |
| ¡Gira mi cuerpo por el suelo! | Rolar sobre su cuerpo | Estos ejercicios permitirán al niño conocer los movimientos adecuados para girar hacia un lado. Y poco a poco girar sobre sí mismo para facilitar posteriormente la posición de gateo. | Estando el niño tumbado se llamará su atención y se le facilitará la realización de movimientos para que gire. |
| ¡Aprendo a sentarme! | Conseguir la sedestación con ayuda y apoyo | Esta serie de ejercicios facilitará el desarrollo muscular de la espalda y cervicales para permitirles alcanzar el equilibrio adecuado para poder sentarse. | Son juegos en donde el niño estará sentado gracias a la ayuda del educador de manera que se sienta cómodo y se pueda reforzar esa postura. |
| ¡Me convierto en un perrito! | Potenciar el apoyo sobre su cuerpo | Son ejercicios que facilitarán la posición de gateo para conseguir este fin. | Se facilitará al niño la posición de gateo, aunque no lo consiga se seguirá reforzando esta postura. |
| ¡Quiero ponerme de pie! | | Mediante estos ejercicios se favorecerá la posición de ponerse de pie, de sujetarse sobre sí mismo, además de la coordinación piernas y brazos. | El niño se pondrá de pie con apoyos y con ayuda del educador, pero con espacios en donde esté libre de sujeción. |

| 2º curso de educación infantil | | | |
|---------------------------------------|--|---|---|
| Actividades | Objetivo | Justificación | Desarrollo |
| ¡Gateando esquivo obstáculos! | Coordinación motriz en diferentes posturas | Reforzando el gateo y la coordinación motriz junto el óculo-manual se favorecerán posteriores aprendizajes, como el de la lectoescritura. | El bebé gateará por los circuitos que prepare el educador. |
| ¡A subir escaleras! | | Estos movimientos ayudan a que su cuerpo se vaya enderezando para después aprender a ponerse de pie. | El niño subirá y bajará escaleras con ayuda del educador. |
| De pie juego con mis manos | | Se trabajará el equilibrio y las diferentes partes que forman el cuerpo. | Estando de pie el niño imitará los movimientos del educador. |
| ¡Me pongo de pie! | Equilibrio de pie | Estos ejercicios favorecerán que se ponga de pie y mantenga la postura adecuada para después poder coordinar la marcha. | El niño estará de pie aguantando su peso el tiempo que resista y con motivación del educador. |
| Jugando con una pelota de playa | | Favorecer el ponerse de pie, pero también saberse bajar de una cama, silla, etc. | El niño estará encima de un balón de playa y deberá ponerse de pie apoyándose en el. |
| ¡Camino! | Control de la marcha | Diferentes formas de estimular para favorecer la marcha. | El niño se apoyará en diferentes recursos para caminar. |
| Escaleras | | Reforzar la marcha levantando las rodillas. | Subir y bajar escaleras |
| ¡Pasádmela! | Control del equilibrio al desplazarse | Trabajar el equilibrio y la coordinación óculo –manual | Caminar llevando objetos |
| ¡Carrera de obstáculos! | | Diferentes dinámicas entretenidas para reforzar la marcha. | El niño realizará los circuitos que realice el educador. |
| Somos animales | | Mediante este ejercicio se reforzarán diferentes posturas y movimientos coordinados: arrastrase, gatear, caminar, saltar, etc. | El niño imitará los movimientos de los animales que haga el educador. |
| A saltar | | Se trabajará el equilibrio y fuerza muscular con los pies juntos. | El niño saltará en diferentes circuitos u obstáculos que proponga el educador. |

| 3^{er} curso de educación infantil | | | |
|---|--|---|---|
| Actividades | Objetivo | Justificación | Desarrollo |
| Jugando con una pelota | Coordinación y conservación del equilibrio | Son ejercicios que mediante el apoyo de una pelota hace que el niño fortalezca diferentes posturas como el estar de pie o sentado, a la vez que trabaja la coordinación óculo manual y coordinación motriz. | Ejercicios de pasarse una pelota de diferentes formas. |
| A saltar | | Saltando se refuerza el equilibrio de una forma divertida y motivadora para el niño. | El niño saltará cómo y por dónde se lo pida el educador. |
| Caminando a paso ligero | | Mediante juegos aprenderán a conocer y controlar los diferentes ritmos de marcha: lenta, rápida, normal, etc. | El niño imitará y seguirá las pautas del educador para caminar. |
| ¡Somos animales! | | Mediante este ejercicio se reforzarán diferentes posturas y movimientos coordinados: arrastrase, gatear, caminar, saltar, etc. | El niño imitará los movimientos de los animales que haga el educador. |
| ¡Equilibrios! | | Estos ejercicios trabajarán de diferentes formas y entretenidas el equilibrio. | El niño realizará diferentes circuitos o movimientos intentando mantener el equilibrio. |
| ¡Obstáculos! | Facilitar la movilización y el reconocimiento de las partes que integran su cuerpo | Son ejercicios que necesitan que el niño ya tenga un control de su cuerpo, además de otros aprendizajes como la ubicación en el espacio, para favorecer que siga aprendiendo a controlar su cuerpo y su manipulación. | Son circuitos dinámicos que implican diferentes posturas e indicaciones dadas por el educador, como desplazarse corriendo, gateando, pasar por debajo de una cuerda, etc. |
| Movimientos en el suelo | | El niño seguirá aprendiendo qué partes forman su cuerpo y qué control puede hacer sobre él. | Son movimientos realizados en el suelo que el educador irá indicando. |

6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En este trabajo se aborda el desarrollo psicomotor infantil. Dado que la psicomotricidad es un concepto muy amplio, nos hemos querido centrar en el desarrollo psicomotor grueso de 0 a 3 años.

Se ha visto, tras la revisión bibliográfica, que un adecuado desarrollo psicomotor grueso permite al niño conocer su esquema corporal para conseguir realizar movimientos voluntarios que le permitan poder desplazarse y, poco a poco, desarrollar autonomía y confianza en sí mismo, así como otras capacidades cognitivas. Por ello, se considera necesario favorecer este desarrollo psicomotor grueso desde el ámbito educativo de infantil o desde el familiar desde edades muy tempranas, como avalan las investigaciones realizadas por Garza (1978), Ardanaz (2009) y Pallasco (2011), Maganto y Cruz (2000), García y Fernández (1994) y Bécquer (2002). A través de la revisión de estas investigaciones se ha cumplido uno de los objetivos específicos de este trabajo, conocer qué es la psicomotricidad gruesa y desde qué edad se desarrolla.

