

Importancia del movimiento en los niños/as

Autores: Hernández Martínez, María (Graduada en Educación Infantil y Primaria, Maestra de Educación Infantil); González Moreno, María Dolores (Maestra. Especialidad en Infantil y Primaria, Maestra de Educación Infantil).

Público: Todo tipo de público. **Materia:** Psicomotricidad. **Idioma:** Español.

Título: Importancia del movimiento en los niños/as.

Resumen

Debemos ser conscientes de la gran importancia que tiene el movimiento en los niños, desde su nacimiento. A través de este, son capaces de observar, explorar, experimentar y descubrir el mundo que les rodea, así como, sus posibilidades en él. Por ello, en la escuela debemos de fomentar el movimiento, como parte del proceso de enseñanza y aprendizaje. En consecuencia, hemos desarrollado una sesión de Psicomotricidad, en la cual se trabajarán, aspectos fundamentales del movimiento, así como contenidos curriculares. Todo ello desarrollado de forma integral y desde una perspectiva globalizadora.

Palabras clave: Movimiento, Enseñanza-aprendizaje, psicomotricidad.

Title: The Importance of Children's Movement.

Abstract

We must be aware of the great importance of the movement in children since they are born. Through this, they are able to observe, explore, experience and discover the world around them, as well as their possibilities in it. Therefore, in school we must foster the movement, as part of the teaching and learning process. Consequently, we have developed a session of Psychomotricity, in which we will work, fundamental aspects of the movement, as well as curricular contents. All this developed in an integral way and from a globalizing perspective.

Keywords: Movement, Teaching-learning, psychomotricity.

Recibido 2018-07-30; Aceptado 2018-08-02; Publicado 2018-08-25; Código PD: 098168

1. Introducción y justificación

Desde el primer momento de su existencia, el hombre se mueve, anda y desplaza, quiere ir cada vez más lejos, y para satisfacer estas ansias indudablemente debe inventar. Así es como, desde los primeros troncos usados en forma de rodillos, pasando por la rueda, los barcos a vela, los aviones y los cohetes espaciales, el hombre fue creando los medios que le permitieron, por necesidad o curiosidad, transportarse a través del espacio.

Remontándonos a las edades más tempranas, los niños tienen una necesidad de descubrir y de saber, por lo que consideramos que es importante acercar desde la escuela a los niños y niñas a esa realidad que quieren conocer, y mucho más atractivo para ellos, abordar un tema que es llamativo y que cada día está en su vida diaria, como son los medios de transporte. A través de ellos podemos ayudarles a conocer el medio que les rodea, características de estos medios de transporte, su utilización y aprender las normas de los usos de los mimos.

Con este artículo, pretendemos ofrecer a nuestro alumnado posibilidades para que los puedan conocer y analizar desde su propia experiencia. De esta manera, desde su vivenciación y experiencia personal aprenderán más y mejor, aquello, que los docentes queremos transmitir. Para ello se puede aprovechar cualquier oportunidad que nos ofrezca el entorno, usando todos los recursos que estén a su alcance, para que los objetivos que consigamos sean más fructíferos y aquello que consigamos en nuestro alumnado sea más duradero y eficaz.

2. Objetivos específicos

- ✓ Descubrir las posibilidades y limitaciones de su cuerpo.
- ✓ Establecer relaciones entre sus compañeros/as y comunicarse con ellos.
- ✓ Desarrollar sus habilidades motrices básicas a partir del espacio, la música y los materiales.
- ✓ Ampliar las posibilidades de movimiento con las habilidades motoras básicas (giros, desplazamientos, saltos, equilibrios, arrancadas, paradas, reptar, trepar...).

- ✓ Descubrir los medios de transporte a través del juego y la imitación.
- ✓ Trabajar las habilidades locomotoras y manipulativas con rincones y circuitos.
- ✓ Trabajar las habilidades motrices en infantil con material no convencional.
- ✓ Desarrollar capacidades motoras mediante el juego.
- ✓ Participar en juegos colectivos respetando las reglas establecidas y valorar el juego como medio de relación social y recurso de ocio y tiempo libre.

3. Desarrollo de una sesión

Ante la importancia que tiene el movimiento, desde los primeros días de vida, a modo de ejemplo, mostramos una sesión, que se podría llevar a cabo en una clase de Psicomotricidad, para la etapa de infantil, y en la cual contemplamos los momentos claves, que se deben desarrollar.

“EN EL AUTO DE PAPÁ”

Sesión 1. A través de juegos motores y canciones motrices.

(Modelo de sesión López Pastor, 2006)

Objetivo general:

Descubrir las posibilidades y limitaciones de su cuerpo.

Establecer relaciones entre sus compañeros/as y comunicarse con ellos.

Desarrollar sus habilidades motrices básicas a partir del espacio, la música y los materiales.

Contenidos:

Movimientos y posturas del cuerpo.

Manejo de objetos.

Esquema corporal.

Coordinación y control progresivo de las actividades motrices.

Hilo o eje conductor: Medios de transporte.

