



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA Y CULTURA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 25-A



**EL JUEGO COMO RECURSO DIDÁCTICO EN LA
EDUCACIÓN FÍSICA**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

**LICENCIADO EN EDUCACIÓN
PREESCOLAR Y PRIMARIA**

PRESENTAN:

**ANNA CECILIA LÓPEZ LEYVA
ALMA DELIA GAMBOA ENRIQUEZ
ACELINA LÓPEZ PERALES**

CULIACÁN ROSALES, SINALOA, SEPTIEMBRE DE 2002

Culiacán Rosales, septiembre 17 de 2002.

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN

CC. ANNA CECILIA LÓPEZ LEYVA
ALMA DELIA GAMBOA ENRÍQUEZ
ACELINA LÓPEZ PERALES
Presentes.

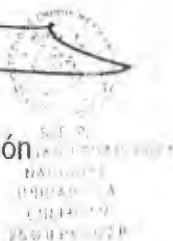
En mi calidad de Presidenta de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo "*El juego como recurso didáctico en la educación física*", opción: Tesis, a propuesta del asesor C. Mario Espinoza Guevara, manifiesto a ustedes que reúnen los requisitos académicos establecidos al respecto por esta Institución.

Por lo anterior se les dictamina favorablemente su trabajo y se les autoriza presentar su examen profesional.

ATENTAMENTE

"Educar para Transformar"

J. Guadalupe García Hernández
Presidenta de la Comisión de Titulación



C.c.p. Archivo.
JGGH*acab

**SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA Y CULTURA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 25 A**

**EL JUEGO COMO RECURSO DIDÁCTICO EN LA
EDUCACIÓN FÍSICA**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TITULO DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN**

PRESENTAN

**ANNA CECILIA LÓPEZ LEYVA
ALMA DELIA GAMBOA ENRIQUEZ
ACELINA LÓPEZ PERALES**

CULIACAN ROSALES, SINALOA SEPTIEMBRE DE 2002.

ÍNDICE

PÁGINA

| | |
|---|----|
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO I: PLATEAMIENTO DEL PROBLEMA | |
| 1.1 Antecedentes | 5 |
| 1.2 Definición del objeto de estudio | 9 |
| 1.3 Delimitación | 10 |
| 1.4 Objetivos | 11 |
| 1.5 Justificación | 12 |
| CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO | |
| 2.1 El juego y sus diferentes enfoques | 15 |
| 2.1.1 El juego según Piaget | 15 |
| 2.1.2 El juego según Vygotski | 17 |
| 2.1.3 El juego según Jerome Bruner | 18 |
| 2.1.4 El juego según Chateau | 20 |
| 2.2 Del juego psicomotor con objetos al juego con personas | 23 |
| 2.3 El juego como recurso para la educación física | 25 |
| 2.3.1 Desarrollo del esquema corporal | 30 |
| 2.3.2 Conocimiento y dominio del cuerpo | 35 |
| 2.4 Experiencias motrices básicas | 38 |
| 2.4.1 El desarrollo psicomotor | 40 |
| 2.4.2 Senso-percepciones | 42 |
| 2.4.3 La higiene y alimentación en el niño preescolar | 45 |
| CAPÍTULO III: ANÁLISIS DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN PREESCOLAR | 49 |
| CAPÍTULO IV: PROCESO SEGUIDO EN LA INVESTIGACIÓN BIBLIOGRÁFICA | 56 |
| CONCLUSIONES | 59 |
| BIBLIOGRAFÍA | 71 |
| ANEXOS | 73 |

INTRODUCCION

La educación del niño debe ser global, ya que esto le permitirá desenvolverse mejor en su medio social. Nadie puede negar que en la actualidad, la formación de niños sanos, fuertes, con espíritu alegre, ha sido relegado de la educación. Hay otras prioridades que ocupan más nuestra atención. Sin embargo este descuido ha traído consecuencias muy graves en los educandos, niños desnutridos por falta de orientación alimenticia, jóvenes adictos a las drogas, problemas de la vista, sordera, enfermedades virales e infecciosas, etc. Estos problemas sin duda han repercutido en el aprendizaje de nuestros alumnos, a pesar de ello, poco se ha reflexionado y contribuido desde los programas de estudio.

Es por esa razón que, de manera modesta se presenta este trabajo de investigación bibliográfica a fin de utilizar el juego como recurso didáctico en la educación física en el nivel preescolar para favorecer el desarrollo de un cuerpo sano, fuerte y equilibrado, porque con ello estaremos en mejores condiciones para evitar o sobrellevar con mayor facilidad las enfermedades a las que nos exponemos con más frecuencia.

Las personas que se ejercitan físicamente tienen un organismo más sano, suelen vivir mejor, desarrollan sus actividades con ánimo y alegría, pues su fortaleza les evita las fatigas que se generan del trabajo diario. La verdadera salud no se conserva por el solo hecho de haber nacido sanos.

Para que la salud persista a lo largo de los años, es necesario saber conservarla, lo que no se conseguirá si se olvida la importancia que tienen el ejercicio físico, la alimentación debida, el descanso y la higiene adecuada. La

educación física, contribuye a cuidar estos aspectos, y cuanto más temprano mejor.

Por todo lo anterior es preocupación de este equipo de profesoras de preescolar, presentar este trabajo con el fin de estimular y hacer conciencia entre los profesores, de la importancia que tiene la educación física para el desarrollo integral y armónico del niño, ya que como bien lo ha señalado Freud, las bases del desarrollo de la personalidad están en la infancia, es ahí en donde se debe trabajar con mayor ahínco.

Para hacer más manejable la información se ha procurado hacer un material didáctico que permita que los docentes puedan recurrir a él con cierta facilidad. Con este propósito se han diseñado algunos juegos que contribuyan al desarrollo de la educación física en el nivel preescolar.

La realización del presente trabajo intenta auxiliar a las educadoras, en las diversas actividades de educación física, ya que por laborar en un jardín de niños de organización incompleta (unitario, bidocente o tridocente) carecen del apoyo de un maestro del área.

En el primer capítulo se plantea el problema de nuestra investigación, exponiéndose de manera breve la historia de la educación física y sus problemas hasta la actualidad. Asimismo se define el objeto de estudio.

El segundo capítulo comprende el marco teórico. En este apartado se abordan las diferentes concepciones sobre el juego según autores como Piaget, Vygotski, Bruner y Chateau. Resaltando sus conceptos constructivistas como actividad permanente en la construcción del conocimiento en los niños especialmente en la etapa sensorio-motriz y preoperacional. También se analiza en este capítulo la importancia que tiene el juego como recurso para la educación

física en el desarrollo de los niños. Del mismo modo se intenta sensibilizar a los docentes de lo importante que es la buena alimentación e higiene en los niños.

En el tercer capítulo se hace un breve análisis del programa de educación preescolar, en especial se aborda el bloque llamado de psicomotricidad y su relación con el juego y la educación física.

En el cuarto y último capítulo se da a conocer la ruta metodológica que se llevó a cabo en la realización del presente trabajo.

Finalmente se concluye con algunas sugerencias de actividades de fácil realización para trabajar la educación física que, esperamos, sean motivantes para educadoras y sus alumnos.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Antecedentes

La educación del niño como unidad biopsicosocial, debe ser global, ya que la acción y la experiencia vivida por éste le sirven para construir la imagen del mundo que lo rodea y establecer las relaciones con los diferentes elementos que integran su medio social.

Mediante el juego y las actividades motrices el niño explora el mundo que le rodea, satisface la necesidad de relacionar el propio cuerpo con el universo, se favorece en el educando el conocimiento y uso de su cuerpo, la capacidad de ubicación en el espacio y el tiempo, particulariza movimientos con los diferentes segmentos corporales, estimula el predominio de su lateralidad, así como su coordinación motriz gruesa y fina.

La vieja práctica escolar de hecho sólo atendía a la educación física mediante ejercicios más o menos mecánicos. Los métodos que se emplean hoy en día han sido el resultado de una viva discusión entre expertos en la materia.

“A los antiguos griegos se debe una idea profunda de la cultura física: crearon el estadio e inauguraron la competencia deportiva y asociaron el acrecentamiento de la fuerza, la conservación de la salud y el cultivo de la belleza y de la euritmia”¹. Más tarde se suscitó una regresión, pues la educación física se puso al servicio de la guerra: sólo se ejercitaban los hombres de armas.

Contra esta limitación protestaron los humanistas del Renacimiento, pero es Juan Jacobo Rousseau, quien aquí, como en otros dominios de la enseñanza,

¹ LARROYO, Francisco. La ciencia de la Educación. Ed. Porrúa, S.A. 1981 p. 483.

euritmia - combinación armónica de proporciones, líneas, sonidos o movimientos.

trató de aplicar el principio de la naturalidad en el aprendizaje.

Durante el siglo XIX aparecen las tres orientaciones fundamentales acerca de la manera de entender y resolver el problema de la educación física: la concepción basada en la idea funcional de la educación.

La concepción atlética y militar es una gimnasia que se sirve de aparatos adhoc. De éstos hay que mencionar las cuerdas con nudos, las perchas, los trapecios, los columpios, las barras paralelas, los trampolines, los potros, las pesas, etc. Este tipo de gimnasia fue creada por el alemán Federico Luis John y el español Ondeario Francisco Amorós (1770-1848). Esta técnica de la educación física que hace uso de aparatos recibe muchas objeciones, ya que se apoya en la vieja psicología de las facultades y en la teoría de la disciplina formal. Los ejercicios con aparatos provocan movimientos artificiales, extraños a la práctica de la vida y que conducen a menudo a ciertas actitudes espectaculares; se limitan a la adquisición de ciertas destrezas y habilidades, no pudiendo desenvolver armónicamente todas las partes del cuerpo.

Durante la misma época en que se daban a conocer las doctrinas de John y Amorós, el sueco Pedro Enrique Ling (1776-1839) concibió un método gimnástico fundado en la anatomía y en la fisiología del cuerpo humano. Este método es esencialmente analítico. Ling no se preocupa tan sólo del desarrollo corporal; trata de encontrar ejercicios para desenvolver todas las funciones vitales sin excluir la circulación y la respiración. Sin embargo, los ejercicios de la gimnasia sueca son series de movimientos artificiales, angulares, geométricos, ininterrumpidos, se realizan siguiendo un orden convencional y rígido. Además esta gimnasia descuida las prácticas de adiestramiento y agilidad. Hay que acreditar a este tipo de gimnasia la ventaja de que puede ser practicada por

muchos niños y que permite la ejecución de movimientos colectivos de indudable belleza.

Para corregir las limitaciones y defectos de la gimnasia sueca, a saber, su carácter analítico, artificial y formalista, se concibió una nueva gimnasia, sintética, natural y concreta. Su creador fue J. Démeny (1850-1917). Está basada en la síntesis y armonía de los movimientos corporales; debe ser en lo fundamental, la práctica de ejercicios que, realiza el educando, o que le son indispensables para asegurar su protección y su conservación. Los ejercicios adoptan desde un principio una forma natural y tienden a un rendimiento útil. Son además una preparación metódica para todo trabajo manual, sin propender a especialización alguna. Estos principios vienen a suprimir, el automatismo estático de la gimnasia sueca, pues los ejercicios deben ser integrales y continuos. Por ello se recomienda la carrera, el salto, la lucha, la natación, el lanzamiento, etc.

Otros principios del método natural son: adquirir simultáneamente vigor y agilidad buscando la independencia de las contracciones musculares y evitando las contracciones inútiles, cuidar en los ejercicios la participación funcional de todo el cuerpo. Finalmente, la técnica de la educación corporal se preocupa grandemente por los aspectos higiénicos, estéticos y morales del educando.

Inspirándose en este método han ido apareciendo en los años postreros, otros métodos orientados en una concepción sintética y natural de la educación física.

A lo largo de los últimos 50 años, el tratamiento de la educación física en México, ha sido orientado por cinco enfoques diferentes los cuales son: el militar, el deportivo, el psicomotriz y el orgánico funcional, cada uno de éstos respondió a las exigencias socioculturales y educativas de su época.

Hacia los años de 1940, el enfoque que predominó fue el Militar, el cual se caracterizó por la rigidez de la práctica educativa, además su propósito era la uniformidad de movimientos controlados y ordenados y uno de los contenidos relevantes eran las marchas y evoluciones; el enfoque deportivo vino a reemplazar al anterior en los años de 1960, las características más trascendentes del deportivo fueron que limitaba el proceso enseñanza-aprendizaje a fundamentos deportivos, además su aplicación fue sólo selectiva de talento deportivo, lo que a este enfoque le interesaba era la competencia física, y para complementar ésta se plantearon actividades recreativas. En los años de 1974-1987, se creó el enfoque psicomotriz, el cual resaltó una relación indisoluble entre el desarrollo psíquico y motor, para su aplicación era necesario un alto grado de conocimiento de técnicas psicomotrices y deportivas, se distribuyó en ocho unidades de aprendizaje en la educación básica. En relación al enfoque Orgánico Funcional surgido en el año de 1988, consideraba a las habilidades motrices como su contenido general, al igual que el anterior se organizó en 8 unidades, siendo su contenido las habilidades físicas y organización del esquema corporal, además orientaba el trabajo coordinado entre órganos, aparatos y sistemas, una de las características más relevantes fue la que delegaba en el alumno la tarea de construir, organizar e integrar la información segmentado de los contenidos programáticos.

En la actualidad, el enfoque en que se basa el Programa de Educación Física de Educación Básica es el Motriz de Integración Dinámica, creado en 1993, sus principales características son: concibe la formulación de los propósitos, en la relación directa con la solución de problemas, por lo que tales propósitos se plantean de manera general, además ofrece al profesor, la posibilidad de identificar y aprovechar al máximo, los beneficios que ofrece la actividad física para el desarrollo de las habilidades, hábitos y actitudes relacionadas con el movimiento corporal, en cuanto al alumno lo posibilita para participar integralmente de toda situación motriz, una de las características más

relevantes es que evita la fragmentación del conocimiento, ya que no limita la participación del profesor y el alumno al logro de un tema.