Coincidimos con la opinión de estos autores en que si desde edades tempranas, es decir, desde el primer ciclo de educación infantil se estimula el desarrollo motriz, se contribuirá a la adquisición de nuevas capacidades y habilidades para alcanzar un mejor desarrollo global e integral.

De esta manera, teniendo en cuenta esta necesidad de mejorar el desarrollo psicomotor grueso desde las escuelas infantiles, se presenta en este trabajo una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa para niños de 0 a 3 años, cumpliendo así con otro de los objetivos de este Trabajo de Fin de Grado.

Se trata de una propuesta de intervención para trabajar con los alumnos del primer ciclo de infantil y así poder confirmar que la bibliografía revisada sobre este ámbito está en lo cierto. Además pretendemos contribuir, a través de un recurso práctico, a favorecer el desarrollo motor grueso en el ámbito educativo, ya que las investigaciones de los autores mencionados insisten en el beneficio de estimular desde edades tempranas a los niños su desarrollo motor, pero no indican cómo hacerlo.

Por tanto, para la elaboración de esta guía se han seguido programas previos de estimulación psicomotriz, como los de Herrero (2000), Aranda (2008), García y Berruezo (1994), Rigal (20006) y Lleixà (1995), además de otros programas de estimulación y prevención de posibles retrasos en el desarrollo motor de un niño, obtenidos de centros de atención temprana, como el de “Pautas para los padres” y “Manual de estimulación temprana”. Al mismo tiempo, se han tenido en cuenta los objetivos que pretende conseguir esta guía para planificar su diseño y desarrollo, como por ejemplo identificar de forma fácil cómo y cuándo se deben de llevar a la práctica las actividades propuestas.

Coincidimos con los programas de Herrero (2000), García y Berruezo (1994) y Lleixà (1995) en indicar en la guía propuesta los objetivos y plantear actividades para conseguirlos. En cambio, en el de Aranda (2008) y el de Rigal (2006) no se indican actividades concretas y, por ello, no los consideramos como ejemplos para elaborar nuestra guía de estimulación. Por otro lado, en estos dos últimos programas se explican ideas de cómo preparar sesiones y orientaciones de cómo realizarlas, y esta características sí parece adecuada para tomarla de ejemplo e incluirla en nuestra propuesta de intervención como un apartado de recomendaciones, siendo el educador quien decide si utilizarlas o no.

El programa de Lleixà (1995) es el que más ha influido a la hora de elaborar la propuesta de la guía, ya que, se está de acuerdo en muchos de los aspectos que aporta en su programa. Por ejemplo, se indica de forma clara para qué edad va dirigida cada actividad, cómo se desarrolla cada una y qué materiales son necesarios.

Teniendo en cuenta esto, la guía presentada no pretende ser una recopilación de ejercicios propuestos en otros manuales, sino que incluye actividades específicas y mejoras que pretenden facilitar su implantación en el ámbito específico de las escuelas infantiles. Por este motivo se presentan actividades de elaboración propia, siguiendo las líneas de acción consultadas en los diferentes manuales comentados en el marco teórico. De tal forma que la guía especifica puntos considerados importantes, como indicar la etapa educativa a la que van dirigidas las actividades, el desarrollo de estas, sus objetivos y la justificación de su elección.

Por otro lado, se considera que las actividades incluidas en la guía son validas para conseguir su propósito, ya que están elaboradas a partir de programas de estimulación como los anteriormente citados. Cabe resaltar que muchos de las propuestas revisadas en la bibliografía y que son la base de esta guía son ampliamente utilizados y reconocidos en ámbitos de rehabilitación, estimulación temprana e incluso en educación infantil. Sin embargo, la autora, basándose en su experiencia personal en escuelas infantiles, tiene la percepción de que muchas veces la psicomotricidad gruesa queda relegada a un segundo plano en las actividades planificadas con los niños en edades tempranas.

Además, esta guía presenta otro contenido que no se abordaba en ninguno de los programas anteriormente valorados. Se trata de un instrumento de evaluación que, a través de un cuestionario que se rellena mediante la observación de los niños y de la tabla de desarrollo motor grueso de Haizea-Llevant (Departamento de Salud de Gobierno de Navarra, 2000), valora si con la propuesta de actividades se ha conseguido un progreso motor grueso.

La inclusión de estos recursos de evaluación surge tras el análisis de diferentes estudios sobre la importancia de la estimulación psicomotriz, tales como los de López (1998), Laya (2005) y Mendoza (2005), en los cuáles se insiste en que sin instrumentos de evaluación no se tienen resultados para poder discutir y obtener conclusiones sobre los objetivos de intervención. Por este

motivo, se han percibido como incompletos los programas anteriormente valorados, aunque su elaboración y los recursos presentados fuesen muy buenos, como es el caso del programa de Lleixà (1995). De esta forma, al aportar como novedad a esta guía de estimulación este instrumento de evaluación estamos cumpliendo uno de los objetivos planteados, evaluar si a través de la propuesta de actividades se ha conseguido un progreso motor grueso.

Por otra parte, otra característica a tener en cuenta de esta guía propuesta es que está destinada a ser utilizada por los padres o educadores de los niños que acuden a escuelas infantiles. Por ello, no se ha seguido el estilo lingüístico utilizado en los programas de Herrero (2000), de García y Berruezo (1994), de Aranda (2008) y de Rigal (2006), ya que utilizan un lenguaje técnico, de difícil comprensión para familias o educadores no conocedores de términos médicos y terapéuticos. Tan sólo se han tenido en cuenta como manuales de fácil comprensión léxica el de Lleixà (1995) y los utilizados en centros de atención temprana del Gobierno de Navarra: “Pautas para los padres” y “Manual de estimulación temprana”. De este modo podemos acercar los programas de centros de atención temprana, dirigidos sólo a padres que tengan a sus hijos en rehabilitación, a cualquier educador o familia que quiera utilizarlos para estimular a los niños como medida de prevención en el hogar o en escuelas infantiles, eliminando las barreras para poder obtenerlos libremente.

Por ello, la guía está pensada y elaborada para ser implantada en escuelas infantiles de 0 a 3 años y estimular la psicomotricidad gruesa, con acceso a los padres de estos niños, ya que se trata de un tema fundamental desde la primera etapa de infantil, favoreciendo el desarrollo integral del niño.

