

La competencia emocional en el alumnado de Educación Infantil como aspectos básico del desarrollo evolutivo a través de la psicomotricidad

Autor: Fernández Justos, Jesús (Maestro. Especialidad en Educación Física, Maestro de Educación Física).

Público: Mestros/as de Educación Infantil. **Materia:** Psicomotricidad y educación emocional. **Idioma:** Español.

Título: La competencia emocional en el alumnado de Educación Infantil como aspectos básico del desarrollo evolutivo a través de la psicomotricidad.

Resumen

A través del presente artículo se pretende mostrar un plan de innovación para desarrollar la competencia emocional en la etapa Infantil a través de la psicomotricidad, partiendo de la idea de correlación entre el desarrollo motor, intelectual y afectivo del alumnado de esta edad. Por tanto, se podría afirmar que el carácter innovador de este trabajo reside precisamente en el mayor grado de importancia que se le conferirá al desarrollo psicomotriz en la educación emocional frente a otras propuestas tradicionales principalmente focalizadas en el trabajo exclusivo de aspectos afectivos.

Palabras clave: Palabras clave: Educación emocional, Psicomotricidad, Propuestas innovadoras, Educación Infantil.

Title: Emotional competence in Early Childhood students as basic aspects of evolutionary development through psychomotor skills.

Abstract

Through this article we intend to show an innovation plan to develop emotional competence in the Infant stage through psychomotricity, starting from the idea of correlation between the motor, intellectual and emotional development of the students of this age. Therefore, it could be said that the innovative nature of this work lies precisely in the greater degree of importance that will be given to psychomotor development in emotional education compared to other traditional proposals mainly focused on the exclusive work of affective aspects.

Keywords: Keywords: Emotional education, Psychomotor, Innovative proposals, Early Childhood Education.

Recibido 2018-09-17; Aceptado 2018-10-02; Publicado 2018-10-25; Código PD: 100080

INTERDEPENDENCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y LA PSICOMOTRICIDAD

Teniendo en cuenta la gran importancia que está adquiriendo cada día más el concepto de inteligencia emocional en las aulas, y su repercusión tanto en el rendimiento académico como en las relaciones sociales, es necesario llevarlo a la práctica con niños para el fomento de una adecuada salud física y mental y para el que la práctica psicomotriz se establece como un medio idóneo para desarrollarla.

Existen algunas teorías que relacionan el trabajo psicomotriz con el comportamental, como la psicocinética de Le Boulch (1960) o la psicomotricidad relacional o vivenciada de Lapierre y Acouturier (1967).

En la primera, el objetivo es favorecer principalmente el desarrollo completo y responsable del niño ante el mundo, por medio de un mejor conocimiento y aceptación de sí mismo, la auténtica autonomía y acceso a responsabilidades en el marco de la vida social y un mejor ajuste de su conducta.

En la segunda, se pretende que el niño viva las diferentes situaciones educativas con su personalidad global, a través de la pedagogía del descubrimiento.

El niño, a partir del juego espontáneo con los objetos y mediante consignas que va dando el profesor, irá llegando a la adquisición de estructuras relacionales y

ánimico-afectivas.

Como destaca Gil Madrona et al. (2008), las relaciones afectivas establecidas en situaciones de actividad motriz, y en particular mediante el juego, serán fundamentales para el crecimiento emocional del niño.

Por tanto, la psicomotricidad es un medio idóneo para el trabajo de las emociones ya que ésta entiende el cuerpo en toda su globalidad y no solo como un conjunto de huesos, músculos, articulaciones, sistemas y aparatos que interactúan para provocar el movimiento. A través del mismo se piensa, se actúa, se siente, se comunica y se expresa.

De Quirós (2006) presenta un manual hacia una introducción a la psicomotricidad, sencilla pero completa, práctica y aplicada, que integra las distintas formas de actuación. En él se exponen los principales modelos de intervención utilizando técnicas de relajación, el juego, la música y la danza, así como la expresión plástica; y se explica cómo aplicar los diferentes modelos y técnicas de intervención a distintos ámbitos.