1.2 Definición del objeto de estudio

Desde los primeros meses de vida, el juego es una actividad compatible con el niño, cuando éste aprende a repetir actos sensoriales y motrices que le causan gusto y curiosidad, el juego se convierte en un medio insustituible en el crecimiento de sus capacidades. Al jugar, los niños exploran y ejercitan su competencia física, idean y reconstruyen situaciones de la vida familiar y social en las cuales actúan e intercambian papeles. Ejercen también su capacidad imaginativa al darle a los objetos más comunes una realidad simbólica propia y ensayan libremente sus posibilidades de expresión oral, gráfica, estética y corporal.

La pedagogía moderna reconoce la importancia que tiene el juego y le da hoy en día, un carácter indispensable como un recurso didáctico y como elemento básico que facilita el proceso educativo, porque satisface las necesidades más próximas del niño.

El juego en la etapa preescolar no sólo es un entretenimiento sino también una forma de expresión mediante la cual el niño desarrolla sus potencialidades y provoca cambios cualitativos en las relaciones que establece con otras personas, con su entorno, espacio temporal, en su lenguaje, en la estructuración de su pensamiento y en el conocimiento de las capacidades y limitaciones de su cuerpo. Siendo este último aspecto, motivo de estudio e investigación para el presente trabajo, ya que los niños que asisten al jardín, por lo general desarrollan sus posibilidades de movimiento, sensaciones y percepciones de manera natural durante el recreo o las actividades libres, ya que la educadora le da poca importancia a este aprendizaje, priorizando otros tipos de juegos, es decir los que

demandan de los niños una concentración lógica relativamente intensa con el propósito de desarrollar en él su capacidad intelectual, preocupación central de las educadoras encargadas del último grado de educación preescolar, pues según sus opiniones el niño de 5 y 6 años está preparado para realizar juegos y actividades con alto grado de concentración y constancia. Además, el siguiente grado de escolaridad "los obliga" a reducir las actividades motrices y dedicar mayor tiempo a las actividades intelectuales, como si el juego para desarrollar la actividad física no incluyera aspectos intelectuales. Es reconocido, por Piaget, hasta por los propios pedagogos modernos que el acto motor tiene tal importancia en el proceso de crecimiento de la mente en la infancia; por otro lado también existen una serie de prejuicios acerca de las actividades que son propias de los niños y niñas, por ello las educadoras nos resistimos a realizar acciones en las que el niño pequeño o la niña camine sobre un borde, trepe, haga equilibrio, resbale, se lance, balancee, porque según nuestro parecer estos ejercicios representan peligro para la seguridad del niño y más aún si son niñas.

1.3 Delimitación

En el presente trabajo se tratan aspectos relacionados específicamente con el juego y su importancia pedagógica en educación física en el nivel preescolar, y se sugieren actividades y situaciones mediante las cuales las educadoras podemos propiciar que el niño desarrolle en óptimas condiciones sus habilidades físicas.

Debido a la magnitud que tiene el campo del juego, se delimitó el tema, centrándolo en los aspectos didácticos para el desarrollo de la educación física en el nivel preescolar, con el propósito de no solo analizar el problema desde el punto de vista conceptual sino también sugerir actividades y situaciones de aprendizaje mediante las cuáles las educadoras puedan propiciar en el niño el desarrollo de las habilidades físicas. Para sustentar este trabajo se recurrió al

análisis del programa de educación física del nivel preescolar, a fin de develar cuál es su sustento teórico, sus fortalezas y limitaciones.

Asimismo se rescató la teoría psicogénética en autores como Vygotski, Piaget y Brunner para construir la definición de juego y las aportaciones de Henry Lamour y Serafín Rodríguez González, para desarrollar la concepción de la educación física como recurso didáctico.

El trabajo de investigación documental se llevó a cabo en un período de dos años aproximadamente y comprendió la etapa preoperatoria (niños de 4 y 6 años) del nivel preescolar.

1.4 Objetivos

- Sensibilizar a las educadoras de la importancia que tiene la educación física en el desarrollo integral del educando.
- Indagar y retomar las diferentes concepciones sobre la educación física y el juego didáctico.
- Encontrar la relación que hay entre la evolución motriz y psíquica en el niño.
- Analizar cómo a través del desarrollo de los juegos motrices el niño va conquistando las destrezas y habilidades físicas.
- Plantear la situación actual que guarda la enseñanza de la educación física en el nivel preescolar.
- Proponer algunas actividades que faciliten a las educadoras el desarrollo de la educación física a través de juegos psicomotrices.

1.5 Justificación

El sistema Educativo Nacional ha presentado una serie de cambios, cuyo propósito es el de mejorar el ejercicio docente. De esta forma se han presentado nuevas maneras de realizar el proceso enseñanza-aprendizaje, intentando con ello romper con los enfoques de enseñanza tradicional, donde lo dinámico sólo existía en el maestro y no en los alumnos y mucho menos en los recursos utilizados para este proceso. El actual enfoque del Programa de Educación Física, tiene el propósito de promover el desarrollo de conductas, destrezas, actitudes y habilidades no sólo del pensamiento, sino también físicas, que den la oportunidad de enfrentar la problemática.

Para lograr lo antes mencionado, los docentes debemos tener una participación creativa en el proceso de nuestro ejercicio que se concrete en la reflexión, adecuación y superación permanente no sólo de los contenidos disciplinarios meramente del pensamiento, sino de actividades que permitan al niño conocer su esquema corporal y las posibilidades de movimiento que éste tiene, para un mejor desarrollo de su educación física.

Por lo anterior, posiblemente lo más útil sea examinar las actitudes y actividades que se realizan en la práctica docente en relación al juego y su importancia pedagógica en la Educación Física; sabemos que el juego en grupos aún dentro de un contexto informal, constituye una fuente de provecho para el desarrollo integral de la personalidad infantil. Ahora bien, si planificamos las actividades otorgándoles mayor importancia a los bloques de juegos y actividades en relación con la naturaleza, con la expresión artística, con las matemáticas y lenguaje oral y escrito, descuidando el de psicomotricidad, no estaremos contribuyendo de manera directa al desarrollo físico del niño. Por otro lado, si analizamos nuestra práctica docente nos damos cuenta que nuestro interés se centra en que el educando vaya preparado intelectualmente al siguiente nivel

escolar, exigiéndole a éste un conocimiento previo de la lecto-escritura y de las operaciones matemáticas elementales, descuidando los aspectos socioafectivos, higiénicos y corporales del niño, por tal motivo nuestro equipo de trabajo cree importante el estudio que realizamos acerca del juego y su importancia pedagógica en la educación física, que en últimas fechas en la educación preescolar se ha recuperado incipientemente.

2.1 El juego y sus diferentes enfoques

El juego es una actividad lúdica en el niño y es por medio de éste que da rienda suelta a sus emociones expresando así sus necesidades, intereses, inquietudes, deseos; el juego puede coadyuvar también en el desarrollo de sus capacidades y desarrollo de su autonomía al mismo tiempo.

Muchas son las definiciones que del juego han realizado psicólogos, pedagogos y sociólogos sin ponerse de acuerdo en una definición. Para fundamentar este trabajo se ha recurrido esencialmente a la psicología, por ello analizaremos a Piaget, Vygotski, Bruner y Chateau.

2.1.1 El juego según Piaget

La teoría piagetana define al juego " como una actividad que permite la construcción del conocimiento en el niño y en especial en las etapas sensoriomotriz y preoperacional"².

Piaget ha realizado una clasificación de los tipos de juegos que por lo general es la más aceptada entre sus predecesores.

Durante los primeros meses de vida del ser humano aparece una forma de juego, llamada juego de ejercicio, "que consiste en realizar actividades que el niño ha logrado en otros contextos con fines más adaptativos, para conseguir un

² GARNICA, Núñez, Patricia. El juego desarrollo y acción. En revista pedagógica No. 11. Ed. UPN en Sinaloa, Culiacán, Sín. México. 195 p. 30.

objetivo, pero realizándolas únicamente por el puro placer”³. Esas acciones son básicamente movimientos del cuerpo o de objetos que tiene a su alcance.

Al final del período sensoriomotor, unido a la aparición de la capacidad representativa o de la función semiótica, el pequeño empieza a realizar actividades en las que utiliza símbolos haciendo “como sí” estuviera efectuando una acción pero sin ejecutarla realmente. Durante largo tiempo “los niños van a realizar este juego simbólico que será dominante hasta los seis o siete años y se prolongará hasta más tarde”⁴.

Finalmente, a partir de los seis y a principios de los siete años el niño empieza a participar en juegos de reglas, como los encantados, el brinca-mecate, la peregrina, la canica, etc. Que son juegos antes que todo, sociales, caracterizados por unas reglas, que definen el juego.

Otro tipo de actividad lúdica, son los juegos de construcción “que participan del simbolismo lúdico pero que sirven también para la realización de adaptaciones o de creaciones inteligentes”⁵. Ejemplo de estos juegos son los que se realizan con material para crear formas diferentes o incluso máquinas.

Esta clasificación de los juegos reúne algunos aspectos fundamentales de los cambios que se producen en la actividad lúdica del niño, pero también deja de lado otros aspectos. Por decir algo, es importante considerar si el juego se realiza en solitario o con otros, o si se utilizan objetos o juguetes, o sólo se vale de su propio cuerpo. El juego se realiza también con el lenguaje que así coadyuva a ser adquirido.

³ DELVAL, Juan. “El juego en el desarrollo humano”. En antología básica. El juego. L.E. Plan 1994. UPN-SEP. Méx. 1995 p. 27.

⁴ Idem. P. 27.

⁵ Ibidem. P. 27.

El juego es una actividad que tiene el fin en sí mismo. El sujeto no trata de adaptarse a la realidad sino de recrearla, con un predominio de la asimilación sobre la acomodación.

2.1.2 El juego según Vygotski

“La definición del juego como una actividad placentera para el niño, resulta inadecuada”⁶. Esta posición de Vygotski es fundamental para entender el juego por dos razones que él establece: Primero, porque existen múltiples actividades que proporcionan al pequeño, mayor satisfacción que el propio juego, segundo, porque hay juegos que no son placenteros en sí mismos, sino en su resultado, éstos aparecen en la edad preescolar y continúan en las subsiguientes etapas, como son los juegos deportivos, donde unos pierden y otros ganan.

Por otro lado, no se puede ignorar el hecho de que el niño satisfaga ciertas necesidades a través del juego. Un niño pequeño gratifica sus deseos de modo inmediato, regularmente el lapso de tiempo entre el deseo y su satisfacción es muy corto, un niño menor de tres años desea algo enseguida, inmediatamente, si no logra obtener lo que anhela hará una pataleta, pero se puede desviar su atención hacia otra cosa y se olvida de su deseo; en cambio, en los inicios de la edad escolar, cuando aparecen deseos que no pueden ser gratificados de inmediato, ni olvidados como en la etapa anterior la conducta del niño sufre un cambio, para resolver esta tensión el niño preescolar entra en un mundo ilusorio e imaginario, en el que aquellos deseos irrealizables encuentran espacio: este mundo es el llamado juego. “El juego representa una forma específicamente humana de actividad consciente. Al igual que todas las funciones del conocimiento, que surge originalmente de la acción”⁷.

⁶ VYGOTSKI, L.S. El desarrollo de los procesos psicológicos. Ed. Grijalbo, Barcelona, 1979. P. 141.

⁷ *Ibidem* p. 142.

"El juego no es un rasgo predominante de la infancia sino un factor básico en su desarrollo"⁸. Se dice esto porque básicamente las acciones de un niño en su cotidianidad son contrarias a su conducta en el juego. Un estudio realizado acerca de la naturaleza motivadora para los niños pequeños, afirma que los objetos mismos dicen al niño lo que debe hacer: una puerta le dicta ser abierta o cerrada, una escalera ha de subirse o bajarse, una silla será para sentarse, es decir, las cosas poseen una fuerza motivadora propia respecto a las acciones del niño pequeño, sin embargo, la libertad de acción de que gozan adultos y los niños más maduros no se adquiere en un abrir y cerrar de ojos, sino que atraviesa un largo proceso de desarrollo.

La acción en una situación imaginaria enseña al niño a guiar su conducta no sólo a través de la percepción que le afecta de modo inmediato, sino también por el significado de dicha situación. Estudios realizados muestran que para los niños más pequeños resulta imposible separar el campo del significado del campo visual, porque existe una íntima fusión entre el significado y lo que perciben visualmente. Si se le pide a un niño de dos años que repita la frase: "Martha está sentada" cuando está de pie frente a él dirá: "Martha está de pie". Esta relación entre la percepción y el significado se observa en el proceso del desarrollo del lenguaje en los niños. La primera divergencia entre la percepción y el significado suele darse en edad preescolar. En el juego el pensamiento está separado de los objetivos y la acción surge a partir de las ideas más que de las cosas: un trozo de madera se convierte en una mesita y un palo en un caballo.

2.1.3 El juego según Jerome Bruner

Para Bruner, el juego, no representa por sí solo gran influencia en el desarrollo del niño, sino por medio de la relación que se da entre el juego-pensamiento-lenguaje.

⁸ Ibidem. P. 155.

Con el propósito de hacer una explicación de lo que es el juego para este autor, presenta un esquema de las que considera funciones fundamentales del juego infantil.

“En primer lugar, el juego es una actividad que no tiene consecuencias frustrantes para el niño, aunque se trate de una actividad seria... es un medio excelente para poder explorar”⁹.

Para Bruner, el juego proporciona un gran placer, pues los obstáculos a los que se enfrenta el niño en esta actividad, resultan necesarios para que no se aburra, y éstos al final le son placenteros al ser vencidos.

“En segundo lugar, la actividad lúdica se caracteriza por una pérdida de vínculo entre los medios y los fines”¹⁰, es decir, los niños, a menudo cambian los fines para que encajen con medios que acaban de descubrir, o modifican estos medios para que se adapten a fines nuevos.

“En tercer lugar, el juego no sucede al azar, o por casualidad, al contrario, se desarrolla más bien en función de algo a lo que he llamado un escenario”¹¹. Con esto, el autor quiere decir que el niño siempre planea a qué va a jugar, y en ocasiones resulta difícil percibir el escenario o el tema de un juego infantil.