Y se considera que, tal y como se ha realizado, podrá ser una guía bien acogida por los educadores y familiares, facilitando su uso en el ámbito educativo, y de esta forma también cumplir con otro de los objetivos que pretende, ser un recurso de prevención de retrasos o alteraciones en el desarrollo.

En esta línea, se han propuesto actividades para estimular la psicomotricidad gruesa que se puedan llevar a cabo en el aula y con materiales que generalmente se encuentran en una escuela o son fáciles de obtener. De esta manera, se consigue el objetivo principal de este trabajo, facilitar herramientas para poder trabajar la motricidad gruesa tanto en el hogar como en la escuela.

7. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

En este trabajo se ha elaborado una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa para niños de 0 a 3 años, con la intención de ser implantada en escuelas infantiles y poder ser utilizada en casa por los padres de los niños. Cabe destacar que para conseguirlo se ha realizado una búsqueda bibliográfica, tanto del concepto de psicomotricidad, insistiendo en el desarrollo motor grueso, como de otros estudios y programas de estimulación de psicomotricidad gruesa.

Ciertamente existe una gran cantidad de trabajos que tratan este tema. Por tanto, una de las primeras dificultades ha sido seleccionar un conjunto de referencias significativas que se ajusten al propósito del trabajo aquí presentado.

Además, conviene señalar que el trabajo realizado corresponde a un Trabajo Fin de Grado, con la dedicación limitada que supone y la falta de tiempo suficiente para el análisis del gran número de libros y trabajos encontrados. Por tanto, este proceso de revisión bibliográfica ha tenido que ser concretado en los aspectos fundamentales a criterio de la autora.

Por ello, una mejora de cara a un futuro trabajo es un análisis bibliográfico más exhaustivo, para identificar nuevas líneas de actuación propuestas por otros autores.

Otra de las dificultades que se han presentado en el análisis del marco teórico ha sido la limitación de acceso a determinados recursos. La herramienta principal de búsqueda ha sido Internet, pero no todos los trabajos y libros están públicamente disponibles. Afortunadamente, se ha podido contar con acceso al catálogo de la biblioteca de la Universidad Pública de Navarra, donde se han consultado gran parte de los recursos analizados.

Además, dada la relación personal de la autora con pediatras del servicio navarro de salud y profesionales del centro de atención temprana del departamento de Asuntos Sociales, Familia, Juventud y Deporte del Gobierno de Navarra, se han podido consultar los recursos de estimulación y valoración que utilizan estos organismos en lo referente a la psicomotricidad gruesa. Así mismo, se ha contado con su estimable opinión profesional sobre el trabajo desarrollado. Sin embargo sería conveniente seguir profundizando en el tema y analizar más materiales al respecto para completar la revisión bibliográfica realizada en el marco teórico.

Tras este análisis bibliográfico se ha querido plasmar este conocimiento elaborando una guía de estimulación de psicomotricidad gruesa de 0 a 3 años, de fácil uso e implantación en escuelas infantiles y en casa. Pero, teniendo en cuenta que la etapa de educación infantil abarca las edades de 0 meses a 6 años, otra posible mejora es extender este trabajo a toda la etapa de educación infantil.

Sin embargo, esta guía debía incorporar algún punto innovador con respecto a los estudios valorados en el marco teórico y esta ha sido una de las principales dificultades a la hora de afrontar

la elaboración de la guía. De todos modos, se ha conseguido superar este problema incluyendo en esta guía un instrumento de evaluación, aspecto del que carecían los programas valorados en nuestra revisión bibliográfica. Seguramente este recurso de evaluación se pueda mejorar en un futuro realizando una investigación más exhaustiva sobre otros métodos de evaluación o tras conocer las ventajas e inconvenientes del uso de este y las posibles mejoras.

Finalmente, pese a que uno de los objetivos de este trabajo era la puesta en práctica de la guía desarrollada, esto no ha podido llevarse a cabo por falta de tiempo y recursos. Aunque se hubiese contado con algún centro de educación infantil con disposición de aplicar la guía, no se habría podido cumplir, ya que la guía se debe aplicar desde el principio hasta el final de curso y estos plazos no coinciden con los de realización de este proyecto final de grado. Por tanto, una de las principales líneas futuras de trabajo incluye la aplicación práctica de la guía en una escuela infantil y su posterior valoración.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Ajuriaguerra, J. (1978). *Manual de psiquiatría infantil*. Barcelona: Científico – Médica.
- Aranda, R. E. (2008). *Atención temprana en Educación Infantil*. WK Educación.
- Ardanaz, T. (2009). *La psicomotricidad en educación infantil*. Cádiz. Recuperado de http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_16/TAMARA_ARDANAZ_1.pdf
- Azemar, G. (1982). *Éléments de neurobiologie des comportements moteurs*. París: Insep
- Baena, A., Granero, A y Ruiz, P.J. (2010). *Procedimientos e instrumentos para la medición y evaluación del desarrollo motor en el sistema educativo*. Journal of Sport and Health Research, 2 (2), 63-76. Recuperado de <http://biblioteca.unirioja.es/biba/pag3.php?cod=281>.
- Ballesteros, S. (1982). *El esquema corporal*. Madrid. TEA Ediciones.
- Bayley, N. (1977). *Escala Bayley de Desarrollo Infantil*. Madrid. TEA Ediciones.
- Bécquer, G. (2002). *El comportamiento del desarrollo motor de los niños /as cubanos en el primer año de vida*. Tesis en opción al grado científico de Doctora en ciencias de la Cultura Física. Ciudad de la Habana. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos31/psicomotricidad/psicomotricidad.shtml#nociones>
- Brunet, O. y Lezine, I. (1946). *Desarrollo psicológico de la primera infancia*. Visor Libros, S.L.
- Bucher, H. (1976). *Trastornos psicomotores en el niño. Práctica de la reeducación psicomotriz*. Barcelona. Toray Masson.
- Castro, L. (1995). *Programa de los 20 años. La práctica psicomotriz en el curriculum de educación infantil*. Madrid. CEPE.
- Coste, J. C. (1980). *Las cincuenta palabras claves de la psicomotricidad*. Barcelona: Médica y Técnica.
- Cratty, B. J. (1979). *Perceptual and motor development in infants and children*. New Jersey: Prentice Hall. 2ª ed.
- Da Fonseca, V. (1979). *Reflexiones sobre el desarrollo psicobiológico del niño*. Infancia y aprendizaje. Recuperado de <http://www.fia.es/revistas/infanciayaprendizaje/home>.
- De Liève, B. & Staes, I. (1992). *La psychomotricidad*. París: Berlín.
- Decreto foral 28/2007, de 26 de marzo. Publicado 4 de mayo 2007. Boletín Oficial de Navarra núm. 56. Recuperado en http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2007/56/Anuncio-2/
- Defontaine, J. (1980). *Manuel de rééducation psychomotrice*, 3. Maloine. Recuperado de http://www.ascodocpsy.org/santepsy/Base/Recherche?_equation=&MotsCles=&Titres=&