Una de las formas más completas y atractivas de trabajar la educación emocional a través de la psicomotricidad es mediante las capacidades expresivas del cuerpo y del movimiento (expresión corporal). Existen muchos autores que definen la expresión corporal como Shinca (2002), Montávez y Zea (2000) o Villada y Vizuet (2002). Siguiendo estos últimos, la expresión corporal es entendida como:

“La capacidad del ser humano para transmitir y poner de manifiesto sus deseos y sentimientos”.

Dentro de la expresión corporal, existen numerosas manifestaciones expresivas asociadas al desarrollo psicomotor como las danzas y los bailes, el mimo o las dramatizaciones, cada una de ellas en sus diferentes variantes.

Resulta conveniente exponer las posibilidades motrices-emocionales de cada una de ellas en sus diferentes vertientes.

Comenzando por la danza, su origen es ancestral, convirtiéndose en un elemento expresivo, comunicativo y emocional de primer orden a través del cual se aplica una serie de técnicas entremezcladas con el desarrollo de la creatividad y de la imaginación. Ramos y Monreal (2013) la definen como: “la forma de expresarse a través de una serie de movimientos, disciplina y ritmo”.

Por otra parte, Tourchet (2005) recoge una serie de principios básicos para su desarrollo entre los que cabe destacar la concienciación del propio cuerpo en ejecución.

La danza facilita el enriquecimiento de los movimientos corporales, dándoles fluidez y armonía, en combinación con el ritmo, el movimiento corporal, posibilitando la expresión de sentimientos, ideas, dando significado al movimiento y desarrollando la creatividad, la espontaneidad y la imaginación.

En cuanto a las dramatizaciones, son entendidas como la forma de exponer y representar un texto dramático, por lo que las personas y los objetos dejan de ser los que son realmente para pasar a ser otros representados. A través de ellas se abordan el trabajo de diversos elementos, cognitivos, motrices, pero sobre todo emocionales.

Dentro del ámbito escolar existen numerosas aplicaciones educativas de la dramatización como la representación teatral, la dramatización de vivencias o los cuentos motores o cuentos vivenciados, siendo este último el recurso mejor adaptado a las características de los niños de la Etapa de Infantil.

Diversos autores, como B. Bettelheim, Ortner o S. Bryant han otorgado al cuento, principalmente narrado y vivenciado, una gran importancia en el proceso de maduración psicológica y sociológica del niño.

Serrabona (2008) destaca la importancia del cuento vivenciado como medio para que el niño despierte su curiosidad, imaginación y la esperanza por solucionar sus conflictos, vivenciados en el cuerpo y en su movimiento. Este autor destaca los objetivos del cuento vivenciado entre los que se destacan, entre otros, los objetivos relacionales y los afectivo-emocionales.

OBJETIVOS RELACIONALES	OBJETIVOS AFECTIVOEMOCIONALES
<ul style="list-style-type: none"> - Adaptarse y coordinar el juego con los otros. - Tomar conciencia de grupo. - Participar activamente. - Aprender a respetar el material y las normas. - Mejorar la capacidad de escucha. - Valorar y aceptar propuestas de los otros. - Favorecer la creatividad y seguridad relacional. - Expresar y verbalizar delante del grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Poder expresar los temores y deseos. - Proyectar a partir del juego imaginario. - Disfrutar de vivir situaciones imaginarias. - Autoafirmarse delante del adulto y otros niños. - Expresar y gestualizar la agresividad. - Favorecer la creatividad y seguridad afectiva. - Ser capaz de verbalizar y simbolizar sus vivencias. - Reconocer y expresar las emociones. - Favorecer los procesos de identificación

Tabla 1: Objetivos afectivos, emocionales y relacionales del cuento vivenciado. Serrabona (2008)

En lo concerniente al mimo tiene la peculiaridad de poseer un código simbólico propio y renunciar a la palabra, manifestándose la expresión de la idea, el sentimiento o la emoción mediante el gesto. Por este motivo Marceau, icono del mimo a nivel mundial, definió al mismo como “el arte del silencio”.