“En cuarto lugar, se dice que el juego es una proyección del mundo interior y se contrapone al aprendizaje, en el que se interioriza el mundo externo hasta llegar a hacerlo parte de uno mismo”¹².

⁹ Op. Cit. p. 72.

¹⁰ Idem. P. 72

¹¹ Idem. P. 72

¹² Idem. P. 72

Para explicar mejor esto, Bruner expone que durante el juego se transforma al mundo de acuerdo con nuestros deseos, y en el aprendizaje nos transformamos nosotros para adaptarnos mejor a la estructura del mundo externo.

El juego es un recurso para mejorar la inteligencia, según algunos de los usos que de él hacemos.

Se dice que según sus usos porque es mejor dejar al niño en libertad, en una atmósfera agradable y con suficiente material, que privarlo de su iniciativa ahogando el carácter libre y espontáneo del juego.

2.1.4 El juego según Chateau

En términos generales podemos decir que este autor incorpora algunas ideas psicoanalíticas, sin embargo su planteamiento se asemeja más a las ideas de Piaget, coincidiendo en muchas de las etapas, así como en los rasgos y características de los juegos clasificados por este investigador.

Según él, el bebé juega para obtener un goce sexual, ya que ésta no es una actividad seria, que nada tiene que ver con el juego. A los juegos de los niños se les llaman funcionales porque originan juegos ulteriores pero no proceden de modo alguno del mismo principio. El juego funcional procede de una necesidad sensual y a la vez origina una satisfacción sensual. El bebé goza al ejercitar sus cuerdas vocales como nosotros lo hacemos al bostezar, esta actividad da un resultado placentero como toda actividad práctica. Al buscar la naturaleza del juego se deben dejar los juegos de los bebés porque no sólo quedan en un nivel animal sino que no existe el juego propiamente dicho. El juego verdadero es algo distinto, éste presenta un carácter de seriedad que por lo común no se reparará lo suficientemente, el niño gusta de hacerse el loco en sus

primeros años, pero al mismo tiempo diferencia entre hacerse el loco y jugar. *“El juego a menudo implica reglas duras, fatigas y que finalmente puede concluir al agotamiento. No es una simple diversión, es mucho más”*¹³.

Chateau menciona que el niño no acepta burlas cuando toma muy en serio su juego de representar roles o realiza actividades como preparar pasteles de tierra, preparar medicinas a sus muñecos enfermos. Se ha discutido la ilusión en el juego, por ejemplo el niño cuando juega al deshollinador le dice a la mamá que no lo toque porque se ensuciaría. Pero si la creencia en la ilusión y la fusión total con la situación imaginada es rara, no se puede negar la existencia de ella. El niño que juega verdaderamente, no mira a su alrededor, sino que se sumerge en su juego, ya que éste es una cosa seria para él. Esta seriedad en el juego infantil es diferente a la que llamamos por oposición al juego, vida seria.

La actitud de los adultos se aproxima a la actividad lúdica y no debe sorprendernos ya que el juego es la fuente común de actividades superiores. El ejemplo del deshollinador implica una desvinculación del ambiente real. En esta desvinculación tienen los niños su propio mundo en el cual pueden ejercer su soberanía trazando así su personalidad.

Se comprende que a veces puede ser evasión y compensación. El adulto busca a veces en el juego olvido a sus penas o grandeza ilusoria en actividades en las que domine las duras realidades sociales, la caza y el juego de billar son algunas actividades. El niño que se sabe pequeño, intenta realizarse en su mundo lúdico. Pero esta fuga fuera de lo real no es siempre evasión. Un arquitecto que tiene que realizar un proyecto se aísla y se enfrasca en sus dibujos, escapando a lo real observándose la desvinculación, él sabe que tiene que volver a la realidad y de nuevo evadirla para poder terminar ese proyecto,

¹³ CHATEAU, Jean. Porqué juega el niño. En Antología básica, El juego. Op. Cit. p. 17.

ejercitarse en el plano de lo imaginario para después llegar a la realización de lo concreto.

El mundo del juego es una anticipación del mundo de las ocupaciones serias. Se nos dice que el juego es un adiestramiento involuntario, siendo éste un rodeo que conduce finalmente a la vida seria. Por el juego el niño conquista autonomía, personalidad y esquemas prácticos para la vida adulta y esto los adquiere frente a sustitutos imaginarios. La desvinculación voluntaria aparece cuando el niño olvida las reglas tradicionales de la vida seria en el cual ya no cuentan las reglas lúdicas que en el juego las crea y recrea.

El problema esencial de la actitud lúdica es una actitud de mala fe, en el sentido en que mientras juego me niego a ver lo que realmente veo. El juego no adquiere un sentido sino por limitación del campo cognitivo que proviene de la actitud de mala fe. Fuera de esa limitación pierde su sentido, el palo no es más que eso y no una espada. La seriedad del juego tiene por lo tanto un sentido diferente de la seriedad que en mi trabajo hace que me olvide del resto del mundo, por esa seriedad el juego se aproxima al trabajo y no se revela solamente en el juego que recurre a una existencia real y se le encuentra en los juegos de ficción. Con mayor razón esta seriedad aparece en otros juegos. Cuando el niño juega con reglas abstractas, desde el momento en que se juega son imperativas y no se les puede modificar como se quiera.

En el dominio de los juegos infantiles aparecen los juegos ascéticos, en los que los niños, se torturan de distintas maneras desde quitarse una costra, deslumbrarse con el sol, pellizcarse, etc., los cuales en ocasiones son realizados en público.

Detrás de esos juegos es necesario entrever el sentimiento humano de su dignidad y hasta el orgullo, la presencia del público da más valor a las pruebas. Si

el juego es serio y puede llegar hasta el ascetismo, se debe a que compromete a todo su ser, que es una manifestación de la personalidad entera.

Ante todo, el niño busca en el juego una prueba que le permita reafirmar su yo, el goce propio del juego no es un goce sensorial, es propiamente goce moral y éste no se puede comparar con el orgullo de un artesano ya que en éste es duradero al realizar una obra de arte, en cambio en el niño es pasajero cada vez que realice una proeza tendrá que volver a realizar otra, ya que el niño no tiene bien definido el sentido del tiempo para satisfacerse por los aciertos pasados. El juego desempeña el papel que el trabajo en el adulto.

Con la aparición de la representación en el hombre, el juego cambia de aspecto al convertirse en intencional al asumir una finalidad consiente. No proviene ya solamente de un impulso de tendencias, sino de un impulso de todo el ser, ser consciente y ya con voluntad. La historia del juego del niño es, pues la historia de la personalidad que se despliega y de la voluntad que se conquista poco a poco. El principio del juego ya no está detrás de un impulso funcional, ha pasado a un estado superior que hay que alcanzar.

La teoría psicoanalista ha acudido a fenómenos de derivación y compensación para explicar el juego. Muchas tendencias son reprimidas y éstas sobreviven en la conciencia y es en el juego donde se ejercen, es cierto que no se pueden negar pero no en todos los juegos vamos a encontrar tendencias ocultas y quizá en el juego ficticio el niño imita e inventa personajes y se conduce como lo que él quisiera o hubiera querido ser.

2.2 Del juego psicomotor con objetos al juego con personas

Piaget establece que las interacciones del niño con el medio es fundamentalmente físico. Establece que "... las coordinaciones constituyen relaciones que no estaban presentes en el objeto externo ni en las acciones,

214004

*esquemas y operaciones del sujeto antes de que fueran coordinadas. Es precisamente la unificación de ambas lo que posibilita que se forme una estructura nueva de orden superior*¹⁴.

La coordinación de ojo y mano, permite un tipo de interacción con los objetos que no era posible antes de que el niño lograra establecerla. Sin embargo, estas interacciones sujeto-objeto se suelen entender como interacciones con un objeto físico.

Desde una perspectiva Bruneriana el fenómeno del juego habría que entenderla como una interacción social, los objetos físicos con los cuales el niño juega, están inmersos en un universo de interacciones sociales. No sólo porque sean producto del hombre sino también porque el juguete es juguete en tanto interacción social. Pongamos un ejemplo, cuando un niño pequeño se interesa por un objeto con el que pretende distraerse, es muy probable que aquello que llama su atención no sea el mero objeto sino el conjunto de la escena " adulto actuando objeto en movimiento frente al niño pequeño". En muchos casos el juguete sólo empieza a ser atractivo en el momento en que el adulto lo manipula en presencia del niño. En tales casos ... " *los objetos no serán percibidos como piezas aisladas del mundo físico sino como elementos de un conjunto en el que las acciones del adulto estarán intrínsecamente ligadas al objeto concreto*"¹⁵.

El énfasis que Bruner ha puesto al componente dialógico que procede a la adquisición del lenguaje le ha llevado a estudiar algunos de los primeros juegos de interacción social entre el adulto y el niño. Utiliza el concepto de andamiaje para la estructuración que el adulto proporciona al niño y que le permite actuar en el límite superior de sus capacidades. Este concepto se refiere a la necesaria presencia de esa intervención del adulto, para lograr la competencia del atributo

¹⁴ LINAZA, Josexki, MALDONADO, Antonio. El deporte en el desarrollo psicológico del niño., Ed. anthropos, España, 1987 p. 23.

¹⁵ Ibidem. p. 24.

de que se trate, y prescindirá de ese apoyo una vez aprendido ese atributo. La idea de andamiaje proporcionado por el adulto se asemeja mucho a la noción de Zona de Desarrollo Potencial (ZDP) que elabora Vygotski. En ese sentido el juego es como lo señala Vygotski una guía del desarrollo del niño, pero siempre orientado por un adulto. Ahora bien, el juego para que sea realmente un aprendizaje cada vez más acabado requiere de la presencia de un adulto. Requiere de la idea de andamiaje que proporciona el adulto o el maestro para potenciar el aprendizaje.

2.3 El juego como recurso para la educación física

Después del análisis que realizamos sobre el concepto de juego, creemos que estas concepciones se acoplan, en buena medida a nuestro trabajo, en consecuencia éstas van a ser incorporadas en las diversas actividades psicomotrices, sociales, intelectuales y afectivas del juego en el niño del nivel preescolar y su influencia en el desarrollo de la educación física.

La actividad de la educación física según diversos autores como Vygotski, Bruner, etc., no es una actividad completamente placentera, en ese aspecto si nosotros ligamos el juego con la actividad deportiva o la preparación física no podemos verlo como puro placer, más bien deberá entenderse como lo percibe Vygotski, este autor concibe el juego no únicamente como una actividad placentera para el niño, sino que éste va acompañado de cierta frustración o tensión, según el tipo de juego. En el pequeño, la importancia del juego reside en que constituye una de sus actividades principales, ya que a través de él reproduce las acciones que experimenta en su vida diaria. El hecho de ocupar varios períodos en el juego, permite al niño elaborar en su interior aquellas emociones y experiencias que despiertan su interacción con el medio exterior; es decir, el juego en la edad preescolar no sólo es una distracción sino también un medio por el cual el niño desarrolla sus potencialidades físicas, emocionales,

sociales, afectivas e intelectuales provocando cambios cualitativos en las relaciones que establece con otras personas y con su entorno.

Además de lo anterior, el juego es un fenómeno importante en la vida funcional del niño, algunas características fundamentales del juego del niño son: espontaneidad confiada, imitación realista de las personas y de los animales, entrenamiento para la educación a las reglas, alegría, agilidad mental, entre otras.

El juego, más allá de las diferentes formas que reviste, tiene características específicas que lo distinguen de las otras situaciones (trabajo, deporte, fantasía).

El juego es en sí una acción o una actividad voluntaria que se practica dentro de ciertos límites determinados de tiempo y de lugar, siguiendo una regla libremente consentida y completamente imperiosa, provista de un fin en sí misma, acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de una conciencia de ser en ese momento diferente de la vida cotidiana¹⁶.

Dicho de otra manera, el juego es la realización voluntaria de una necesidad de actividad libremente consensada y exteriorizada, acompañada siempre de tensión y placer.

Ahora bien, una vez analizado el concepto de juego en Vygotski y Lamour, se verá cuál es su importancia o su papel en el desarrollo físico del niño preescolar, ... *“en esta etapa la formación física ocupa el papel más importante, ya que el movimiento que se da en el juego y que realiza el alumno, forma parte del aprendizaje motor e intelectual, y es a través del movimiento como el niño puede lograr mejores aprendizajes”¹⁷* lo cual viene a contradecir la práctica tradicional que considera al niño pasivo o quieto como el más educado o el mejor.

¹⁶LAMOUR, Henri. Manual para la enseñanza de la educación física y deportiva. Ed. Paidós, Barcelona, 1995. P. 76.

¹⁷ RODRIGUEZ, González, Serafín. Educación Física en Preescolar. SEP. Méx. 1995. P. 9.

En la clase de Educación Física sucede lo contrario a la clase en el aula, cuando se quiere lograr un aprendizaje intelectual, *“el alumno alcanza el aprendizaje motor sólo cuando lo experimenta, lo vive y lo graba a nivel de corteza cerebral, para posteriormente pasar a nivel de médula espinal y convertirse en un automatismo”*¹⁸.

En el nivel preescolar según lo indica el programa, es importante estimular el desarrollo físico de los niños, y para ello es necesario tener conocimiento y dominio del cuerpo, de las sensopercepciones y de los movimientos básicos fundamentalmente.

En las actividades utilizadas para lograr esto, el juego es el medio más importante, aunque no el único, que *“... resaltará el movimiento dirigido a estimular y mejorar aquellas capacidades físicas que presenten su fase sensible”*¹⁹.

El desarrollo de las actividades psicomotoras es una excelente ayuda para la educación física, sobre todo en el nivel preescolar *“a partir de los 4 años, se afirman determinados movimientos y combinaciones motrices, que les darán la oportunidad de iniciarse, si aún no lo han hecho, en deportes como la natación, el patinaje, el esquí o la gimnasia. El niño sólo necesita motivación y un buen maestro para practicar cualquiera de estos deportes”*²⁰.

