

# El desarrollo psicomotor en Educación Infantil

**Autor:** Úbeda Sánchez, Isabel del Pilar (Maestra especialidad en Educación Infantil, Maestra de Educación Infantil).  
**Público:** DOCENTES. **Materia:** Educación Infantil. **Idioma:** Español.

**Título:** El desarrollo psicomotor en Educación Infantil.

## Resumen

La maduración psicomotriz en los primeros años de vida es fundamental para el desarrollo integral del niño/a. Ello implica un adecuado conocimiento y control de su esquema corporal. El recién nacido realiza actos motores reflejos que son innatos, progresivamente se va pasando al dominio de movimientos diferenciados (saltar, andar...) siendo actos voluntarios y finalmente se llegará a la utilización de músculos específicos, que implican un alto grado de coordinación (abrochar, escribir...). Lo que hace necesaria en Educación Infantil una educación psicomotriz que ayude al niño/a a descubrirse a sí mismo/a, a los otros y al medio que le rodea.

**Palabras clave:** • El esquema corporal es la imagen que el niño/a tiene de su propio cuerpo, de sus miembros y sensaciones en distintos estados de movimiento y/o reposo, en un cierto equilibrio espacio-temporal y en relación con el mundo que le rodea. • El término ps.

**Title:** Psychomotor development in Early Childhood Education.

## Abstract

The psychomotor maturation in the first years of life is fundamental for the integral development of the child. This implies an adequate knowledge and control of your body schema. The newborn performs reflex motor actions that are innate, progressively going to the domain of differentiated movements (jumping, walking...) being voluntary acts and finally will come to the use of specific muscles, which imply a high degree of coordination (buttoning, to write...). What makes necessary in Infant Education a psychomotor education that helps the child to discover himself / herself, others and the environment that surrounds him / her.

**Keywords:** • The corporal outline is the image that the child has of his / her own body, of its members and sensations in different states of movement and / or rest, in a certain space-time balance and in relation to the world around him / her. • The term psych.

Recibido 2018-02-09; Aceptado 2018-02-16; Publicado 2018-03-25; Código PD: 093042

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo del esquema corporal se basa fundamentalmente en dos leyes, y se va elaborando a partir de estímulos y sensaciones que el niño/a recibe de su entorno.

- **Ley céfalo-caudal:** el dominio del cuerpo se adquiere de arriba hacia abajo, es decir, desde la cabeza a los pies.
- **Ley próximo-distal:** el dominio comienza en la parte central del cuerpo, y avanza hacia los extremos.

## DESARROLLO

Un esquema bien definido implica:

- **Control tónico o tono muscular.**

Grado de tensión y consistencia de los grupos musculares. Para realizar cualquier movimiento o acción corporal es necesario que unos músculos alcancen un grado de tensión y que otros se relajen. Se dan esencialmente en los niños/as dos tipos de tono: hipertonía (exceso de tensión) e hipotonía (exceso de extensibilidad o relajación).

" MENS SANA EN CORPORE SANO "



Fuente (Isabel Úbeda)

- **Una buena lateralidad.**

Es el predominio de un hemisferio cerebral sobre otro. No se consigue una plena dominancia hasta los 5 ó 6 años, ya que requiere un alto nivel de maduración.

Existe una lateralidad motora (de la mano y del pie) y otra sensorial (de la vista y el oído). Es necesaria una buena lateralización para el aprendizaje de la lectura y la escritura. Una lateralidad mal afirmada va asociada, a menudo, a trastornos del lenguaje (dislexia, tartamudez...), de la organización espacio-temporal y a trastornos motores.

- **Coordinación de movimientos.**

Requiere una buena integración del esquema corporal, así como un conocimiento y dominio óptimo del cuerpo, posibilita además la estructuración espacial del individuo, relativa a su cuerpo (lateralidad) y al mundo que le rodea (orientación). También necesita una adecuada aprehensión de las estructuras temporales para poder realizar en orden una sucesión de movimientos.