Recursos, materiales e instalaciones: pabellón del colegio, aros, picas, pelotas, folios, cuerdas, música

ASAMBLEA INICIAL

Vestimenta o atuendo: los niños ya vienen a clase con la vestimenta adecuada para realizar educación física.

Asamblea: Es el rincón de encuentro con los niños colocados en círculo. En este lugar es dónde vamos a realizar las asambleas del principio y final, Al igual, que todas las paradas durante la actividad motriz.

Las partes fundamentales de la asamblea son:

- **Diálogos:** En esta parte de la asamblea, le vamos a explicar a los alumnos los contenidos que vamos a trabajar y los materiales que utilizaremos, en este caso, convencional.

- **Normativa:** Se les hará un recordatorio de las normas que hay que cumplir en esta sesión. Las principales son: no molestar, no hacerse daño, no hacer daño y respetar los materiales.

ACTIVIDAD MOTRIZ

- Actividad

Juego espontáneo:

Organización: todo el grupo a partir de exploración libre.

Colocamos una caja con aros y picas, les decimos que cojan cada uno un aro o una pica, el material que quiera, y que actúe cada niño de manera individual libremente, y a la vez, de esta manera que pueda explorar el material.

Durante el momento de exploración, les pondremos la canción de “Los medios de transporte”, y con el material disponible, picas y aros, tendrán que imitar los medios de transporte que aparezcan en la canción, a la vez que exploran el material. Pueden realizar la imitación de los transportes a su gusto y siguiendo su imaginación, y utilizando los que quieran a elegir entre aros y picas, pudiendo cambiar de material cuando les apetezca.

Mientras que la canción suene y no esté diciendo que transporte sale, deberán moverse cómo quieran o bailar

Objetivos

Experimentar y descubrir diferentes habilidades

Juego dirigido:

Organización: individual “Al espacio”

Cada niño cogerá su aro, que será un cohete y tendrá que lanzarlo hacia arriba y volverlo a coger sin que pueda tocar el suelo. Primero lo hará con la mano derecha, después con la mano izquierda, con las dos manos, a la pata coja, etc.

Organización: individual “A volar”

Cada alumno cogerá una pica, y se la pondrá en el cuello de manera horizontal, subiendo los brazos por encima y así sujetándola, con cuidado sin hacerse daño.

Cuando se hayan colocado las picas, les diremos que se han convertido en aviones, y que tendrán que volar por el espacio.

A continuación, se desplazarán por el espacio de la manera que quieran, simulando que son aviones y están volando.

Cuando el maestro dé la señal de “Vuelo a tierra” con un pitido que hará con un pito. Si el profesor da la señal con dos pitidos, tendrán que aterrizar junto a otro compañero, y si da la señal con tres pitidos, tendrán que aterrizar 3 personas juntas.

Objetivos

Conocer las acciones de lanzar, recibir e interceptar diferenciando su uso.

Descubrir las posibilidades de acción y de expresión, coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.

Parada:

Los niños irán al lugar de asamblea para realizar la parada.

En esta parada reflexionaremos sobre la diferencia de juego espontáneo y juego dirigido.

Les diremos si ven qué diferencia hay entre la primera actividad con las otras 2.

- ¿Qué habéis visto de diferencia entre la primera actividad con las otras 2 últimas?

- ¿Os ha gustado más la primera que jugabais libre o las otras dos con indicaciones del profesor?

Una vez escuchadas sus opiniones les explicaremos que en la primera han desarrollado el juego espontáneo haciendo lo que querían con el material, mientras que en las otras dos actividades han desarrollado el juego dirigido porque han ido realizando la actividad según las indicaciones que el profesor le ha hecho.

En las siguientes actividades vamos a intentar progresar en la actividad hacia el trabajo con el otro.

En este caso las parejas serán asignadas por el profesor.

Medios de transporte terrestres:

Organización: parejas “Conducimos”

Los niños se pondrán por parejas, y utilizaremos un aro y una cuerda para cada pareja.

Un aro lo llevará un niño, que simulará que está conduciendo, por lo que será el conductor, y el otro niño irá detrás. Después cambiarán los roles y el otro niño podrá conducir el volante.

La cuerda se la atarán rodeando las cinturas de los dos niños juntos, y así desplazarse sin poder separarse, ya que van en el coche juntos.

Aunque esta actividad se realice por parejas, por la clase habrá una serie de caminos simulados con cuerdas. Las parejas tendrán que realizar esos recorridos pisando las cuerdas, como cada uno quiera, pero teniendo en cuenta que durante el camino se cruzarán con otros coches y tendrán que llevar cuidado, porque otro coche les puede chocar, y desviarse de su camino.

Una regla será que los caminos tendrán un solo sentido, si te chocas con alguien, tienes que hacer lo posible por pasar, pero sin olvidar que no puedes retroceder hacia atrás.

Medios de transporte aéreos: Organización: parejas “El avión”

A cada niño le daremos un folio y en corro les explicaremos cómo hacer un avión con el folio.

Ellos lo harán y la actividad consistirá en que por parejas, tendrán que tirarse el avión de papel uno a otro, sin que se caiga al suelo

Paradas:

Los niños irán al lugar de asamblea para realizar la parada.