Entre los 4 y los 8 años, se comienza la edad de las habilidades. Se mejora notablemente la coordinación de sus movimientos, se hacen más precisos. También, empieza a tener un buen desenvolvimiento en actividades rítmicas con movimientos exactos. Se muestran más capaces en ejercicios como

¹⁸ Idem p. 9.

¹⁹ Idem p. 9.

²⁰ BETANCUR, María Cecilia y otros. Ser padres ser maestros. El niño y el deporte. Fascículo 25 Ed. Educar. cultural recreativa. Colombia. 1996. P. 4.

correr, lanzar, trepar, y en deportes como el fútbol, ciclismo, las artes marciales, el patinaje y el básquetbol. Sin embargo por cuestiones de delimitación de nuestro trabajo sólo nos abocaremos a aquéllas habilidades que se pueden desarrollar en el nivel preescolar, dejando de lado aquellas que por su complejidad, requieran mayor concentración o fuerza para desempeñarse adecuadamente en la Educación Primaria.

En el caso del profesor de Educación Física que tiene a su alcance cierta cantidad de medios para lograr sus objetivos, *“entre estos medios figuran su saber, su experiencia, las condiciones materiales con las que puede beneficiarse y también toda la tecnología pedagógica que representan los ejercicios. Entre éstos el juego puede tomarse en primer lugar, como herramienta propiamente dicha”*²¹.

En el caso de los Jardines de niños que no cuentan con un profesor de educación física, es fundamental que la maestra al asumir esta función, no desvincule la función propiamente psicomotora del juego con el desarrollo de las habilidades físicas del niño, a fin de que prepare condiciones para el desarrollo de las actividades deportivas en el niño, es decir, la educación física debe tener como base los juegos psicomotores.

El juego en ese sentido es útil para abordar técnicas, para la adquisición de habilidades específicas en la preparación física de los niños. *“El significado del juego es aquí el de un medio para motivar al alumno para un fin exterior a él mismo inicialmente”*²².

Se refiere esto al juego educativo, el cual es una actividad que posee las características del juego y las mismas propiedades, como bien lo ha señalado

²¹ Ibidem p. 24.

²² LAMOUR, Henri. Op. Cit. p. 79.

Piaget, pero no proviene espontáneamente del niño; este tipo de juego es propuesto por el adulto con una cierta intención hacia uno o varios aspectos de la personalidad infantil. Es necesario señalar que entre más pequeños sean los niños el juego tendrá más características lúdicas, pero a medida que se desarrollen, estos rasgos irán desapareciendo, aunque no totalmente, aún en la edad adulta, estos rasgos persisten aunque en menor proporción.

*"El método francés de Educación Física, supo otorgar igualmente a los juegos el lugar que merecen, pero se trata en realidad de una iniciación deportiva bajo forma lúdica, y esto tanto más cuanto se dirige a los alumnos jóvenes"*²³.

Para abordar la preparación física de los alumnos de preescolar es necesario aludir a los ejercicios psicomotrices y denominamos este término porque el niño al crecer desarrolla conjuntamente su psiquismo y motricidad en interacción constante. La psicomotricidad forma un todo. *"Cuerpo y motricidad son el medio de expresión del niño durante el período fundamental, que va desde el nacimiento hasta los tres años"*²⁴. En ese sentido el niño es un cuerpo de relaciones con el mundo.

El niño explora su mundo a través de su cuerpo y entre mayores habilidades tenga de su cuerpo, mayores serán sus posibilidades de indagación del medio que le rodea.

Por otro lado, entre mayor conocimiento tenga de su cuerpo sabrá de sus limitaciones y alcances para desarrollar alguna actividad deportiva o recreativa. Por ello, es fundamental que el niño tenga conocimiento de su esquema corporal y un dominio de su cuerpo a través de su ejercitamiento constante.

²³ Ibidem p. 78.

²⁴ LEVY, Janine. Despertar al mundo, adquisición de la autonomía. Ed. Daimon. España, 1981. P. 11

2.3.1 Desarrollo del esquema corporal

El desarrollo del esquema corporal, empieza desde el nacimiento con los reflejos innatos del niño y las manipulaciones corporales que recibe de su madre. El niño jugará con su cuerpo, sentirá emociones, además irá construyendo un marco de referencia que le permita llegar a tener una representación mental de sí mismo. Es importante que el niño conozca y controle su cuerpo ya sea en reposo o en movimiento.

En cambio, la sensopercepción tiene su inicio desde los cuidados que la madre tiene con el producto desde el vientre y por supuesto la consecución en la atención calificada que los padres y maestros ofrezcan durante los primeros años de vida.

Ahora bien, tanto el desarrollo del esquema corporal como de las capacidades coordinativas (sensación-percepción) son la base para la ejecución de movimientos ordenados. Durante la etapa preescolar es conveniente formar los movimientos básicos, cuyo bagaje va aumentando en cantidad y calidad por cada año de vida; en ocasiones, por desconocimiento se obliga al niño a realizar un movimiento que no está en su fase sensible, esto afecta al desarrollo de sus sensopercepciones, por esto se hace necesario conocer y estudiar las características físico-biológicas del niño preescolar (4-6 años).

Algunas de estas características son: los ejercicios fortalecen todo el organismo e incrementan su inmunidad ante diversas enfermedades, *"entre los 5 y los 7 años la corteza cerebral del niño aumenta su desarrollo, por lo que el habla se vuelve más coherente y permite transmitir sus pensamientos e impresiones"*²⁵, con el movimiento sucede lo mismo: lo observa, después lo realiza y posteriormente es capaz de identificarlo por su expresión verbal, proceso

²⁵ RODRÍGUEZ, González, Serafin. Op. Cit. p. 16.

que puede aprovecharse para introducirlo en el lenguaje de la educación física. La regulación nerviosa del corazón de los niños de esta edad es imperfecta, por lo que éste se agita con destreza, el ritmo de sus acciones se altera con facilidad, y en caso de haber carga física el miocardio se cansa pronto; por lo que se recomienda variar los ejercicios, esto quiere decir, alternar un juego animado con uno tranquilo, pues existe una limitación en el aparato cardiorrespiratorio, que comprende los conductos nasales y los bronquios, los cuales por ser estrechos, dificultan el acceso de aire a los pulmones. La cantidad de sangre que bombea el corazón del niño es relativamente mayor si se compara con un adulto, pero el trayecto que la sangre recorre por los vasos es más corto, y la velocidad de circulación es superior, por lo cual el niño se recupera más rápido, ya que la glucosa llega más rápido a la célula muscular.

Con respecto a las características psicológicas, se puede observar que el niño de cuatro años es egocéntrico, se le tiene que atender en forma individual, el niño, además siente mucha atracción por lo nuevo y su creatividad es resultado de esa curiosidad que manifiesta en todas sus actividades, sin embargo *“tiene poca interiorización, es decir, en él aún no están grabados los movimientos, los hábitos de higiene, las costumbres, las tradiciones, las normas que le sirven para sobrevivir por sí mismo, aún se rige por los impulsos y carece de integración”*²⁶. A esta edad además, el niño no se interesa por el mundo que lo rodea, como lo hace el adulto, ni por sus hábitos de higiene, porque actúa de acuerdo a sus intereses y experiencias.

En los niños de 4 años se observan algunos movimientos coordinados de piernas y brazos, pero en lo general son torpes, desequilibrados y arrítmicos cuando los brazos y las piernas están extendidas, le cuesta trabajo realizar movimientos coordinados, pues fácilmente se desequilibra, los movimientos básicos presentan todavía dificultad para él.

²⁶ Ibidem p. 19.

El juego, una actividad en apariencia tan simple y espontánea ha sido con frecuencia objeto de olvido o de menosprecio, por considerarlo como algo que distorsiona la propiedad y la seriedad que deben acompañar los procesos formativos y educativos.

Su análisis y estudio, es considerado como una tarea poco científica, y su estudio interdisciplinario ha quedado injustamente olvidado.

Pero bien, al contrario, los juegos son la manifestación más importante de la motricidad humana: desde la consolidación de los primeros esquemas sensoriomotores en el recién nacido, pasando por la capacidad de simbolización y representación y terminando en los procesos de socialización e integración en grupos cooperativos²⁷.

Por lo anterior, se considera que la utilización de los juegos en todas las etapas formativas y educativas, especialmente en los primeros años de vida, *“debe ser predominante sobre otros posibles contenidos en el ámbito de la actividad física deportiva”²⁸.*

“Si algo caracteriza a la educación física, sobre todo la que se imparte en los niveles de preescolar y primaria, es su carácter lúdico, en razón a las características de los alumnos en estos niveles educativos”²⁹.

Por medio del juego, el niño conoce y controla su cuerpo, percibe distancias, trayectorias, duración de acciones, a través de él el infante se relaciona con sus semejantes, fantasea, inventa, se divierte, etc. Este tipo de juego se refiere a la actividad lúdica racionalmente prevista y empleada para estimular en el alumno el desarrollo del esquema corporal, las nociones de tiempo y espacio, la definición de su lateralidad, entre otros.

²⁷ MÉNDEZ, Giménez, Antonio. Los juegos en el currículo de la Educación Física, Editorial Paidotribo. España. 1997 p. 5.

²⁸ *Ibidem*, p. 5.

“ En este sentido el juego es una actividad recreativa que ofrece amplias perspectivas de índole formativo y que actualmente es manejado como un magnífico recurso pedagógico en las instituciones escolares y en aquellas que en cierto modo pretenden fines acordes a la educación: condición que ha consolidado, particularmente en educación física al juego dirigido”³⁰, es decir, aquella actividad que es planeada y utilizada con base a objetivos de naturaleza educativa.

Hay juegos que por las características de su práctica, favorecen el incremento del rendimiento físico a través del desenvolvimiento de las capacidades motoras, como la velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad y agilidad, en razón a la influencia que, en alguna medida, se ejerce en el desarrollo morfológico y funcional que experimenta el cuerpo humano.

Por lo tanto *“el juego es un recurso valioso en alto grado para que el niño en un marco de alegría desarrolle diversos aspectos de las líneas psicológica, social, física y ética de su personalidad”³¹.*

El juego ocupa un lugar preponderante en la vida del niño, ya que pasa la mayor parte del tiempo jugando transformando en diálogo o acciones sus ideas fantasiosas dándole vida a través del juego. Piaget afirma *“el juego es la expresión y requisito del desarrollo del niño”³².*

Este desarrollo se da conforme sean sus necesidades de movimiento. Como es sabido, el niño es todo movimiento desde que se encuentra en el vientre materno, podemos escuchar comentarios de sus primeros movimientos, más tarde al nacer, después de algunos meses descubre el mundo que le rodea lleno

²⁹ TORRES, Solís, José A. *Didáctica de la clase de educación física*. Ed. Ciencia y Cultura. México. 1991. p. 132.

³⁰ *Ibidem* p. 132.

³¹ *Ibidem* p. 133.

³² REBOREDO, A. En *antología Básica “El juego”* Op. Cit. p. 99.

de objetos y personas que despiertan su interés por conquistar el espacio buscando la forma de alcanzarlos.

A estos movimientos Piaget los denomina juegos de ejercicio *"estas actividades consisten fundamentalmente en movimientos del propio cuerpo o de objetos que tiene a su alrededor"*³³.

Esta acción lúdica, cobra interés según la etapa en la que se encuentra el niño y su forma de jugar es diferente. En el niño pequeño ese juego o movimiento lo llevan a la adquisición de habilidades básicas motoras que constituyen la expresión y relación con los demás, así como la formación de la imagen de sí mismo.

Conforme el niño va desarrollándose, el control de un gran número de habilidades y la posibilidad de variarlas, aumenta sus experiencias motoras y su independencia al querer realizar algunas actividades, como comer y bañarse solo, trepar, saltar de un lado a otro sin ayuda.

Esto se observa en el niño preescolar, sus destrezas físicas e intelectuales, de expresión y representación que dan origen al juego asociado a imágenes mentales, en él la actividad lúdica no sólo contiene acción motora pura de desplazamientos, saltos, incluye también el lenguaje y las situaciones simbólicas de dramatización en el cual imita situaciones de la vida diaria o roles sociales, es decir *"la realidad a la que está sometido, en el juego se somete a sus deseos y necesidades"*³⁴.

De esta manera reproduce momentos del contexto familiar y social que le hicieron sentir placer y displacer. Permitir al niño esta expresión espontánea en

³³ Ibidem p. 27.

³⁴ DELVAL, Juan *"El juego"* Op. Cit. p. 26.

su juego, es reconocer que todo humano pasa por momentos difíciles de los cuales se libera al encontrar una forma creativa en la que deja salir toda esa energía acumulada.

También podemos encontrar que la educación física favorece la formación de reglas en los juegos, los cuales no deben ser complicadas para que el alumno las comprenda y las acepte.

Las primeras experiencias de movimientos en educación física permiten al niño investigar sus posibilidades de movimientos y explorar el medio ambiente que le rodea. De ahí que el juego tome un papel relevante en la educación física ya que las actividades que ahí se realizan son necesarias para facilitar el desarrollo normal en el niño, favoreciendo la estructura ósea aumentando el grosor de los huesos. La inactividad física en la niñez puede afectar la salud del futuro adulto. Por ello la educación física es la responsable del funcionamiento óptimo del cuerpo para desarrollar destrezas físicas, ampliar conocimientos, fortalecer su imagen corporal y enriquecer sus experiencias sociales. En la mayoría de los casos la clase de educación física es la única oportunidad que tienen los niños de participar en actividades de movimiento.

2.3.2. Conocimiento y dominio del cuerpo

Por medio del movimiento de su cuerpo, el niño adquiere experiencias nuevas, permitiéndole esto un mayor dominio y control sobre sí mismo, descubriendo a la vez sus posibilidades de desplazamientos, con lo cual progresivamente va integrando el esquema corporal, entendiéndola como *“La capacidad que tiene el individuo para estructurar una imagen interior (afectiva e intelectual) de sí mismo”*³⁵.