El mimo consiste en conseguir comunicarse por medio de gestos que reflejan emociones internas. Mediante el mimo, usando el cuerpo y el silencio, se dan a conocer sentimientos e ideas que se describen de esta forma a través de gestos concretos y precisos, con gran dominio corporal y regulación tónica, lo que permite también que el niño pueda conocer profundamente su propio cuerpo.

Otra de las opciones para trabajar la emocionalidad a través de la psicomotricidad es mediante el juego, siendo este “un medio en el que los seres humanos exploran diversas experiencias en diferentes casos y con distintos fines” Moyles (1990, p: 11).

El juego es un elemento abordado desde diferentes ámbitos por distintos autores y sus teorías personales en cada una: desde la sociología a Elkonin (1980), desde el desarrollo evolutivo a Piaget (1978), entre otros muchos, convirtiéndose en un concepto polisémico y no unánimemente definido.

Al igual que existen numerosos conceptos y definiciones, también aparecen diversas clasificaciones del mismo según los distintos criterios y orientaciones teóricas. Piaget (1980) que lo clasifica en función del momento evolutivo en el que se encuentra el individuo concretando entre juegos sensoriomotrices, juegos simbólicos y juegos de las operaciones concretas. Blández (2000) lo clasifica en función del grado de libre acción, distinguiendo entre juego libre y juego dirigido. Entre otros muchos autores como: Cagigal (1989), Navarro Adelantado (2002) o González Vivancos y Cols. (2008).

Sin embargo uno de los autores que clasifica y relaciona el desarrollo del juego con la emocionalidad es Moyles (1990), quien distingue entre:

JUEGO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none"> - Motor grueso - Motor fino - Psicomotor 	<ul style="list-style-type: none"> - Construcción - Manipulación - Coordinación - Exploración sensorial - Juegos con objetos
JUEGO INTELECTUAL	<ul style="list-style-type: none"> - Lingüístico - Científico - Simbólico/matemático - Creativo 	<ul style="list-style-type: none"> - Comunicación - Exploración - Representación - Imaginación - Creatividad
JUEGO SOCIAL Y EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> - Terapéutico - Lingüístico - Repetitivo - Comprensivo - Autoconcepto - Lúdico 	<ul style="list-style-type: none"> - Agresión/regresión - Soledad - Relajación - Comunicación - Interlocución - Cooperación - Dominio/control - Comprensión/sensibilidad - Moralidad/etnicidad - Competición/reglas

Tabla 2. Resumen del esquema aportado por Moyles (1990).

Por una parte, el juego es una actividad que permite el desarrollo de diferentes habilidades motrices como desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, recepciones, golpes y combinación de los mismos, que permiten diferenciar entre habilidades perceptivo-motrices, habilidades motrices básicas, habilidades motrices genéricas y habilidades específicas, como destaca en su clasificación Sánchez Bañuelos (2007). Siendo las propias para las edades que componen la etapa infantil las primeras y la iniciación de las segundas, mediante las cuales, el alumno conoce su propio cuerpo y experimenta motrizmente con el mismo, progresando desde sus propias posibilidades y limitaciones motrices, favoreciendo el desarrollo de su autonomía y autoestima.

Por otra parte, el juego, con carácter educativo, ofrece potencialidades de carácter cognitivo e intelectual, favoreciendo el desarrollo de la función simbólica y, por tanto, del lenguaje por medio de diferentes intercambios comunicativos relativos a la propia práctica. También permite, aunque no necesariamente, el desarrollo de la creatividad, como destaca Navarro Adelantado (2002). Para favorecer este aspecto debe aplicarse desde una metodología apropiada como, por ejemplo los “ambientes de aprendizaje”, destacados por Blández (2000).

Por último, el juego ofrece un nido de emociones relacionadas con la manifestación motriz y cognitiva de su práctica, ya que el alumno evoluciona desde el autoconcepto, en todos sus ámbitos, hasta la exteriorización del mismo y la posterior comprensión de la concepción de los demás, favoreciendo en el niño desarrollar capacidades sociales y emocionales como la empatía, la tolerancia, la colaboración, la resolución de conflictos, entre otros aspectos.