Una mala coordinación psicomotriz tiene efectos perturbadores en todos los niveles de actividad del individuo. Los ejercicios de coordinación de movimientos son básicos y favorecen la maduración de otros aspectos psicomotores.

- **Nociones espacio-temporales.**

Las primeras nociones espaciales están centradas en el propio cuerpo (mi cabeza la tengo arriba), poco a poco el niño/a va trasladando estos conceptos a las demás personas y posteriormente a los objetos.

Lo que se refiere a las nociones espaciales los conceptos arriba-abajo, cerca-lejos, delante-detrás, se adquieren con más facilidad que las de derecha-izquierda, porque estas tienen un carácter más relativo. Hasta los 3 años y medio o 4 es conveniente trabajar el aspecto vivencial y a partir de aquí debe introducirse el trabajo sistemático de las nociones de espacio, aunque algunos niños/as puede que las usen ya.

En el caso de las nociones temporales están ligadas a las de espaciales. Las nociones temporales que el niño/a adquirirá más pronto son las más familiares: día-noche, ayer-hoy-mañana, y antes-ahora-después. La experiencia cotidiana llevará a los niños/as de forma progresiva a la noción temporal, como en la vivencia de los ritmos fisiológicos y de las rutinas, a la vez que exploran el espacio que les rodea.

- **Control postural o equilibrio.**

Es la manera de colocar el cuerpo en el espacio. Este control es la clave en la adquisición del esquema corporal, en la capacidad de la autonomía, y en la orientación en el espacio. Un buen equilibrio del cuerpo es esencial para que el niño/a manipule, juegue, se desplace, coma sentado...

- **Relajación.**

Grado de descanso que en un momento determinado es necesario dar a determinados músculos. Puede ser global y/o segmentaria. Para conseguir una sesión de relajación adecuada se tendrá en cuenta la ambientación de la sala (luz, temperatura, ropa cómoda, voz suave, música...) para que los niños/as puedan sentirse tranquilos. El yoga es una práctica muy positiva en la etapa de crecimiento de los niños y niñas, a través del yoga, ejercitarán su respiración y aprenderán a relajarse para hacer frente al estrés y a situaciones conflictivas entre otras muchas ventajas.



Saludo al sol. Taller de yoga en Educación Infantil. (Murcia) (Fuente Isabel Úbeda)



Ejercicios de respiración. Taller de yoga en Educación Infantil. (Murcia) (Fuente Isabel Úbeda)

▪ **Control respiratorio.**

Es necesario que el niño/a vaya adquiriendo unos hábitos que le permitan una adecuada respiración. Para conseguir este control utilizaremos diversos ejercicios de inspiraciones y espiraciones tanto bucales como nasales, retenciones de la inspiración y espiración en distintos estados de reposo y esfuerzo.

A continuación propongo una serie de actividades para poner en práctica en el aula los aspectos mencionados.

	Actividades
<b>Control tónico</b>	Para desarrollar el control de la tonicidad se realizan ejercicios tendentes a proporcionar al niño/a el máximo de sensaciones de su propio cuerpo, en diversas posiciones: de pie, a gatas... en actitudes estáticas o en desplazamientos con distintos grados de dificultad.
<b>Lateralidad</b>	Localizar partes y segmentos del cuerpo: pedir que señalen primero en su propio cuerpo y después en los demás, frente al espejo (elemento primordial en el aula de Educación Infantil), en dibujos, fotografías... Desplazamientos laterales: derecha-izquierda.
<b>Coordinación de movimientos</b>	Otorgar autonomía para ponerse y quitarse prendas de ropa. Jugar a vestir y desvestir muñecos/as. Jugar con encajables y desmontables. Abrir y cerrar las manos, los ojos la boca, tarros, botones, cremalleras...
<b>Nociones espacio-temporales</b>	Trabajar la situación espacial arriba-abajo, cerca-lejos, delante-detrás, primero con su propio cuerpo y una vez adquirido comenzar con los objetos. Contar cuentos y/o historias que ayuden a la asimilación de las nociones; día-noche, ayer-hoy-mañana y antes-ahora-después. El orden y sucesión temporal se pueden trabajar a partir de actividades motrices que luego se verbalizarán convenientemente y en situaciones de la vida cotidiana.
<b>Control postural o equilibrio</b>	El desarrollo del equilibrio se consigue por medio de actividades de altura y distintas posiciones del cuerpo.
<b>Relajación</b>	Sesiones de relajación: voz suave, música tranquila, yoga para niños/as...
<b>Control respiratorio</b>	Soplar papeles, velas imaginarias, sacar la lengua, hinchar globos, hacer pompas de jabón...