³⁵ Secretaría de Educación Pública. Subsecretaría de Educ. Básica. Dir. Gral. De Educ. Preescolar Bloques de Juegos y Actividades en el Desarrollo de los proyectos en el J.N. SEP. México, 1993. p. 21.

La integración del esquema corporal así como el conocimiento y dominio del cuerpo son dos aspectos interrelacionados con el desarrollo motriz, mismo que atraviesa por 5 estadios, según estudios realizados por P.R. Bize (1950), de los cuales sólo se analizarán 2 por considerarlos dentro de la edad del niño preescolar.

Estadio 1 (de cero a 3 años): Integración progresiva.

En este estadio se distinguen 3 fases que son: fase espiral, fase de tanteo y fase de logro.

La fase espiral inicia desde el nacimiento hasta los ocho meses de vida. Su característica principal es una hipertonía de la musculatura flexora sobre la extensora. Durante el 3er. mes los músculos del cuello permiten al niño el control de los movimientos de la cabeza. Hacia la mitad de esta fase espiral se desarrolla la coordinación óculo-manual, con la que el niño podrá, de manera aún torpe, lanzar pequeños objetos. Hasta el final de esta fase puede mantenerse sentado.

La fase de tanteo aparece a los 8 meses y puede prolongarse hasta los 2 años, durante ésta el cuerpo comienza a tomar conciencia y se produce alguna iniciativa motriz. La coordinación motriz se ve mejorada a medida que los fascículos nerviosos se van mielinizando. Al inicio de esta fase domina la posición de sentado y el niño puede mantenerse de pie sin ayuda. Entre los nueve y los diez meses se desplaza en cuadrupedia y si se le ayuda, empieza a dar los primeros pasos. Entre los doce y los 15 meses el niño comienza a caminar sin ayuda, con lo cual adquiere cierta autonomía y la posibilidad de conocer su alrededor inmediato, de esta forma el conjunto de sensaciones que recibe fomenta la adquisición del esquema corporal. A los dos años empiezan a aparecer manifestaciones de relación espacio-temporal: el niño ya es capaz de

atrapar objetos estáticos, pero aún se le dificulta atraparlos en movimiento. Hacia el final de esta fase empieza a tener conciencia de su propio cuerpo.

Fase de logro, esta se presenta entre los 2 y los 3 años. Su característica principal es el establecimiento tónico en el tronco y en los miembros, y como resultado un mayor equilibrio postural y una mejor coordinación motriz. La marcha se perfecciona notablemente y es capaz de realizar desplazamientos en varios sentidos, lo que origina el tránsito a la carrera, todavía con muchas dificultades. El niño empieza a subir escaleras y más tarde a bajarlas. Aparecen las primeras nociones de dirección y localización de objetos y de personas, pero sus relaciones espacio-temporales todavía no son correctas. Hacia los 2 años y medio el niño ya puede saltar una pequeña altura, primero con un pie y luego con el otro, pues el salto con los 2 pies no tiene lugar hacia el 3er. año.

Estadio 2 (entre los 3 y los 7 años) organización de la motilidad espontánea. *“Denominamos motilidad espontánea a la facultad que tienen los seres vivos para producir movimientos”*³⁶.

En este estadio se distinguen dos períodos, el de la gracia y el de la motilidad orientada. El período de la gracia inicia desde los 3 años a los 5. Se le llama así por la gracia que imprime el niño en la habilidad que alcanza en sus movimientos, debido a la perfección neurológica que va logrando. Se inicia en la noción de verticalidad y horizontalidad y se empieza a definir la dominancia lateral.

Hacia los 3 años es ya capaz de ponerse sobre un pie momentáneamente y de desplazarse unos pocos metros sobre una línea marcada. La marcha se halla perfectamente desarrollada, ésta se realiza de forma automática, aparece el

³⁶ GENERELO, Lanaspa Eduardo y LAPETRA, Costa Susana. Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria. INDE Barcelona, 1993. P.

balanceo alternativo de brazos, los cambios de velocidad y de ritmo, y es capaz de correr y saltar al compás de una música. Puede realizar varios saltos seguidos y de formas diferentes, y también empieza a golpear balones parados y a lanzar objetos con una cierta precisión. Hacia los 4 años se puede considerar que la mielinización del sistema nervioso de las diferentes áreas está bien desarrollada. Su actitud general se caracteriza por una motilidad global cada vez más desarrollada y una necesidad constante de movimiento. Al final de este período es capaz de realizar saltos en profundidad, calcular distancias, reconocer uno y otro lado de su cuerpo, así como dominar las relaciones espacio-temporales.

El período de la motilidad orientada se desarrolla entre los 5 y los 7 años, ya que en estas edades aparece el control cerebral de los movimientos, de modo que éstos se realizan de forma más económica y eficaz. Puede realizar desplazamientos en todas las direcciones, con diversos ritmos y velocidades, efectuando paradas, cambios de dirección, esquivando, etc.

Los saltos, tanto en altura como en longitud, van alcanzando los niveles óptimos de eficacia, y es capaz de coordinarlos con una carrera previa. Los lanzamientos van siendo cada vez más precisos y ejecutados con movimientos simultáneos de piernas y brazos, la lateralidad se caracteriza por la aparición de las nociones de derecha e izquierda y del predominio de una mano sobre la otra, sin que esto represente una afirmación definitiva de ese predominio. La organización de su esquema corporal le facilita una visión global de su cuerpo y le permite reproducir ciertos movimientos.

2.4 Experiencias motrices básicas

“Dentro del desarrollo integral del niño, el movimiento se entiende como una vía de relación y de expresión con la realidad circundante así como la

*manifestación de los procesos de autoafirmación y construcción del pensamiento*³⁷.

Por tal motivo la Educación Física en preescolar nos propone no sólo la exploración y desarrollo de los aspectos fundamentales del comportamiento del niño, sino también la posibilidad de aprovechar esas conductas o movimientos espontáneos para reorientarlos hacia unos objetivos concretos y posibles en la realidad docente. En el momento en que el individuo interactúa con el medio externo y se relaciona con él, pone en marcha toda una serie de complejos procesos cerebrales: el movimiento resulta ser la consecuencia de dichos procesos.

Entendido de esta manera *“el movimiento del niño consiste en la respuesta, según sus capacidades y experiencias anteriores, a una situación dada; un movimiento cuyas cualidades son las de ser global y espontáneo”*³⁸. Y son estos movimientos espontáneos y naturales los que, al ser desarrollados, ayudan y posibilitan la consecución de los objetivos de la Educación Física; por lo que esta área se opone a la enseñanza prematura de gestos técnicos deportivos, que coartan la actividad del niño, por el contrario, propone contenidos que, utilizando esos movimientos espontáneos y naturales del niño y desarrollándolos hasta el límite de las posibilidades personales de cada cual, se logran los objetivos propuestos. Esos movimientos indefinidos han sido agrupados y clasificados en habilidades y destrezas básicas.

El desarrollo de las habilidades básicas tiene lugar en el momento en que el niño posee una habilidad perceptiva operativa a niveles básicos, una suficiente familiarización y una idea bastante definida sobre la función de dichas habilidades. Esas características le permiten investigar y explorar todas sus

³⁷ Op. Cit. Bloque de... p. 69.

³⁸ GENERELO, Lanaspa, Eduardo y LAPETRA, Costa, Susana. Op. Cit. p. 446.

experiencias motrices espontáneas y desarrollarlas hasta lograr unos patrones motores maduros que hacen posible el aprendizaje de toda una serie de habilidades básicas con las que logrará un grado de maestría considerable. Una vez afianzadas estas destrezas, y teniendo en su haber un repertorio extenso de patrones motores básicos, el niño puede aventurarse en el aprendizaje de habilidades específicas, *“que suponen la adquisición de unos patrones motores más complejos y que exigen ya una eficacia de ejecución, porque van encaminados hacia la consecución de un objetivo concreto en unas condiciones determinadas”*³⁹.

2.4.1 El Desarrollo Psicomotor

*La actividad psicomotriz tiene una función preponderante en el desarrollo del niño, especialmente durante los primeros años de su vida, en lo que descubre sus habilidades físicas y adquiere un control corporal que le permite relacionarse con el mundo de los objetos y las personas, hasta llegar a interiorizar una imagen de sí mismo*⁴⁰.

Nuestro cuerpo, con sus movimientos, es el instrumento a través del cual se realiza todo lo que hacemos: conocer el mundo, los objetos, realizar acciones, conocer y relacionarse con otros seres humanos (todas las formas de relación y conocimiento están ligados a la acción corporal). Es así como el niño va organizando su capacidad motora de acuerdo a la maduración nerviosa y a los estímulos del ambiente.

Para la mejor comprensión de la evaluación psicomotora del niño, conviene aclarar que la coordinación psicomotora gruesa implica la armonía de movimientos voluntarios de los grandes segmentos del cuerpo como son las

³⁹ Fundamentos de Educ. Física para enseñanza primaria. Vol. I Ed. Inde. España, 1993. p. 450.

⁴⁰ *Ibidem*, p. 68.

extremidades del tronco y la coordinación motora fina implica la armonía y precisión de los movimientos finos de los músculos de manos, pies y cara.

En la primera etapa desde el nacimiento hasta los dos años, el niño logra enderezarse, sentarse, pararse y caminar. También puede usar sus movimientos para tomar objetos, para trasladarse, arrastrándose o gateando.

Más adelante, con el desarrollo del equilibrio y el logro de mayor fuerza muscular perfecciona su postura erecta, la marcha y la manipulación de los objetos.

Durante los dos a tres años, logra mayor coordinación de los movimientos lo que permite al niño realizar acciones más elaboradas. Estas junto a la capacidad de simbolización y lenguaje adquiridas paralelamente, amplían y hacen más complejo su conocimiento del mundo.

Entre los tres y cinco años, el niño perfecciona su coordinación, equilibrio, postura y manejo de segmentos; habilidades tales como subir y bajar escaleras, correr a diferentes velocidades, lograr la marcha automática y rítmica, el salto con pies juntos y luego el salto con un pie.

Al mismo tiempo, ha logrado una orientación especial que lo hace capaz de dirigir sus movimientos en determinada dirección y organización temporal imponiéndole cierto ritmo a todas sus coordinaciones y a su respiración.

Sus coordinaciones finas empiezan a permitirle realizar ciertas acciones que demandan precisión en el manejo de los pequeños músculos de manos, pies y cara: El niño puede girar las páginas de un libro, hacer gestos, usar el lápiz y otras.

Alrededor de los cinco años el niño logra pasar de una etapa sincrética en que la percepción y las acciones motoras comprometían toda su persona a una etapa de diferenciación y análisis. En esta, sus movimientos son más específicos y encaminados al logro de determinados fines; su percepción del mundo se ha hecho más precisa y su pensamiento ha logrado un nivel de análisis lógico de los hechos.

Es en este momento cuando adquiere la capacidad de simbolización. Esta se hace evidente en la capacidad que el niño demuestra espontáneamente al representar hechos, objetos, acciones, experiencias presentes y pasadas a través del dibujo, pintura y modelado.

Esta etapa es la del perfeccionamiento decisivo en las coordinaciones finas. El niño logra movimiento de la mano y de los dedos y la conciencia de esos movimientos más diferenciados y específicos. Sólo con este nivel de coordinación motora le será posible adquirir todas las habilidades y destrezas que en el proceso de lecto-escritura le exigirá su maduración psicomotora, entonces le permitirá tener una percepción estructurada del espacio y de su cuerpo, diferenciando izquierda y derecha en sí mismo y adquirirá un manejo estable de la dirección habilidad de los movimientos.

2.4.2 Senso-percepciones

En el desarrollo integral del niño el movimiento se entiende como una vía de relación y expresión con la realidad que le rodea así como la manifestación de los procesos de autoafirmación y construcción del pensamiento, *“por lo tanto el movimiento, las sensaciones, las percepciones, la experimentación de posibilidades de desplazamiento y equilibrio, el control de movimiento gruesos y fino, el cuidado y la higiene de sí mismo no deben ser en general trabajados en*

*forma aislada sino en el contexto globalizador de las actividades que constituyen un proyecto*⁴¹.

En el Programa de Educación Preescolar vigente, se plantea como propósito educativo que el niño descubra y haga uso de sus posibilidades de expresión y manifestaciones motrices, sensitivas y emocionales, para ello se sugieren algunas actividades y juegos en los que el niño utilice su cuerpo, el movimiento, las sensopercepciones tanto corporales como auditivas, táctiles, gustativas, visuales, olfativas, de movimiento, etc., así como de desarrollar los elementos que integran el eje de estimulación perceptivo motriz que son: reacción, orientación, ritmo, sincronización, diferenciación y adaptación.

A continuación se hace una breve descripción de lo que son estos elementos:

Orientación: Es la capacidad del individuo de apropiarse del espacio que le rodea a partir de cómo éste organice su propio cuerpo mediante vivencias motrices, en la que las percepciones auditiva, visual, táctil y kinestésica se objetivizan al adquirir una significación espacio-temporal. La orientación permite determinar y modificar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo. Esta capacidad se desarrolla muy lentamente ya que el niño poco a poco se ubica en el espacio, y ubica a los objetos en relación a él, o él en relación a los objetos o personas.

El ritmo: Es otra de las capacidades para poder dividir las fases del movimiento en el tiempo y en el espacio, de manera ordenada registrando y reproduciendo, en la ejecución del movimiento, hacia alguna tarea u objetivo que depende de la percepción principalmente de estímulos sonoros (voces, palmadas

⁴¹ Op. Cit. Bloque de...p. 69.

e instrumentos musicales) y de estímulos visuales referidos a movimientos básicos (saltar, correr, etc.).

La reacción: Se entiende como la capacidad de ejecutar rápidamente acciones motoras breves adecuadas a un estímulo, donde lo más importante es, dar respuesta oportuna y con la velocidad conveniente a la tarea dada. Las señales a las que se responden pueden ser de diferente tipo, visuales cuando se les arroja una pelota y tiene que detenerla, auditivas cuando escucha determinado sonido para iniciar una carrera, táctiles como reaccionar ante algo frío o tocar algún elemento caliente, etc. Y las condiciones para que se den esas reacciones dependen de las características corporales, espaciales y temporales.