En esta parada reflexionaremos sobre la diferencia de medios de transporte aéreos y medios de transporte terrestres.

Comenzaremos haciéndole una serie de preguntas:

- ¿Qué medios de transporte habéis usado para cada actividad?
- ¿Cuál os ha gustado más?
- ¿De los 3 que habéis usado, cual va por el suelo y cual por el aire?
- ¿En cuál os gusta más montar?
- ¿Os gustan más los que van por el aire o por el suelo?

Después de que los niños contesten a las preguntas, les diremos que en la primera y segunda actividad hemos estado trabajando con medios de transporte terrestres, como son el coche y la bicicleta, que van por el suelo.

En la tercera actividad hemos trabajado con medios de transportes aéreos como es el avión, que va por el aire.

Objetivos

Conocer los grupos con los que se relaciona en sus actividades de ocio y diversión, desarrollando hacia ello actitudes de valoración y respeto.

Tomar conciencia sobre la alineación corporal correcta.

Ejecutar los lanzamientos de manera coordinada.

Organización: grupos de 6 personas “Hacemos una rueda”

En este juego, los niños forman una rueda, y cogidos de la mano, pasan el aro al compañero al lado. Como no pueden usar sus manos, deben mover los brazos, hombros, cabeza, torso y las piernas para pasar todo el cuerpo por el aro y pasarlo adelante. El compañero de al lado también ayuda, porque los dos están "conectados". Podemos repetir varias veces en ambas direcciones de la rueda.

Otra variable podría ser que después de haber dominado los movimientos, añadimos un aro más que debe moverse en la misma dirección y nunca encontrarse con el otro aro. Para ello será necesario un mayor control, atención y la colaboración entre los niños. Podemos añadir más aros, dependiendo del tamaño de la rueda y la habilidad de los participantes.

Objetivos

Rodar y capturar objetos de diferentes formas

Desarrollar la coordinación óculo-manual a partir de sus posibilidades y limitaciones de movimiento.⁷

Organización: todo el grupo “Al tren, que llueve”

Todos los niños se desplazan libremente entre los aros, que son un tren, sin pisarlos ni entrar dentro de ellos, a la señal “al tren que llueve” deben ocupar cada uno un aro. Los dos que se queden sin él seguirán jugando, formando pareja y cogidos de la mano debiendo introducirse en el mismo aro cuando se vuelva a dar la señal. Se van quitando aros, de manera que de nuevo dos niños se quedarán fuera y formarán otra pareja. En el caso que una pareja sea la que se quede sin aro se unirán al otro niño formando un trío, de este modo se puede llegar a formar grupos más numerosos. El juego termina cuando se quede un niño libre sin pareja.

En el suelo se distribuyen dos aros menos, que el número de alumnos que haya en clase.

Mientras que están desplazándose o bailando por el espacio, estarán escuchando la canción de “En el auto de papá”, y cuando el profesor pare la canción y dé la señal de “Al tren que llueve”, los niños tendrán que meterse en un aro.

Objetivos

Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.

Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

ASAMBLEA FINAL: verbalización (3 Minutos)

Asamblea final: atuendo, despedida individual, recogida de la sala

Recogida de la sala: entre todos recogeremos el material y lo guardaremos en su sitio.

Nos sentamos todos en el lugar de encuentro y hacemos una puesta en común sobre las actividades de la sesión y su desarrollo comentando las incidencias más destacadas. Cada niño comenta lo que más le ha gustado, y entre todos

sacaremos las conclusiones más eficaces de la sesión. Los niños aprenderán normas como, que deben pedir turno antes de hablar al igual que respetar a los demás en su decisión, etc.

Les haremos preguntas como:

- ¿Qué actividad os ha gustado más?
- ¿Qué medio de transporte os ha gustado más?
- ¿Qué actividades os han gustado más: las individuales, las de pareja o las de grupo? ¿Por qué?

Atuendo: los niños se asearán, con lo que se recalcará lo importante que es la higiene. Se cambian las zapatillas y se vuelven a poner la ropa que se habían quitado.

Despedida individual: haremos una despedida individual, la profesora irá nombrando a cada niño para pasar lista, y a la vez éste hará un saludo diciendo “Adiós” o su nombre.

Bibliografía

- Pelayo y su pandilla. Unidad 23. Medios de transporte.
http://nea.educastur.princast.es/repositorio/RECURSO_ZIP/2_1_ibcmass_u23/
- Ciencias, geografía e historia. Los medios de transporte.
http://ares.cnice.mec.es/ciengehi/a/02/animaciones/a_fa17_01.html
- Google. LOS MEDIOS DE TRANSPORTE.
<https://plus.google.com/photos/106672144209735971626/albums/5458047765315368017?banner=pwa>
- Profeflog. Proyecto Educativo para la promoción y uso de Blogs en Educación 2.0
<http://profeflog.es/blog/guillermoinfantil/tag/medios-de-transporte/>
- Baby radio. Canciones infantiles, los transportes. <http://www.youtube.com/watch?v=uFZBaoRoAeA>
- Cangar, R. En el auto de papa. <http://www.youtube.com/watch?v=VpWE8aPo0C0&feature=related>