Aut=Defontaine&Resu=&DateText=&Rev=&Numeros=&Dates=198*&Dates=&Loc=&_fmt
=shortref&_sort=%25&_max=1011

- Departamento de Salud de Gobierno de Navarra (2000). *Valoración del desarrollo psicomotor. Tabla Haizea – Llevant*. Recuperado de www.navarra.es/home_es/...de+Navarra/...departamentos/Salud/
- Escuela Internacional de Psicomotricidad (2012). *Definición*. Recuperado de <http://www.psicomotricidad.com/>
- Federación Estatal de Asociaciones de Profesionales de Atención Temprana (GAT) (2005). *Libro Blanco de Atención Temprana*. Madrid. Real Patronato sobre Discapacidad.
- Gallahue, D. (1982). *Understanding motor development in children*. New York: John Wiley and Sons.
- García, J. A & Berrueto, P. P. (1994). *Psicomotricidad y educación infantil*. Madrid: Cepe, S.L.
- García, J. y Fernández, F. (1994). *Juego y psicomotricidad*. Madrid. CEPE.
- Garza, F. (1978). *Manual avanzado para padres*. Bogotá: PSICOM Editores. Recuperado de <http://www.comunidad-autista.org/content/category/1/13/30/>
- Germain, A. (1967). *Denver Developmental Screening Test: Public Health Agency of Canada, Denver, Emergency management*. Lightning Source UK Ltd.
- Gomendio, M. y Maganto, C. (2000). Eficacia y mejora del desarrollo psicomotor, el autoconcepto y la socialización a través de un programa de actividades físicas. *Apuntes. Educación Física y Deportes*, 61, 24-30.
- Herrero, A. B. (2000). Intervención psicomotriz en el Primer Ciclo de Educación Infantil: estimulación de situaciones sensoriomotrices. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 37, 87-102. Recuperado de <http://biblioteca.unirioja.es/biba/pag3.php?cod=281>
- Laya, M. (2005). *Influencia de un programa de ejercicios físicos para niños con edades comprendidas entre 4 y 5 años*. Universidad José María Vargas. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos89/activ-fisico-recrec-mejorar-motricidad-gruesa-edad-preescolar/activ-fisico-recrec-mejorar-motricidad-gruesa-edad-preescolar.shtm>
- Le Boulch, J. (1971). *Vers une science du mouvement humain. Introduction à la psychocinétique*. París: ESF.
- Le Boulch, J. (1973). *L'éducation par le mouvement*. París: ESF.
- Le Boulch, J. (1995). *Mouvement et développement de la personne*. Paris: Vigot.
- Lleixà, T. (1995). *Juegos sensoriales y de conocimiento corporal*. Barcelona: Paidotribo. Recuperado de http://books.google.es/books?id=7cru73swqkYC&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

- López, P. (1998). *Efectos de la influencia motora en la edad preescolar*. Escuela de educación de la universidad nacional abierta de Venezuela. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos89/activ-fisico-recrec-mejorar-motricidad-gruesa-edad-preescolar/activ-fisico-recrec-mejorar-motricidad-gruesa-edad-preescolar.shtm>
- Maganto, M. y Cruz, S. (2000). *Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia*. San Sebastián. Recuperado de http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/Capi_libro/38c.pdf
- Mendoza, R. (2005). *La estimulación sensoriomotriz en niños y niñas de 0 a 4 años*. Recuperado en <http://es.scribd.com/doc/94087341/Actividades-Fisicos-Recreativos-Mejorar-Motricidad-Gruesa-Ninos-Edad-Preescolar>
- Pallasco, N.R. (2011). *La pizarra interactiva como estrategia metodológica en el desarrollo de las competencias básicas en pedagogía: estudio de casos*. Educación, ciudadanía y convivencia. Diversidad y sentido social de la educación: comunicaciones del XIV Congreso Nacional y III Iberoamericano de Pedagogía, 2008, ISBN 978-84-691-5629-2, págs. 1643-1652
- Piaget, J. (1975). *Seis estudios de psicología*. Barcelona. Barral.
- Pikler, E. (1985). *Moverse en libertad: desarrollo de la motricidad global*. Narcea.
- Ozeretzki, N. (1936). Echelle Metrique du Développement de la motricité chez l'Enfant et l'Adolescent. *Higiene Mentale*, 53-75.
- Real Academia Española (2009). Diccionario de la lengua española. Recuperado de: <http://lema.rae.es/drae/?val=psicomotricidad>
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre. Publicado jueves 4 enero 2007. Boletín Oficial del Estado núm.4. Recuperado en <http://www.boe.es/boe/dias/2007/01/04/pdfs/A00474-00482.pdf>
- Rigal, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y primaria*. Barcelona: Inde
- Vayer, P. (1977). *El diálogo corporal*. Barcelona. Científico-Médica.
- Wallon, H. (1941). *L'évolution psychologique de l'enfant*. París: Collin. Traducción española en 1974. Barcelona: Grijalbo.
- Williams, M. (1983). *Perceptual and motor development*. New Jersey: Prentice Hall.

Bibliografía adicional

- Ejercicios para niños de motricidad*. (Desconocido). CreeSiendo. (2010). [Video] YouTube. Recuperado el 7 de agosto de 2012 de: <http://www.youtube.com/watch?v=9DI5BhdouZA>
- Federación Estatal de Asociaciones de Profesionales de Atención Temprana (2005). *Recomendaciones técnicas para el desarrollo de la atención temprana*. Real Patronato sobre discapacidad. Recuperado de <http://www.atenciontemprana.com/EIDocumentsAT/Recomendaciones%20T%E9cnicas.pdf>

- Jarque, J. (Sin fecha). *Ejercicios de psicomotricidad*. Recuperado de <http://www.educa.madrid.org/web/cp.ciudadelaire.alcala/pdf/FOLLETOS/03%20EJERCICIOS%20PSICOMOTRICIDAD.pdf>
- Rico, D. (2009). *Instrumentos de evaluación y diagnóstico en la edad comprendida de 0 a 6 años: Descripción, utilización y grado de satisfacción en los Centros de Atención Temprana de la Comunidad Valenciana*. (Tesis doctoral). Recuperada de: <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/21340/proyecto%20overion%20final.pdf?sequence=3>
- Universidad Internacional de la Rioja. (2011). Didáctica de la educación física y el deporte en Educación Infantil. Tema 1: Introducción a la educación física infantil. Material no publicado.
- Universidad Internacional de la Rioja. (2011). Didáctica de la educación física y el deporte en Educación Infantil. Tema 2.4: Desarrollo psicomotor. Tipos de movimientos. Material no publicado.
- Universidad Internacional de la Rioja. (2011). Didáctica de la educación física y el deporte en Educación Infantil. Tema 3.2: Concepto de educación psicomotriz. Material no publicado.
- Universidad Internacional de la Rioja. (2011). Educación temprana. Tema 2: Programas de desarrollo motor. Material no publicado.
- Universidad Internacional de la Rioja. (2011). Educación temprana Tema 5.10: Programas de intervención. Material no publicado.