Sincronización: Es la capacidad de poder transmitir en forma progresiva los movimientos básicos como fundamentos técnicos y abordar su estimulación por separado de cada una de las partes del cuerpo en la transmisión de un esfuerzo que expresa el tiempo y la velocidad con que deben mover para alcanzar su propósito.

Es decir, es la capacidad de hacer coincidir; el manejo del tiempo y el espacio con los movimientos del cuerpo.



Diferenciación: Destaca la participación ordenada de diversos grupos musculares instintivamente, es requerida para que el individuo que efectúa una acción, logre rapidez, exactitud y economía en su ejecución.

Adaptación: Capacidad de poder cambiar de un movimiento a otro originando la conservación del equilibrio corporal, y de la posibilidad de crear un movimiento que se acopla en forma exacta a la situación que exige la problemática motriz.

2.4.3 La higiene y alimentación en el niño preescolar

La higiene y la alimentación juegan un papel importante en la conservación de la salud del niño y en su desarrollo físico y mental.

Los hábitos higiénicos y alimenticios los recibe en el hogar y es en el jardín de niños en donde se fomentan con la finalidad de que conserve el cuerpo sano libre de enfermedades.

Para gozar de salud es necesario conocer y practicar medidas preventivas que ayuden al cuidado y conservación del estado físico y mental del individuo en todos los ámbitos y situaciones que enfrentan en forma cotidiana lo que requiere de una educación que fomente la formación de hábitos y actitudes sanitarias⁴².

Para la mayoría de los niños en el nivel preescolar su ingreso implica el contacto con un grupo más extenso que le brinda experiencias y con los que al mismo tiempo enfrenta riesgos que de acuerdo a su edad no podría manejar, curioso e inquieto toca, prueba aquí, allá, en un afán de descubrir lo que es nuevo para él. Por lo tanto, en el jardín de niños se llevan a cabo determinadas actividades que el programa de educación preescolar marca en el libro de bloques, específicamente en el bloque de relación con la naturaleza.

Este bloque plantea que *“el profesor promueva la salud física y emocional a partir del conocimiento de su cuerpo, sus funciones y posibilidades de movimiento, desplazamientos, la adquisición de hábitos y prácticas y recreación a través de actividades cotidianas, campañas de aseo y vacunación, etc.”⁴³.*

⁴² Secretaría de Educación Pública. Guía para la promoción y cuidado de la salud del niño preescolar. SEP. 1993. p. 1.

⁴³ Op. Cit. Bloque de...p. 77 Juegos y actividades en el desarrollo de los proyectos en el jardín de niños. SEP. Mayo 1993. P. 77.

Como ya se dijo anteriormente, el jardín de niños fomenta hábitos de higiene y autocuidado, es importante señalar que la responsabilidad es principalmente de los padres que deben enseñarles a usar pañuelo, ropa holgada y adecuada a las actividades que realiza tanto en el jardín de niños como en el hogar, recortar las uñas, lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño, baño diario, etc., acciones que favorecen los hábitos de higiene para la conservación de la salud.

Además de la higiene, las vacunas juegan un papel importante para la prevención de enfermedades.

La alimentación del niño, es otro aspecto relevante en su desarrollo y es de gran importancia que el niño conozca los alimentos naturales y los que comúnmente llamamos "chatarra" por su escaso valor nutricional. Las consecuencias de una buena alimentación y salud se reflejan en un crecimiento sano y un buen desarrollo *"el crecimiento es un proceso biológico que forma parte del desarrollo integral y que está determinado tanto por características hereditarias como factores ambientales"*⁴⁴.

El crecimiento depende en gran parte de una buena alimentación y de un ambiente higiénico libre de enfermedades. Durante este crecimiento pueden presentarse anomalías que provocan alteraciones que limitan las posibilidades físicas por ejemplo: defectos posturales, pie plano, piernas arqueadas, etc., si

⁴⁴ Idem, p. 17.

estos defectos no se corrigen oportunamente ocasionan alteraciones en el desarrollo motor del niño.

Para finalizar, concluimos que para que el niño realice actividades físicas debemos poner énfasis en una correcta práctica higiénica y una alimentación variada consistente en leche, huevos, carne, pescado, pollo, frijoles y en su defecto cuando no se pueda, habrá que proporcionarle leguminosas que sustituirán a la carne, esto con la finalidad de lograr un desarrollo sano y armonioso de su cuerpo.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN PREESCOLAR

Es necesario primeramente, para realizar el presente análisis, recordar que la corriente en la que se fundamenta básicamente el nivel preescolar es la desarrollada por Kilpatrick complementada con la teoría psicogenética, de esta última se recupera el proceso de desarrollo del niño, lo que gracias a investigaciones de autores como Piaget, Vygotski, Wallon, entre otros, las educadoras tenemos la posibilidad de ofrecer una educación globalizadora, *"considerando el desarrollo infantil como un proceso integral, en el cual los elementos que lo conforman (afectivos, motrices, cognitivos y sociales) se interrelacionan entre sí"*⁴⁵.

Desde esta perspectiva, el programa del nivel preescolar diseña una propuesta de trabajo, flexible y aplicable a cualquier contexto social, considerando principalmente las necesidades, intereses, capacidades y sentimientos del niño. Esta propuesta es la metodología a través de proyectos, diseñada por W. Kilpatrick; *"el proyecto como método didáctico es una actividad intencionada consistente en que los alumnos hacen algo en un ambiente natural, integrado o globalizando la enseñanza"*⁴⁶

Originalmente se le llamó proyecto a la tarea manual que el alumno ejecutaba fuera de la escuela (cultivo, cuidado de plantas, cría de animales, etc.). Tiempo después se le dio un uso a este término mucho más amplio, por parte de W. Kilpatrick: *"exigir a un educando que haga algo sin que la actividad mental de éste responda a un claro propósito, es absurdo. No basta la atención; precisa asimismo la intención, pues ésta convierte al educando en agente de la obra que prepara y ejecuta"*⁴⁷.

⁴⁵ Op. Cit. p. 25.

⁴⁶ LARROYO, Francisco. La ciencia de la educación. Ed. Porrúa, S.A. México 1981. P. 493.

⁴⁷ *Ibidem*. P. 493.

Retomando la idea de este autor, el Programa de Educación Preescolar 1992 (PEP 92) nos dice que *“trabajar por proyectos es planear juegos y actividades que respondan a las necesidades e intereses del desarrollo integral del niño”*⁴⁸. Cada uno de los proyectos tiene una duración y desarrollo diferentes, implicando siempre acciones y actividades relacionadas entre sí.

El método de proyectos es una de las principales herramientas que se utiliza en preescolar para dar sentido y racionalidad al trabajo que cotidianamente se realiza. Tiene como principal objetivo convertir en algo atractivo y agradable el trabajo escolar, por lo que se tiene que conseguir la información de los niños sobre qué problemas desean resolver o qué situaciones desean abordar.

Trabajar por proyectos es planear juegos y actividades que respondan a las necesidades e intereses del desarrollo integral del niño. Elaborar un proyecto requiere de una planeación abierta a la participación conjunta de los niños y el docente, tomando en cuenta el contexto social.

Dentro del método de proyectos se proponen dos niveles de planeación: la planeación general y el plan diario.

Planeación General: Esta se realiza con la participación de niños y docentes o del docente en forma individual, la planeación general realizada por niños y docentes se concluye cuando han hablado de sus experiencias, han intercambiado propuestas, analizando posibilidades y limitaciones, discutiendo las actividades y juegos que les permitirán avanzar en el sentido del proyecto, es así como comienzan a prever: visitas o paseos, provisión de materiales, otras actividades, etc. La planeación general realizada por el docente consiste en la

⁴⁸ Secretaría de Educación Pública. Dirección General de Educación Preescolar. Programa de Educación Preescolar. México, 1992. p. 18.

organización de las actividades del proyecto, propuestas anteriormente por los niños, en este momento el docente amplía poniendo en juego su experiencia y capacidad profesional, de tal modo que estas actividades puedan realizarse evitando a los niños frustraciones innecesarias, así como posibles riesgos.

Plan diario: Partiendo de las respuestas de los niños, en relación con el quehacer diario, el docente elaborará su plan diario de actividades, éste incorpora los juegos y actividades del proyecto, sus recursos y el registro de las actividades rutinarias para tener la visión completa de cada jornada.

Al organizarse un proyecto, en él van implícitos los juegos y actividades flexibles y abiertos a nuevas aportaciones del grupo y a la orientación continua y permanente del docente.

Por otro lado, con el fin de que la educadora atienda en su práctica docente el desarrollo del alumno de manera global, el PEP 92 propone los bloques, *“que son conjuntos de juegos y actividades que al ser realizados favorecen aspectos del desarrollo del niño”*⁴⁹. Los bloques plantean al docente sugerencias de contenidos que se consideran apropiados para favorecer procesos de desarrollo en los niños. Los bloques que se proponen son cinco: Bloque de juegos y actividades de sensibilidad y expresión artística, de psicomotricidad, de relación con la naturaleza, de actividades matemáticas y actividades de la lengua oral y escrita.

Ahora bien, para que el docente no descuide alguno de estos bloques de actividades, el programa presenta una alternativa metodológica acorde tanto con la teoría de Kilpatrick como con la práctica cotidiana del nivel preescolar, nos referimos al trabajo por áreas. Un área de trabajo es un espacio educativo en el

⁴⁹ Op. Cit, Bloque de... p. 53.

que están organizados los materiales y mobiliario con los que el niño podrá desarrollar cualquier proyecto o actividad libre.

Como se señala anteriormente, los bloques proponen al docente un menú de actividades y juegos apropiados para favorecer las dimensiones de desarrollo del niño, ahora bien, como equipo nos preguntamos: ¿Son suficientes para desarrollar en el niño las esferas de su personalidad: aspecto motriz, afectivo, intelectual y moral, como lo pretende la educación preescolar?, ¿La educadora podrá realizar dichas actividades cuando carece del material que se requiere?. Por otro lado ¿Qué tan conveniente es que la educadora atienda a las sugerencias del programa que establece que se deben adecuar las actividades de acuerdo a las condiciones y situaciones de los niños y de la infraestructura del aula? Ese dejar a la "creatividad" de la educadora la responsabilidad de ampliar, eliminar o complementar ciertas actividades y materiales, puede ser un riesgo, cuando no se tiene claridad sobre la estrategia a seguir. Por ello es conveniente decir que antes de hacer un uso creativo de la propuesta, primero tenemos que apropiárnosla con nuestras aportaciones. Pero para apropiarnos de la estrategia metodológica debemos capacitarnos en su dominio y manejo, y en ese sentido muchas de nosotras no hemos recibido una capacitación adecuada en el manejo de la metodología del programa de preescolar, y lo que es más grave aún, algunas educadoras desconocemos el programa de educación física, por el simple hecho de que es un documento exclusivo del profesor (a) encargado(a) de esta disciplina.

Por lo anteriormente expuesto se cree que lo más viable sería que a cada jardín de niños se le proporcionara un programa de educación física, con el fin de que el personal docente y directivo se apropie de su contenido y lo lleve a la práctica con sus alumnos, o bien, se reestructure el PEP 92 en su apartado referente a los bloques de juegos y actividades para que anexen sugerencias para trabajar este aspecto del desarrollo del niño.

Los bloques propuestos en el PEP 92 considerados apropiados para favorecer procesos de desarrollo en los niños son cinco:

- Bloque de juegos y actividades de sensibilidad y expresión artística.
- Bloque de juegos y actividades matemáticas
- Bloque de juegos y actividades de la lengua oral y escrita.
- Bloque de psicomotricidad
- Bloque de naturaleza.

Analizar cada uno de estos bloques nos llevaría a un trabajo más extenso, por lo que aquí sólo se tratará el bloque que para efectos de esta investigación interesa: el de psicomotricidad. Dentro de este bloque se encuentran tres contenidos: integración de la imagen corporal, estructuración del espacio y estructuración del tiempo, así como también se señalan los propósitos educativos de cada contenido; y para lograr estos propósitos se señalan algunas sugerencias de juegos y actividades como las siguientes:

Que el niño:

- Ejecute al aire libre o en el aula movimientos corporales como gritar, trepar, caminar, rodar, correr, gatear, esconderse, lanzar, equilibrar, etc.
- Imita juegos corporales
- Dibuje la silueta del cuerpo de un compañero
- Participe en las sesiones de Educación Física
- Se exprese corporalmente en la actividad de cantos, juegos y ritmos

Como se puede observar estas sugerencias que nos marca el PEP 92 resultan demasiado generales, ya que no se da una explicación previa a dichas actividades porque hasta hoy, nosotras como educadoras nos hemos dado a la tarea de investigar un poco más allá del material bibliográfico de nuestros jardines

de niños, sabemos que estas sugerencias son las experiencias motrices básicas que todo niño en edad preescolar realiza por necesidad natural, sólo que por desconocimiento, las educadoras no le damos importancia a ese tipo de actividades y nos abstenemos de guiar u orientar de una manera sistemática estos movimientos espontáneos dando por hecho que no tienen mayor peso,. Además en el programa no aparece claro, ordenado ni sistemático la serie de actividades que se sugieren para trabajar el bloque de psicomotricidad, tampoco aparece una fundamentación acerca de los aspectos necesarios a desarrollar previamente a estas actividades, por esas razones se sugiere en este trabajo de manera modesta un programa alternativo para las educadoras que no cuentan con los conocimientos básicos, ni con el apoyo de un maestro de educación física en su plantel, para implementar con cierto éxito las actividades propias de este campo.

CAPÍTULO IV
PROCESO SEGUIDO EN LA INVESTIGACIÓN
BIBLIOGRÁFICA

Durante el tiempo que se realizó el trabajo de investigación se efectuaron diferentes acciones determinantes para su elaboración, estas acciones comprendieron desde la elección del tema hasta las conclusiones del mismo.