Por tanto, el planteamiento de la educación psicomotriz mediante el desarrollo del juego y la expresión del propio cuerpo y su movimiento, va a permitir al individuo, no solo conocerse a sí mismo, sino también establecer una interacción con el medio que le rodea y aprender a comunicarse con los demás, dándose en este aspecto comunicativo y lúdico elementos expresivos, afectivos y emocionales que configuran la dimensión proyectiva y que deben apoyarse en la dimensión introyectiva y extensiva.

PLANIFICACIÓN Y SESIONES DE ACTUACIÓN

La propuesta de actuación queda planificada en 10 sesiones:

SESIÓN 1	“GLOBOMOTRIZ”
SESIÓN 2	“RELEVOS EMOCIONANTES”
SESIÓN 3	“CAMISETA PILLA-PILLA”
SESIÓN 4	“EMOTI-CHAPAS”
SESIÓN 5	“UNA RAYUELA MUY EMOCIONANTE”
SESIÓN 6	“HISTORIAS QUE EMOCIONAN”
SESIÓN 7	“LANZANDO EMOCIONES”
SESIÓN 8	“ARTE EMOCIONAL”
SESIÓN 9	“EMOCIONILANDIA I”
SESIÓN 10	“EMOCIONILANDIA II”

A modo de ejemplo se expone la siguiente ficha de sesión:

SESIÓN 4 → “EMOTI-CHAPAS”	
COMPETENCIAS	OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none"> - Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología - Competencia lingüística - Competencia en aprender a aprender - Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> - Interiorizar la expresión emocional facial - Desarrollar nociones de similitud y diferencia - Desarrollar la motricidad fina de las falanges de ambas manos. - Adquirir la capacidad para trabajar en equipo respetando las normas y reglas.
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Coordinación y control de las habilidades motrices de carácter fino. - Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo personal en los juegos y en el ejercicio físico. Gusto por el juego. - Las actividades de la vida cotidiana. Iniciativa y progresiva autonomía en su realización. Regulación del propio comportamiento, satisfacción por la realización de tareas y conciencia de la propia competencia. - Comprensión de normas socialmente establecidas para iniciar y mantener una conversación: saludar, despedirse, dar las gracias. 	
PARTE INICIAL (10´ - 15´)	
<p>Se comienza con actividades de gestión y organización del aula, presentando el material con el que se va a trabajar en este caso “chapas” con emoticonos sobre emociones.</p>	

SESIÓN 4 → “EMOTI-CHAPAS”
En segundo lugar, se realizan actividades de activación y calentamiento bajo la canción de “Arantxa-cha de la mancha-cha” que permiten al alumnado conocer los diferentes segmentos corporales.
PARTE PRINCIPAL (30´ - 35´)
Los alumnos quedan organizados en sus 4 grupos de 6 componentes (ROJO, AMARILLO, VERDE, AZUL), trabajando por diversas estaciones en las que irán cambiando de manera ordenada:
ESTACIÓN 1 → “Emotigoooooolllll”. Los alumnos, desde una distancia acordada deben golpear la chapa de la emoción que le corresponda hacia la portería que identifique dicha emoción. A su vez, los alumnos contabilizarán las respuestas-goles correctos que realicen
ESTACIÓN 2 → “Saca emociones tristes”. Se dibuja un círculo con tiza y en su interior se colocan chapas con emociones negativas. Los alumnos, desde fuera del círculo y provistos con chapas con emociones positivas deben intentar golpear y sacar las del interior.
ESTACIÓN 3 → “Recorridos ciclistas”. Se trazan varios circuitos en los que se le otorga el nombre de las emociones básicas (recorrido alegría, recorrido tristeza...) siendo las emociones positivas semi-rectos y las emociones negativas con más curvas y difíciles.
ESTACIÓN 4 → “Círculo de emociones”. Se dibuja una serie de círculos en el suelo y en su interior se dibujan una serie de emociones. Los alumnos, desde una determinada distancia, deberán golpear la chapa para dejarla dentro del círculo de la emoción que se les diga en un determinado momento.
PARTE FINAL (15´)
En gran grupo, se realiza una carrera de ida y vuelta en la sala o pista en la que los alumnos deberán golpear la chapa con los dedos.
Para establecer la normalización psicológica y física para la nueva integración en clase, los alumnos, dispuestos en parejas aleatorias realizarán un masaje a su par con una pelota de tenis alrededor de todo el cuerpo. Este ejercicio va acompañado de música relajante.
Por último, se recoge y ordena el material utilizado y se procede a las actividades de aseo personal y vuelta a la clase de forma ordenada.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Chapas y tizas blancas - Porterías de cartón

CONCLUSIÓN

Son numerosos los conflictos que se observan a diario y que subyacen de un control emocional deficitario en los niños/as de nuestro país.