9. ANEXOS

ANEXO 1. RECOMENDACIONES

Indicaciones para el uso de la guía:

- A través de la tabla de actividades se podrá acudir al desarrollo de los ejercicios teniendo en cuenta el objetivo y que se pretende trabajar.
- El desarrollo de las actividades aparece en tercera persona del singular, excepto aquellas que necesariamente deben realizarse en pareja. Sin embargo, la mayoría de ellas se podrán hacer en grupo, por ello, será el educador quien decida cómo realizarlas.
- No tiene que haber una programación lineal siguiendo el orden de las actividades, el educador escogerá aquellas que cree conveniente trabajar y que se adecuen al desarrollo del niño en concreto o a la clase en general.
- Las actividades se pueden repetir tantas veces como se considere necesario, tanto para conseguir el objetivo buscado como por reforzar el aprendizaje o por satisfacción de los niños.

Indicaciones para favorecer el desarrollo de las actividades:

- Facilitar un ambiente adecuado para cada actividad. Disponer de un espacio amplio, iluminado y tranquilo que permita a cada niño estar atento al ejercicio y poder moverse sin obstáculos que dificulten el desarrollo.
- Acompañar las actividades con música acorde a esta. Disponer de un aparato de música para utilizar en cada actividad con música rápida o lenta según el propósito de la acción. Pero sobretodo, es recomendable, utilizar música relajante para las actividades de relajación (música clásica, sonidos del mar, del aire, de animales.etc.).
- Explicar al niño todo lo que se va a hacer, lo que se está haciendo y todo cuanto desee saber. Sin ser muy explícitos para dejar que ellos mismos descubran cosas a medida que se está realizando la actividad. De esta forma el niño no se enfrentará a algo desconocido pero a la vez su capacidad de descubrir y percibir seguirá estando en activo.
- Permitir que el niño explore libremente los objetos y el medio que le rodea referentes a la actividad. Ya que, si se le permite jugar con otros objetos no destinados al ejercicio se produce una distracción hacia la actividad que tiene que realizar, una falta de atención y concentración y, seguramente, mayor dificultad para conseguir el objetivo marcado.
- Durante las actividades sonreír al niño, acariciarle, estimularle y festejar sus logros. A través de estas acciones el pequeño se verá recompensado por su esfuerzo y se le estará motivando y estimulando a que continúe aprendiendo, repita o inicie otras actividades
- El tiempo de cada actividad variará según la edad y respuesta de los niños a ésta. Nunca se marcará que una actividad se debe de realizar en un tiempo concreto, todo lo contrario, se

dedicará el tiempo necesario para que un niño inicie y finalice una actividad y la concluya con sensación de satisfacción.

- Después de cada actividad hacer uno o dos ejercicios de relajación. De esta manera, cada niño comprenderá que se ha acabado la sesión de psicomotricidad.

ANEXO 2. MATERIALES Y RECURSOS

Para poder llevar a cabo estas actividades se necesita que sean adultos, padres, educadores del centro u otros profesionales que se hayan leído y comprendido las dinámicas, quienes las organicen y preparen para realizarlas con los niños.

Los materiales necesarios para el desarrollo de las diferentes actividades propuestas para trabajar la estimulación gruesa en el primer ciclo de la educación infantil son:

- Objetos llamativos: muñecos, sonajeros, cintas, móviles, peluches, etc.
- Balón de playa grande.
- Pelotas.
- Cojines o almohadas.
- Sábanas o mantas.
- Cuerdas.
- Periódicos.
- Escalera.
- Sillas, bancos, mesas.
- Música, preferiblemente sin letra (sonidos rápidos o lentos, de animales, del aire, del mar, etc.).

En cada actividad se detalla cuál de estos materiales mencionados anteriormente se necesita, siendo flexibles en este sentido. Por ejemplo, si no se tiene un recurso, como puede ser una pelota, para estimular al pequeño hacia el gateo, se puede usar un cilindro o cualquier otro objeto que llame su atención, ruede y consiga el fin buscado.

ANEXO 3. ACTIVIDADES**1er curso de educación infantil****❖ Control Cefálico****Me tumbo en el suelo**

- 1) Acuesta al bebé boca arriba y llama su atención hablándole o mostrándole algún objeto llamativo. Permítale que agarre el objeto o nuestros dedos para que levante la cabeza y espalda.
- 2) Acuesta al bebé boca abajo y llama su atención hablándole o mostrándole algún objeto llamativo que esté por encima de él pero en su campo de visión. Si además de levantar la cabeza, levanta un brazo para intentar cogerlo acérqueselo para que lo logre.
- 3) Acuesta al bebé boca arriba, agárrale suavemente de los antebrazos y despacito siéntale mientras le dices de forma alegre “arriba”. Después sujétale con las manos en su espalda.

¡Jugando con un balón de playa!

- 4) Utilizando un balón grande de playa, bien hinchado, coloca al bebé boca abajo encima de este. Agarra al pequeño por las nalgas y haz rodar la pelota muy despacio hacia un objeto llamativo, a la vez que se le dice que mire hacia este objeto. Con la intención de que levante la cabeza y el tronco con la ayuda de sus manos.
- 5) Colocar al bebé boca arriba en el balón grande de palaya, sostenerle por los músculos y mover lentamente el balón en todas las direcciones para facilitarle que levante la cabecita.