Una vez elegido el tema a investigar se elaboró un esquema de trabajo que jugó un papel fundamental, ya que se llevó un control sobre lo que se hizo y lo que faltaba de realizar. En este esquema se consideró necesario contar con varios capítulos y sus respectivos incisos, mismos que ayudaron a un desarrollo lógico y bien estructurado de la investigación, esto con la finalidad de obtener una versión profunda y completa del tema elegido.

Posterior a ello se reunió información de diversos autores relacionados con el tema a tratar, discutiéndose ampliamente las ventajas y desventajas del tema seleccionado, mismo que con el tiempo se fue afinando, sin cambiar los aspectos centrales del trabajo. Lo anterior permitió clarificar el enfoque teórico recopilando los elementos conceptuales que se consideraron apropiados. Poco a poco se fueron reuniendo textos hasta culminar con la información requerida, al realizar la lectura y clasificar los textos por su importancia en la investigación, se recurrió a la elaboración de fichas bibliográficas a fin de capturar la información más relevante. Las fichas constituyeron un instrumento útil por la flexibilidad en su manejo, es decir, después de las discusiones sobre lo contenido en la ficha, en varias ocasiones se regresaba al texto original con el objeto de precisar su contenido, para aclarar una situación, para reconstruir un hecho y/o argumentar con mayor consistencia la defensa de una teoría.

Los tipos de ficha fueron básicamente de paráfrasis, comparativa, crítica de autores, de cita textual y de comentarios, con ellas se realizó un archivo, clasificando los contenidos por temas, para ello se elaboró previamente un índice

cuyo contenido varió muy poco con respecto al esquema de trabajo final presentado en este documento.

Finalmente se realizó un borrador en el que todo lo que se escribía se sometía a correcciones que se juzgaban necesarias, con la ayuda y colaboración del asesor.

Además se revisó si se aprovechó la bibliografía reunida al iniciar la investigación o si se pasó por alto algún texto.

Para terminar, el tema de nuestra investigación quedó así: "El juego como recurso didáctico para el desarrollo de la Educación Física en Preescolar".

CONCLUSIONES

Elevar la calidad de los servicios educativos, es un anhelo del actual gobierno, es por ello que se han reformulado los planes y programas de estudios en la educación básica. En el nivel preescolar este hecho se dio en mayo de 1992, año en que sufrió una modificación el programa, y por lo tanto la metodología aplicada en la práctica docente.

En el caso particular de la Educación Física se pretende que desde el nivel preescolar el niño sea capaz de reconocer su propio cuerpo, sus posibilidades y limitaciones, así como de adquirir conciencia de la importancia que tiene el cuidado del mismo.

Con respecto al tema de estudio que aquí se plantea referente al juego como recurso didáctico en la educación física, el trabajo de investigación documental que se hizo, nos llevó a considerar que para el niño en edad preescolar, el juego es su principal actividad, y que a través de éste el niño extrae experiencias para enriquecer sus conocimientos, se relaciona con otros niños, actúa sobre objetos concretos, etc., consolidando paulatinamente sus coordinaciones psicomotoras, favoreciendo su desarrollo físico general y la construcción de su pensamiento, otro de los puntos que consideramos importante es el hecho de que el niño, por medio de las actividades motrices básicas estructura el marco de referencia espacio-temporal, que junto con la apropiada imagen corporal constituyen los elementos base que le permiten resolver situaciones motrices concretas, por otro lado, cabe señalar que el juego no sólo es una actividad placentera para el niño, sino que implica además esfuerzo, trabajo y en ocasiones conflicto para el participante, por lo que es importante que la educadora conozca el desarrollo físico y psicológico del alumno, ya que de lo contrario, pondrá en práctica actividades motrices que en ocasiones, entorpecerán el desarrollo normal de alguna parte de su cuerpo y de sus

emociones. Por otro lado, el desconocer los objetivos de las actividades también puede suscitar problemas, al perder su dimensión pedagógica el juego. Por lo que es muy importante que seleccione técnicas y estrategias adecuadas al nivel del niño manteniendo una evaluación y seguimiento de su desarrollo a fin de que pueda, en función de los resultados, modificar las actividades de educación física para su fortalecimiento, sin olvidar que para contribuir al éxito, se deben poner en práctica buenos hábitos de alimentación e higiene en los niños.

Siendo la educación física dentro del programa de estudios de educación básica una de las asignaturas que coadyuvan a formar y educar al alumno, debe apegarse a ciertos principios metodológicos los cuales a manera de sugerencia se enumeran a continuación:

- La educación física en la etapa preescolar debe realizarse mediante movimientos básicos variados, con pocas repeticiones y dirigidos para todas las partes del cuerpo.
- Los sitios ideales para realizar la clase son los terrenos al aire libre o patios limpios, ventilados y luminosos.
- La libertad y variedad de movimientos es lo que necesita el niño de edad preescolar para estimular los órganos de los sentidos, a través de los cuales el organismo capta la información en forma de sensopercepciones.
- A los 4 años de edad en el niño existe cierta detención en su crecimiento, no posee aún fuerza, pero tiene mucha energía que le permite estar siempre en actividad, los saltos y lanzamientos se observan ya en niños de esta edad pero con mucha descoordinación. La educadora debe dar atención al equilibrio corporal, a la orientación, a la capacidad de reacción, estimulando los órganos de los sentidos, al ritmo, pero sobre todo a la

práctica de los movimientos básicos ya sea dentro de los juegos organizados, o los juegos tradicionales.

Algunos de los propósitos y actividades que la educadora debe promover para el desarrollo corporal en los niños son los siguientes:

OBJETIVO:

Desarrollar las habilidades motoras que lo conduzcan al control progresivo de su actividad corporal.

ACTIVIDADES:

Ejecute al aire libre o en el aula movimientos corporales como: gritar, trepar, caminar, rodar, correr, gatear, esconderse, lanzar equilibrar, saltar, etc.

Imite movimientos de personas, animales y de seres o elementos de la naturaleza.

OBJETIVO:

Descubrir y hacer uso de sus posibilidades de expresión y manifestaciones motrices, sensitivas y emocionales.

ACTIVIDADES:

Realice juegos imaginando ser: viento, agua, trueno, caminar como gigantes, enanos, etc.

Represente con su cuerpo: cuevas, túneles, torres, árboles, casas.

Imite animales con su cuerpo y con su voz.

Participe en carreras: de carretilla, por parejas, con costales, con obstáculos, etc.

Participe en juegos en los que tenga que atrapar a un compañero ejemplo: El lobo, Doña Blanca, encantados, la rabia.

OBJETIVOS:

Adquiera la noción espacial, al ubicar objetos con relación a sí mismo y con otros puntos de referencia.

ACTIVIDADES:

Realice desplazamientos en lugares abiertos y cerrados, amplios y reducidos.

Realice juegos de desplazamientos con obstáculos

Participe en juegos de ubicación en un plano gráfico: arriba, abajo, derecha-izquierda, dentro-fuera, atrás-delante, etc.

OBJETIVO:

Lograr la coordinación y equilibrio en el niño

ACTIVIDAD:

Colocar las bolsitas en el suelo, caminar en forma de zig-zag, en forma de ocho, y en diferentes formas.

RECURSOS:

Bolsitas pequeñas del tamaño de un puño.

OBJETIVO:

Lograr el equilibrio.

ACTIVIDAD:

Sostener la bolsita en equilibrio sobre la palma de la mano, hacer lo mismo con la otra mano.

RECURSOS:

Bolsitas.

OBJETIVO:

Lograr que el niño se ubique en el espacio determinado y al mismo tiempo identifique su lateralidad.

ACTIVIDAD:

Rodar al aro en diferentes direcciones.

RECURSOS:

Aro de plástico.

OBJETIVO:

Que el niño logre su lateralidad, por uno y otro lado del aro en un tiempo determinado.

ACTIVIDAD:

Con los aros distribuidos por el patio corren en zig-zag y regresar brincando dentro del aro.

RECURSOS:

Aro.

OBJETIVO:

Que el niño logre realizar ejercicios coordinados

ACTIVIDAD:

Lanzar hacia arriba una piedra y cazarla con la mano y viceversa.

RECURSOS:

Piedra.

OBJETIVOS:

Lograr que el niño identifique diferentes partes del cuerpo.

ACTIVIDAD:

De pie, pasar la piedrita por diferentes partes de su cuerpo.

RECURSOS:

Piedra.

OBJETIVO:

Lograr un buen equilibrio.

ACTIVIDAD:

Por pareja, tomar el bastón, saltar con uno y otro pie, con dos, etc.

RECURSOS:

Bastón.

OBJETIVO:

Lograr a través de los movimientos coordinados la rapidez.

ACTIVIDAD:

Parar el bastón en el suelo y tomar el del compañero antes de que caiga, se repite la acción.

RECURSOS:

Bastón.

OBJETIVO:

Estimular la velocidad en cuatro pies.

ACTIVIDAD:

Correr en cuatro pies, alrededor del cuadro grabado en la cancha.

OBJETIVO:

Que el niño al realizar saltos, logre mantenerse en equilibrio.

ACTIVIDAD:

Saltar con los pies juntos, dentro y fuera del cuadro.

OBJETIVO:

Que el niño logre desarrollar la flexibilidad en binas.

ACTIVIDAD:

Por parejas tomar los extremos una tira de periódico desplazándose libremente.

RECURSOS:

Periódico.

OBJETIVO:

Que el niño logre la coordinación óculo-manual.

ACTIVIDAD:

Sostener una hoja de periódico, dejarla caer y recibirla cerca del suelo.

RECURSOS:

Periódico.

Los juegos sensoriales tienen como objeto el desarrollo y el perfeccionamiento del campo sensorio-perceptivo. Se fundamentan en la anulación de unos sentidos para provocar el esfuerzo de otros.

Suelen ser de carácter sedentario, Algunos de estos juegos son:

Juegos sensoriales visuales.

1. DIRECTOR DE ORQUESTA

Tipo de juego: sensorial visual

No. de participantes: Grupo numeroso

Material necesario: Sin material

Desarrollo del juego: Un voluntario, el que tendrá el papel de oyente, saldrá un instante de la sala, mientras los músicos eligen un director de orquesta. Este llevará la batuta imitando sucesivamente diferentes instrumentistas de la orquesta, un pianista, un violinista, un flautista, el que toca el trompón, etc. Y todos los jugadores reproducirán sus movimientos de la manera más disimulada y rápida posible. El voluntario debe descubrir en tres minutos quién hace el papel de director. Es evidente que los jugadores no deben permanecer con los ojos fijos en su director, sino intentar despistar al

oyente. Si éste no es capaz de descubrir al director en menos de 3 minutos pagará prenda.

Objetivos del juego: Desarrollo de la percepción y de la agudeza visual.
Imitación de gestos.

2. DESCUBRIR AL AUSENTE:

Tipo de juego: Sensorial visual

Número de participantes: Grupo numeroso

Material necesario: Un par de pañuelos

Desarrollo del juego: Se piden dos voluntarios del grupo que deberán intentar memorizar la cara de todos los asistentes. Después se les coloca un pañuelo en los ojos mientras los demás intercambian sus posiciones y se hace salir a uno. Se destapan los ojos a los voluntarios y se les pide que descubran quién es el que ha salido de la sala.

Objetivos del juego: Agudeza y memoria visual.

3. NO TE CAMBIES QUE TE PILLO

Tipo de juego: sensorial visual

Número de participantes: Varias parejas

Material: Sin material

Desarrollo del juego: Cada miembro de la pareja observa detenidamente a su compañero durante un rato. Se dan la vuelta y sin que el otro lo observe, cambian algo de su imagen o indumentaria antes de volver a enfrentarse. Cada uno trata de adivinar que cambios ha provocado el compañero.

Objetivo del juego: Desarrollo de la agudeza y memoria visual.

4. LAS VOCES MISTERIOSAS

Tipo de juego: Sensorial auditivo

Número de participantes: Hasta 20 jugadores

Material necesario: Sillas para todos los participantes y pañuelos para la mitad.

Desarrollo del juego: Se colocan todas las sillas en círculo. Los jugadores, que deberán ser número par, se sientan en las sillas. A continuación uno de cada dos jugadores, alternativamente deberá salir del aula. Mientras los que se quedan sentados tienen que taparse los ojos. El animador comprobará que no vean nada. Los jugadores que hayan salido elegirán una canción que entonarán según vayan entrando al aula y ocupando las sillas libres. Previamente habrán acordado el momento en que todos terminarán de cantar a la vez. El juego consiste en que los participantes que tienen los ojos tapados intentarán identificar por su voz al compañero que se haya sentado a su derecha. Si es correcta, se destaparán los ojos y cambiarán los papeles con el de la derecha, pero si no aciertan, se quedarán sentados de nuevo para la siguiente ronda.

Objetivo del juego: Identificación por el timbre de voz.

Como complemento de las actividades ya mencionadas, se recomiendan los siguientes ejercicios, para que la educadora, usando su creatividad, los implemente a través de juegos en donde ponga en práctica los propósitos y actividades que abajo se especifican.

EQUILIBRIO

OBJETIVO:

Que el niño explore las sensaciones de equilibrio variando los apoyos plantares, y además que involucre cambios de posición corporal.

ACTIVIDAD:

Cambiar sobre líneas rectas, figuras trazadas en el piso: hacia atrás y hacia los costados.

CORO: DOÑA CIGÜEÑA.

Doña cigüeña pico colorado, una patita ella se ha quebrado, por eso camina con mucho cuidado, con un pie en el suelo y otro levantado.

REGLAS:

Realice mímica de las acciones. Lo pueden acompañar saltando sobre un pie alternadamente.

RESPIRACIÓN

OBJETIVO:

Propiciar la ejercitación de su capacidad respiratoria con actividades atractivas y sencillas procurando que no excedan de tres repeticiones, para mantener el interés sin causar molestias.

ACTIVIDAD:

Soplar, gritar, cantar, empleando objetos volátiles como plumas, globos, pompas de jabón.

CORO:

Para esta actividad no se requiere coro ó canción.

RELAJACIÓN

OBJETIVO:

Estimular las experiencias de relajación global y de diferentes segmentos corporales.