Elementos como la baja tolerancia al fracaso, la escasez de empatía y la falta de cohesión grupal erosionan el clima del aula, y se hacen especialmente patentes en las etapas de Educación Primaria y Secundaria. Esto conllevó la reflexión sobre si podría ser un aspecto educable ya desde edades tempranas y, en su caso, cómo debería ser abordado.

Tras la revisión de la literatura existente, se ha constatado que es creciente el número de estudios y trabajos que afrontan esta cuestión, al tiempo que había dos líneas de intervención que debían ser aunadas: actuación temprana del desarrollo de las emociones y psicomotricidad, obteniendo un trabajo en el aula innovador y lleno de posibilidades.

Bibliografía

- Ángel, J. B. (2000). Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje. Barcelona: Inde Publicaciones.
- Ary, D. (1982). Introducción a la investigación pedagógica. México: Nueva Editorial Interamericana.
- Berger, K. S. (2007). Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia. Argentina: Médica Panamericana.
- Berrueto, P. P. (2000). Hacia un marco conceptual de la psicomotricidad a partir del desarrollo de su práctica en Europa y en España. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (37), 21-33.
- Blández Ángel, J. (2000). Programación de Unidades Didácticas según ambientes de aprendizaje. Barcelona: INDE
- Bisquerra, R. (2012). Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. Bilbao: Desclée de Brower.
- Cassa, E. L. (2007). Educación emocional: Programa para 3-6 años. WK Educación.
- De Quirós, M. B. (2006). Manual de psicomotricidad. Madrid: Pirámide.
- Delors, J. (1996). La Educación Encierra un Tesoro. UNESCO: Santillana.
- Esquivel, L. (2001). El libro de las emociones: son de la razón sin corazón (1ª virtual ed.). México D.F.: e-libro.net.
- Fernández-Abascal, E. Martín, M. y Domínguez, J. (2001). Procesos Psicológicos. Madrid: Pirámide.
- García García, B.M. y Pérez García, M. (2010). Cuento motor: una pizca de magia. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 149. Recuperado 1 de abril de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd149/cuento-motor-una-pizca-de-magia.htm>
- García, E. F., Torralba, M. L. G. y Bañuelos, F. S. (2007). Evaluación de las habilidades motrices básicas: determinación de escalas para la evaluación de desplazamientos, giros y manejo de móviles. (Vol. 40). Barcelona: Inde Publicaciones.
- García, J. y Berrueto, P. (1994). Psicomotricidad y educación infantil. Madrid: Impresa- Getafe.
- Gil Madrona, P., Gómez Vllora, S., Contreras Jordán, O. R., y Gómez Barreto, I. (2008). Justificación de la educación física en la educación infantil. *Educación y educadores*, 11(2), 159-177.
- González Vivancos y Cols. (2008). Libreta de juegos. Pictografía. Murcia: Diego Marín.
- Martínez, E. J. (2014). Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad. Almería: Universidad Almería.
- Moyles, J. R. (1990). El juego en la educación infantil y primaria (Vol. 16). Madrid: Ediciones Morata.
- Navarro Adelantado, V. (2002). El afán de jugar. Teoría y práctica de los juegos motores. Barcelona: Inde Publicaciones.
- Palacios, J., Marchesi, A. y Coll, C. (2004). Desarrollo psicológico y educación. Madrid: Alianza.
- Ponce de León, A. (2009). La educación motriz para niños de 0 a 6 años. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Serrano, A. C. (2016). Desarrollo emocional: evaluación de las competencias emocionales en la infancia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 75-82.