❖ Rolar sobre su cuerpo**Gira mi cuerpo por el suelo**

- 6) Estando el bebé acostado boca arriba, coloca su pierna izquierda en ángulo de 45° apoyada en el suelo. La pierna derecha tiene que estar recta. Pon un objeto llamativo cerca de su lado derecho, de manera que cuando le ayudes a voltear hacia ese lado consiga cogerlo.
- 7) Estando el bebé acostado boca arriba, coloca su pierna derecha en ángulo de 45° apoyada en el suelo. La pierna izquierda tiene que estar recta. Pon un objeto llamativo cerca de su lado izquierdo, de manera que cuando le ayudes a voltear hacia ese lado consiga cogerlo.
- 8) Coloca al bebé boca arriba, llámale con un objeto llamativo y que haga ruido. Una vez haya visto el objeto, muévelo hacia un lado de manera que lo siga e intente darse la vuelta para cogerlo. Ayúdale para darse la vuelta si no tiene todavía la suficiente fuerza.

- 9) Coloca al bebé boca abajo, llámale con un objeto llamativo y que haga ruido. Una vez haya visto el objeto, muévelo hacia un lado de manera que lo siga e intente darse la vuelta para cogerlo. Ayúdale para darse la vuelta si no tiene todavía la suficiente fuerza, a la vez que le colocas los brazos de manera que no se le queden debajo y por ello no se pueda girar.

❖ **Sedestación con ayuda y apoyo**

Aprendo a sentarme

- 10) Sienta al bebé sobre tus rodillas, agárrale de la espalda para que él se sienta seguro y pueda mantener el equilibrio. Juega con él, dando saltitos, haciendo carantoñas, gestos con la cara, etc. Quita las manos de la espalda de vez en cuando de manera que el bebé no se sienta inseguro, ni coja miedo.
- 11) Estando el bebé sentado, con o sin ayuda de apoyos (cojines, respaldo, etc.) llamar su atención con un objeto llamativo y sonoro. A la vez háblale para que siga el objeto y tu voz, para que intente erguir la cabeza y mantener esta posición.
- 12) Sienta al bebé en una superficie dura, agárrale por su cintura e intenta con movimientos suaves que rote su tronco. Incluso, empújale hacia un lado para que saque sus manos en forma de reflejo para no caerse.
- 13) Estando el niño sentado frente a un espejo, nómbrele y tóquelo diferentes partes de su cuerpo. En cuanto el niño quiera dejar de estar sentado, que su cuerpo ya no tenga la suficiente fuerza para erguir la cabeza, termina la actividad.
- 14) Acuéstate boca arriba y coloque al bebé encima de su pecho, tómelo por las axilas y ayúdelo a sentarse.
- 15) Sienta al bebé sin apoyo con las piernas estiradas en forma de “V”, colócale las manos en el espacio que queda entre sus piernas, háblele de cerca para que le mire al frente.

❖ **Apoyo sobre su cuerpo**

Me convierto en un perrito

- 16) Tumba al bebé boca abajo para que se intente apoyar con sus manos y de rodillas, levántale su tronco colocando tu mano debajo del estómago. Suba y baje su tronco suavemente de manera que él pueda sacar sus brazos e intentar apoyar sus manos, lo mismo ocurrirá con las rodillas, poco a poco hará fuerzas con las extremidades como resistencia en caer al suelo.
- 17) Coloca al bebé boca abajo, ponga una sábana debajo de su estómago, de manera que podamos agarrar los dos extremos y levantar suavemente al bebé hacia arriba, permitiéndole que apoye sus manitas y rodillas para facilitar la posición gatico.

- 18) Coloca al bebé en posición de gateo y déjelo así unos segundos, enséñele un juguete llamativo, espere a que mueva una mano hacia adelante (no importa si se cae, deja que toque el juguete)
- 19) Delimita un área y esparza objetos, coloca al bebé dentro de este espacio, háblele y anímale a que se desplace gateando con el fin de que se encuentre con los objetos y los tenga que pasar por encima o los esquive para seguir avanzando.

¡Quiero ponerme de pie!

- 20) Acuesta al bebé boca abajo sin zapatos, pon un juguete fuera de su alcance y anímale a que lo coja, ayúdalo colocando tu mano en la planta de sus pies para que se impulse. Háblale diciendo: adelante, adelante.
- 21) Toma al bebé por las axilas y con movimientos suaves súbalo y bájelo, póngalo de pie sobre una superficie dura.
- 22) Decora las paredes con objetos que cuelguen de una cuerda. Objetos que le gusten al niño, como su juguete o peluche preferido. La distancia del objeto colgado del suelo tiene que ser muy poca, la necesaria para que el pequeño tenga que levantar los brazos e intentar ponerse de pie para poder cogerlo.
- 23) Pon al bebé de pie agarrándole por la cadera, háblale, cántale, balancéale y ría con él, mientras le distraes suéltale de vez en cuando para que mantenga el equilibrio.
- 24) Coge al bebé de las axilas y ayúdalo a caminar. Para motivarle ponle su juguete preferido a una distancia corta, de manera que dé unos pasitos y consiga su recompensa.

2º curso de educación infantil

❖ Coordinación motriz en diferentes posturas

¡Gateando esquivo obstáculos!

- 1) Organiza un espacio con obstáculos que un niño pueda esquivar gateando. Que no sea muy largo el recorrido para que si se hace en grupo no se cansen esperando su turno. Que el educador acompañe en el gateo al niño para que aprenda el recorrido.
- 2) Prepara diferentes tipos de superficies (blandas, duras, arenosas, piedras, lisas, suaves, etc.) por donde pueda gatear un niño y acompáñale para que haga el recorrido
- 3) Motiva al niño que pase gateando por debajo de un túnel, hecho con sillas, tablas, y diferentes objetos.

¡A subir escaleras!

- 4) Ayuda al niño a que suba gateando unas escaleras.
- 5) Gateando hacia atrás, ayuda al niño a bajar unas escaleras.

De pie juego con mis manos

- 6) De pie el niño imita los movimientos de palmas que hace el educador: aplaudir, zarandearlas, decir hola, una mano arriba otra abajo, etc.
- 7) De pie el niño se toca las partes del cuerpo que el educador indica, le imita.
- 8) Diga al niño que golpee con un palo distintas superficies de diferentes tamaños estando de pie.

❖ Equilibrio de pie

¡Me pongo de pie!