La motricidad permite al niño/a mantener una interrelación con el mundo físico, socio-afectivo, conceptual y moral que le rodea. En esta relación van a jugar un importante papel la percepción y la sensación. La labor docente se debe centrar en poner el mayor empeño en la presentación ordenada y coordinada de todo lo que los niños/as puedan percibir, convirtiéndose la educación sensorial en un elemento fundamental para el desarrollo integral del niño/a.

En definitiva, hay que enseñar al niño/a desde muy temprano a mirar, observar, escuchar, descubrir, apropiándose de todo lo que los sentidos le pueden suministrar.

El desarrollo sensorial también desempeña un papel fundamental en el desarrollo psicomotriz, y por lo tanto también debe ser abordado desde el aula, algunas de las actividades que podemos realizar para favorecer el conocimiento de los sentidos son:

Las actividades corresponden a cada sensación percibida por los sentidos:

● Sensaciones visuales:

- Visionar cuentos, revistas... para que observen, busquen objetos o elementos según las indicaciones docentes.
- Presentar objetos para que el alumnado vaya nombrando sus características.
- Ordenar objetos por tamaños.
- Elaborar material partiendo de las características que de antemano se indiquen.

● Sensaciones auditivas:

- Escuchar música y acompañarla de palmadas y movimientos rítmicos.
- Identificar ruidos hechos con el cuerpo, con materiales, de fenómenos atmosféricos...
- Diferenciar sonidos grave-agudo y fuerte del suave.
- Producir sonidos onomatopéyicos.
- Aprender a mantener un periodo de silencio.

● Sensaciones táctiles:

- Reconocer diversas cualidades de los objetos: blando, duro, suave y áspero.
- Distinguir al tacto lo curvilíneo de lo rectilíneo.
- Explorar con el tacto de distintos materiales: agua, tierra, harina, legumbres...

● Sensaciones olfativas.

- Reconocer los alimentos más frecuentes por el olor.
- Diferenciar olores: colonia, vinagre, basura...
- Clasificar olores agradables y desagradables.

● Sensaciones gustativas:

- Diferenciar entre amargo, ácido, salado y dulce.
- Mezclar sabores.



## METODOLOGÍA

Algunas estrategias a tener en cuenta en el trabajo de la psicomotricidad en Educación Infantil son:

1. Presentar las actividades motrices a modo de juegos elegidos por los niños/as o propuestos por el/la docente.
2. Tener presentes las condiciones ambientales, procurando espacios amplios, un material adecuado como aros, pelotas, cuerdas... y, sobre todo, una buena ventilación y un clima cálido y acogedor.
3. Fomentar actividades en grupo donde los niños/as tengan que cooperar, ayudar, compartir, colaborar...
4. Atender a la diversidad para ofrecer una respuesta adecuada a las diferentes necesidades.
5. Siempre teniendo en cuenta que la relación familia-escuela es fundamental.

## CONCLUSIÓN

Señalar que una adecuada intervención docente va a favorecer en los niños/as su crecimiento, aprendizaje y maduración y por lo tanto su desarrollo. Al tiempo que nos va a permitir detectar posibles anomalías o deficiencias, que en un momento dado puedan presentar nuestros alumnos/as.

---

### **Bibliografía**

- Savater, F. (2004): “El valor de educar”. Ariel.
- García Nuñez y Berruezo (2002): “Psicomotricidad y Educación Infantil”. CEPE.
- Gimeno y otros (1996): “La educación de los sentidos”. Santillana.
- J. L Conde y Viciano V (2006): “Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas”. Aljibe