- 9) Estando el niño en posición de gateo pon un juguete llamativo encima de una silla para que levante la mano, se agarre a ella para intentar cogerlo. Ayúdale a levantar una rodilla y luego a estirar la otra pierna para poder ponerse de pie.
- 10) Coloca juguetes vistosos y de interés para el niño en un mueble en el que pueda verlos estando de pie. Colócale de pie apoyado en el mueble, ayúdale a mantener el equilibrio si fuese necesario.
- 11) Coloca juguetes vistosos y de interés para el niño en un mueble en el que pueda verlos y cogerlos estando de pie. Colócale de pie apoyado en el mueble, que coja los juguetes que quiera, teniendo que soltar una o dos manos, pero que se mantenga de pie, ayúdale a mantener el equilibrio si fuera necesario.

Jugando con una pelota de playa

- 12) Pon al bebé en una pelota grande de playa boca abajo, muévala de modo que los pies no toquen el suelo, vuelva a colocarla de forma que ahora sí toquen suelo y sea el bebé quien haga el esfuerzo de ponerse de pie apoyándose en la pelota.

❖ **Control de la marcha**

¡Camino!

- 13) Permita que el bebé se agarre de un andador y camine empujándolo.
- 14) Estando el niño de pie apoyado en un mueble, ánimoale a que vaya caminando a otro mueble en donde haya juguetes que le gusten. Teniendo en cuenta que los muebles tienen que estar cerca, la distancia podrá variar a medida que el niño consiga equilibrio y aprenda a desplazarse.
- 15) Utiliza una pelota para que el niño camine detrás de ella, con o sin ayuda. Después que la coja y la lance o le de patadas, el caso es que tenga que volver a desplazarse para cogerla.
- 16) Lleva al niño un juguete a la vez que se lo dices, luego, pídele que te lo lleve a ti. Intenta lo mismo pero indicándole que se lo lleve a otro niño u otro sitio.
- 17) Juega al pillar-pillar con el niño, a veces le sigues tú diciéndole “que te pilló”, otras que te siga él y le dices “que me pillas”.

Escaleras

- 18) Agarra de las axilas, o mano (dependiendo de su estabilidad) al niño y ayúdale a subir escaleras. Insista en que suba primero un pie y luego el otro, si no lo hace, colócale la pierna en cada escalón.
- 19) Una vez controla la marcha, ponga un objeto llamativo en lo alto de las escaleras y pídale que lo baje, ayúdale a bajar de frente.

❖ **Control del equilibrio al desplazarse**

Pasádmela

- 20) Juega con el bebé a lanzar la pelota con las manos, deja que la vaya a recoger cuando caiga al suelo.
- 21) Pida al bebé que transporte objetos de un lugar a otro.
- 22) Ofrece al bebé juguetes atados con hilos para que pueda arrastrarlos, éstos pueden ser de ruedas o no.
- 23) Pide al bebé para que pase caminando sobre almohadas mientras trae un objeto.
- 24) Juega con el niño a patear la pelota y pasarla.

Carrera de obstáculos

- 25) Coloca pequeños obstáculos como juguetes, muñecos, para que el niño los pase sin pisarlos.
- 26) Pinta caminos en el suelo con el fin que el niño los recorra.
- 27) Coloca una cinta elástica a 30 centímetros del suelo para que el niño la pase por encima y por debajo.

Somos animales

28)Juega con el niño a imitar los movimientos de las mariposas, perros, gatos, serpientes, pájaros, canguros, etc.

A saltar

29) Juega con el niño a saltar de un punto a otro dibujado en el suelo, distancias cortas.

30) Pon un taburete o banco no muy alto en el que el niño pueda subirse con ayuda y saltar desde arriba.

31) Saltar entre los peldaños de una escalera dibujada en el suelo.

3er curso de educación infantil**❖ Coordinación y conservación del equilibrio****Jugar con la pelota**

- 1) El niño sentado con las piernas estiradas coge la pelota y se la pasa al compañero de enfrente.
- 2) El niño de pie se pasa la pelota con el compañero de enfrente o el de al lado si forman un círculo.
- 3) El niño lanza la pelota al del frente y viceversa.
- 4) Sobre una superficie plana, el niño empuja la pelota con las dos manos y corre tras ella.
- 5) El niño pasa la pelota por debajo de sus piernas al compañero de atrás y luego al revés.
- 6) El niño sentado con las piernas en posición “V” debe jugar a soplar o dar a una pelota con la cabeza situada delante, sin utilizar las manos.

A saltar

- 7) El niño de pie, invítale a que dé pequeños saltos sobre los dos pies y al escuchar una palmada se siente, al escuchar de nuevo la palmada se vuelve a levantar.
- 8) El niño salta con los pies juntos sobre una cuerda situada en el suelo, la cuerda puede estar recta o haciendo formas.
- 9) El niño intenta girar el cuerpo mientras da un pequeño salto.
- 10) El niño juega a entrar y salir de un aro dando un salto.

Caminando a paso ligero

- 11) El niño juega a marchar dando pasos cortos, muy cortos, largos o muy largos según el ritmo de la música que se escuche o las pautas del educador.
- 12) El niño sube y baja bloques de madera a paso ligero y sin hacer ruido, de frente, de espaldas y de lado.
- 13) Los niños se pondrán en fila, imitando un tren y seguirán las indicaciones de la locomotora que será el educador. Caminarán despacio, más deprisa, a la pata coja, saltando, con una mano encima del compañero de delante, con una mano agarrada a la cintura del de atrás, y así todas las variantes que el educador quiera realizar.
- 14) El educador dividirá a los niños en dos grupos. A unos les dará un trozo de cuerda larga, estos se pondrán la cuerda enganchada en la parte de atrás del pantalón. Luego los otros niños deberán pisar la cuerda y hacerse con el número máximo de ellas. Después lo harán al revés.

Somos animales

- 15) Juega con el niño a imitar los movimientos de las mariposas, perros, gatos, serpientes, pájaros, canguros, etc.

- 16) El niño imitará una avestruz, que previamente se les habrá enseñado en foto. De esta forma deberá mantener los pies juntos y utilizar la boca para recoger las cosas que se habrán colocado por el suelo.

¡Equilibrios!

- 17) Cada niño se colocará en pareja uno en frente del otro. La punta de los pies se tocarán y se agarrarán de las manos tirando el cuerpo cada uno hacia atrás, manteniendo el equilibrio. El educador contando alguna historia podrá modificar su posición haciéndoles flexionar las rodillas, inclinar el cuerpo hacia la izquierda, etc.
- 18) El niño deberá girar y dar vueltas tal y como le indique el educador hasta que este le pida que se quede quieto, intentando mantener el equilibrio.
- 19) Cada niño se colocará en pareja, uno será el escultor e irá colocando como quiera a su compañero intentando aguantar éste el equilibrio. Además podrá utilizar materiales de clase para hacer la escultura.
- 20) Dibuja en el suelo aros, triángulos, líneas curvas y que el niño camine por encima de ellas.
- 21) Coge al niño de los pies y que camine como si fuese una carretilla.

❖ Facilitar la movilización y el reconocimiento de las partes que integran su cuerpo

¡Obstáculos!

- 22) Coloca dos cuerdas en forma paralela con una distancia de 25 cms, el niño en posición de gateo se desplazará entre las cuerdas, sin tocarlas. Irá hacia delante, hacia atrás, sobre cuatro puntos de apoyo (pies y manos) y finalmente de pie. Después se coloca dentro del carril y salta con las piernas hacia afuera, y luego que vuelva a saltar para entrar.
- 23) Agarra una cuerda a 30 cm del suelo y que pase el niño arrastrándose por debajo, tanto boca abajo como boca arriba.
- 24) Enseña un juguete y pida que el niño cierre los ojos, esconda el juguete en la habitación después se le irá indicando oralmente dónde está escondido. Se le pedirá que pase por debajo de una silla, que pase por debajo de una cuerda, que mire dentro de una caja que esté en alto, y así todos los obstáculos que crea conveniente el educador.
- 25) Pídale al niño que arrugue hojas de periódico con los pies hasta hacer una pelota, que juegue luego con ella libremente, y después que la desarrugue con los pies o con las manos.
- 26) Se le dirá al niño que está en una montaña, se le irá indicando si sube una pendiente, si va cuesta abajo, si salta un río, si pasa por un troco,... El educador lo explicará y lo hará para que le imite.

Movimientos en el suelo

- 27) Estando sentado, se agarra las rodillas entre las manos y se balancea como si fuese una mecedora.
- 28) Tumbado el niño juega que está nadando, hace crol, braza, espalda y mariposa.
- 29) El niño tumbado mueve las piernas como si pedaleara al ritmo que marque el educador.
- 30) De espaldas intenta el niño cogerse los pies.
- 31) El niño intenta hacer un puente tanto de espaldas como boca arriba.
- 32) El niño estira y contrae los músculos según las indicaciones del educado que cuenta una historia, como hace frío nos encogemos, como estamos relajados estiramos brazos y piernas, etc.

ANEXO 4. EJERCICIOS DE RELAJACIÓN

Los ejercicios de relajación se realizarán tras finalizar la sesión de psicomotricidad gruesa y no deben durar más de 15 minutos para evitar que el niño se quede dormido y no quiera continuar con las actividades planificadas del aula. Estos ejercicios de relajación son para hacerle entender que se ha terminado con las actividades de motricidad gruesa y que a continuación se va a jugar a otra cosa distinta: dibujar, juegos por rincones, almorzar, etc.

Ejercicios:

- 1) Acuesta al niño boca arriba y recorre con un objeto suave todo su cuerpo. Después repetir la misma acción pero boca abajo. Pueden hacerlo entre compañeros.
- 2) Acuesta al niño boca arriba y palpa su cuerpo con las yemas de os dedos, con ligeros golpes por las pantorrillas, brazos y pies. Después repetir la misma acción pero boca abajo. Pueden hacerlo entre compañeros.
- 3) Acuesta al niño boca arriba y soplale por los brazos, piernas y tronco. Después repetir la misma acción pero boca abajo. Pueden hacerlo entre compañeros.
- 4) Cuenta un cuento al niño estando éste sentado o tumbado pero en un ambiente tranquilo.
- 5) Cuenta una historia en donde los niños estando tumbados y con los ojos cerrados piensen que están allí. Ejemplos: paseando tranquilamente por la montaña, tomando el sol en la playa, etc.
- 6) Pon música clásica o de relajación mientras el niño está tumbado.
- 7) Tumbado el niño pida que relaje las extremidades, que abra las piernas y brazos. Actividad de relajación a partir de los 24 meses, siendo el educador la referencia para imitar.
- 8) Estando el niño tumbado ayúdale a que haga tensión y destensione su cuerpo. Para ello cuéntale una historia y haz tú primero los movimientos para que te vean. Ejemplos: apretar fuerte un limón con la mano, soltarlo. Hace frío y te encoges, ahora hace calor y te estiras. Agarrarse las piernas muy fuerte después soltarlas y estirarlas suavemente, etc. Actividad para niños mayores de 30 meses.

ANEXO 5. CUESTIONARIO

| Nombre: _____ Edad: _____ | | Fecha: | | Fecha: | |
|---------------------------|---|--------|----|--------|----|
| | | Sí | No | Sí | No |
| 1 | Enderezamiento cefálico tumbado | | | | |
| 2 | Paso a sentado: Mantenimiento cefálico alineado con el tronco | | | | |
| 3 | Apoyo de antebrazos tumbado | | | | |
| 4 | Volteo de boca arriba a boca abajo | | | | |
| 5 | Volteo de boca abajo a boca arriba | | | | |
| 6 | Sedestación estable | | | | |
| 7 | Se mantiene de pie con apoyo | | | | |
| 8 | Se sienta solo | | | | |
| 9 | Da varios pasos solo | | | | |
| 10 | Marcha libre | | | | |
| 11 | Se pone de pie sin apoyarse | | | | |
| 12 | Carrera libre | | | | |
| 13 | Camina hacia atrás | | | | |
| 14 | Sube escaleras | | | | |
| 15 | Baja escaleras | | | | |
| 16 | Chuta la pelota | | | | |
| 17 | Salta hacia adelante | | | | |
| 18 | Se mantiene sobre un pie | | | | |
| 19 | Salta con los dos pies | | | | |

ANEXO 6. TABLA DE DESARROLLO MOTOR GRUESO DE 0 A 36 MESES

| Tabla de desarrollo de 0 a 36 meses | |
|-------------------------------------|--|
| | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 |
| Motricidad gruesa | 1. Enderezamiento cefálico |
| | 2. Paso a sentado |
| | 3. Apoyo antebrazos |
| | 4. Volteo |
| | 5. Sedestación estable |
| | 6. De pie con apoyo |
| | 7. Se sienta solo |
| | 8. Da varios pasos |
| | 9. Marcha libre |
| | 10. De pie sin apoyo |
| | 11. Carrera libre |
| | 12. Camina hacia atrás |
| | 13. Sube escaleras |
| | 14. Baja escaleras |
| | 15. Chuta pelota |
| | 16. Salta hacia adelante |
| | 17. Se mantiene sobre un pie → |
| | 18. Salta con los pies juntos → |