ACTIVIDAD:

Girar el aro con un brazo, realizar el hula-hula, tronar un globo con los glúteos.

CORO: MI CUERPO EN MOVIMIENTO.

Mi mano derecha al frente, mi mano derecha atrás, sacudo mi mano derecha y la pongo en su lugar.

REGLAS BASICAS:

Movilice las diferentes partes del cuerpo, mano izquierda, pie derecho, etc.

BIBLIOGRAFÍA

LIBROS

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR. Bloque de juegos y actividades en el Desarrollo de los proyectos en el Jardín de Niños. SEP. México, 1993, 125 p.

-----Guía para la promoción y cuidado de la salud del niño preescolar. SEP. México, 1993, 110 p.

-----Programa de Educación Preescolar. SEP. México, 1992, 120 p.

GENERELO LANASPA, Eduardo y La Petra Susana. Fundamentos de Educación Física para la enseñanza primaria. Ed. INDE. Barcelona, 1993, 612 p.

LAMOUR, Henry. Manual para la enseñanza de la educación física y deportiva. Ed. Paidós. Barcelona, 1995, 120 p.

LARROYO, Francisco. La ciencia de la Educación. Ed. Porrúa, S.A. México, 1981, 612 p.

LEVI, Janine. Despertar al mundo, adquisición de la Autonomía. Ed. DAIMON. España, 1981, 94 p.

LINAZA, Josetxu, MALDONADO, Antonio. Los juegos y el deporte en el desarrollo psicológico del niño. Ed. Anthropos. España. 1987, 188 p.

MENDEZ, GIMÉNEZ Antonio. Los juegos en el currículo de la Educ. Física. Ed. Pardotribo. España 1997, 270 p.

RODRÍGUEZ GONZALEZ, serafín. Educación Física en Preescolar. Ed. SEP. México 1995, 169 p.

TORRES SOLIS, José A. Didáctica de la clase de la Educación Física. Ed. Ciencia y Cultura. México 1991, 250 p.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. Antología Básica El juego. Ed. UPN. SEP. México 1995, 201 p.

----- Antología Técnicas y Recursos de Investigación. Ed. UPN. SEP. México 1990, 276 p.

VYGOSTKI, L.S. El desarrollo de los procesos psicológicos. Ed. Grijalbo. Barcelona 1985, 126 p.

REVISTA

Revista Pedagógica Núm. 11 Editada por las unidades UPN en Sinaloa, 1998 40 p.

ANEXOS

JUEGOS PSICOMOTRICES (DE LOS 4 A 5 AÑOS)

BOLSITAS

Motricidad

PROPÓSITO: Que el niño adquiera habilidad motriz gruesa a partir de su Propio cuerpo.

RECURSOS:

Bolsita de tela rellenas de semillas.

ACTIVIDAD:

Caminar, correr y trotar libremente,
Manipulando la bolsita con ambas
Manos.

Caminar o correr libremente a la voz de la educadora llevarla sobre las piernas en cuclillas y luego continuar.



Trotar libremente, cuando la educadora lo indica, avanzar en cuadrúpeda y arrastrar la bolsita con las manos y los pies.



La educadora mueve suavemente dos arcos en cada mano; los niños lanzan las bolsitas para que pasen entre ellos.



La educadora pasea un aro atado con una cuerda a un cesto o caja grande, los niños tratan de que su bolsita caiga dentro del objeto en movimiento, desde una distancia calculada.



PERCEPCIÓN SENSORIO MOTRIZ

PROPÓSITO: que el niño desarrolle de manera paulatina su sensibilidad y expresión motriz a través de actividades lúdicas.

ACTIVIDADES

Pararse

Prepararse y sentarse con la bolsita en la mano, los ojos cerrados. Antes, manipular la bolsita con los ojos cerrados.



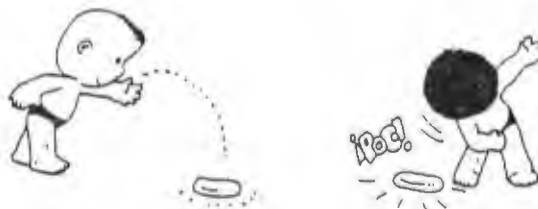
Tomar la bolsita y manipularla libremente. Sentados, pasar la bolsita de una mano a otra.



Colocarse la bolsita sobre el empeine de un pie y lanzarla al compañero.



Ver quien puede hacer mucho ruido al arrojar la bolsita contra la pared o contra el suelo, ahora, quien lo arroja más suavemente y hace menor ruido posible.



ESQUEMA CORPORAL

PROPÓSITO: que el alumno identifique las distintas partes de su cuerpo y las posibilidades y limitaciones del mismo.

ACTIVIDADES

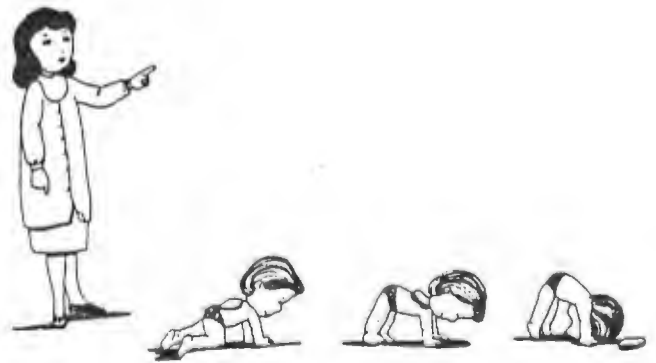
Caminar o correr con la bolsita en el hombro, en el codo o con las manos extendidas, en las palmas y del dorso.



Caminar y transportarla sobre la cabeza, sin que se caiga.



Llevar la bolsita sobre la espalda en cuadrupedía. Cuando la educadora indica, detenerse, mover la espalda y elevar la cadera; hacer que se deslice por la espalda hasta caer. Repetir varias veces.



LATERALIDAD

PROPÓSITO: Que el niño, a partir de su propio cuerpo desarrolle su ubicación espacial.

ACTIVIDADES

Con las bolsitas en el suelo, caminar y correr a su alrededor, lo mismo a uno y otro lado. Ahora, saltar a uno y otro lado de la bolsita.



Golpearla en el aire, con ambas palmas hacia arriba; también con una y otra mano.



Avanzar en tripedia, con la bolsita sobre la palma de una mano y luego con la otra.



ESPACIO

PROPÓSITO: que el alumno descubra las posiciones que su cuerpo le posibilite.

ACTIVIDADES

Dejar las bolsitas en el suelo y caminar o correr a su alrededor, a uno y otro lado, a una orden, correr entre ellas sin pisarlas, regresar y repetir.



Correr alrededor de la bolsita propia, a la voz de la educadora, rodear la del compañero más cercano y volver.



Con las bolsitas en el suelo, correr o tratar entre ellas cuando lo indica la educadora. Se emplean colores para dar las indicaciones: Rojo, significa caminar hacia atrás; Azul, saltaría; Verde, trotar entre ellas; hay que cambiar las consignas.



TIEMPO Y RITMO

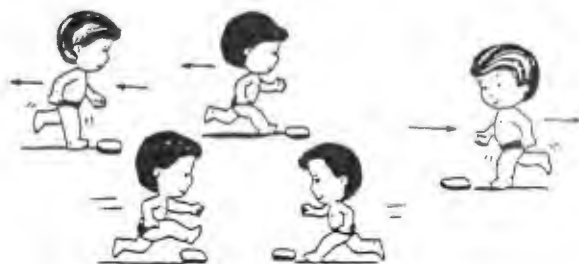
PROPÓSITO: Que el niño adquiera su ubicación temporal a través del ritmo.

ACTIVIDADES

Con las bolsitas distribuidas por todo el espacio, los niños caminan, corren, trotan o galopan, de acuerdo con el ritmo que la educadora marca con palmadas.



Caminar libremente por entre las bolsitas con el ritmo que marca la educadora; cuando lo indique, caminar hacia atrás.



Mientras la mitad del grupo esta sentada, la otra corre, camina o galopa, de acuerdo con el ritmo que marca el grupo de compañeros sentados; luego cambiar de grupo.



LATERALIDAD

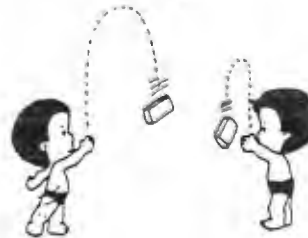
PROPÓSITO: Mediante estas actividades define e identifique, lo que esta a su derecha e izquierda de manera progresiva.

ACTIVIDADES

De pie lanzar un costalito y recibirlo en cuclillas y, posteriormente hacerlo sentado.



Lanzar el costalito con una mano y recibirlo con la otra lejos y cerca del cuerpo.



Por parejas, lanzarlo cerca para que el compañero lo reciba con una y otra mano, o con las dos.



ESPACIO

PROPÓSITO: Adquiera de manera progresiva la noción espacial, al ubicar objetos con relación a si mismo.

ACTIVIDADES

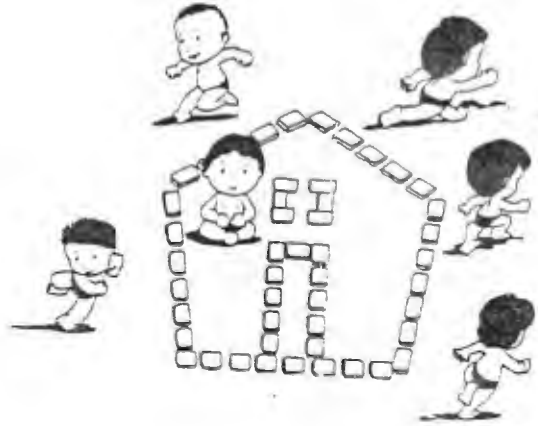
Con los costalitos en el suelo, correr entre ellos sin pisarlos; a una indicación de la educadora correr rápidamente hacia el propio.



Saltar hacia delante, atrás y de un lado a otro propio costalito de acuerdo a la indicación de la educadora.



Realizar entre varios compañeros una casita, o cualquier tipo de refugio, con los costalitos o correr libre y rápidamente a la propia, para quedarse sentados adentro.

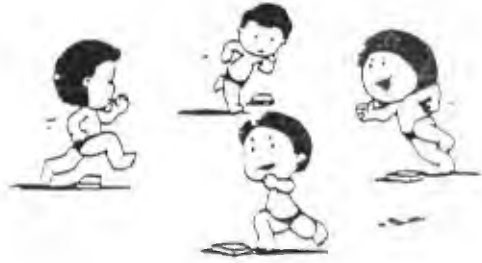


TIEMPO Y RITMO

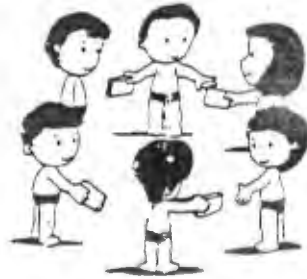
PROPÓSITO: Se desplacen de manera rápida o lenta de acuerdo a las indicaciones.

ACTIVIDADES

Con los costalitos distribuidos en el patio, hay que correr de acuerdo con el ritmo marcando con las palmas de la educadora.



Varios compañeros forman una ronda y pasan los costalitos de mano a mano, de acuerdo con un ritmo marcado por la educadora.



Varios compañeros hacen círculos grandes con los costalitos y corren al ritmo marcado por la educadora, por dentro y fuera del círculo.

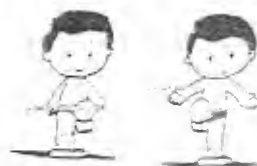


DESARROLLO Y ESTIMULACIÓN DEL EQUILIBRIO

PROPÓSITO: Realice movimientos que lo conduzcan al control progresivo de su actividad corporal.

ACTIVIDAD

Pararse sobre una pierna y luego hacerlo con la otra parado en el costalito.



De pie en el costalito, girar sin caerse.



Caminar y llevar el costalito con una y otra mano sin que se le caiga.



MOTRICIDAD

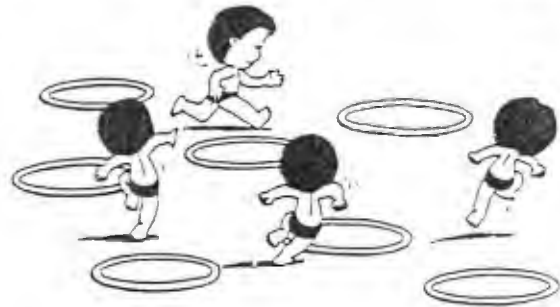
PROPÓSITO: Descubra y haga uso de sus posibilidades motrices.

ACTIVIDAD

Tomar un aro con las manos, corre por todos lados, sin golpear a sus compañeros.



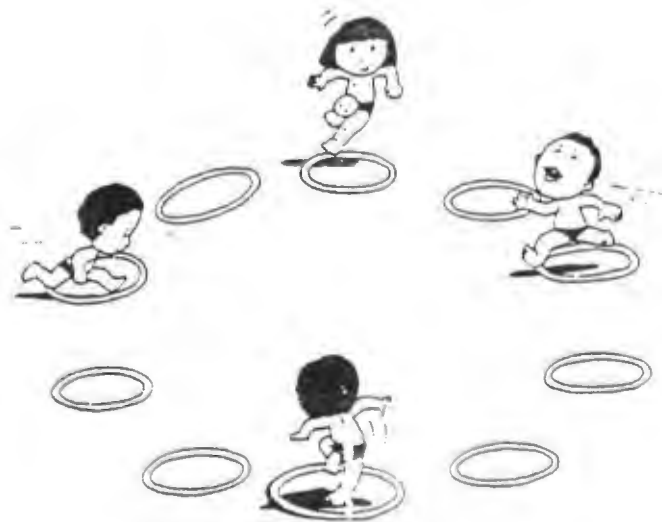
Con los aros en el suelo, los sueños corren, saltar entre ellos, sin pisarlos.



Por parejas y dentro del aro, correr hacia delante, hacia atrás, giran, caminan de costado, etcétera.



Todos los aros colocados como un gran círculo; de acuerdo con las indicaciones de la educadora, saltar dentro y fuera del aro.

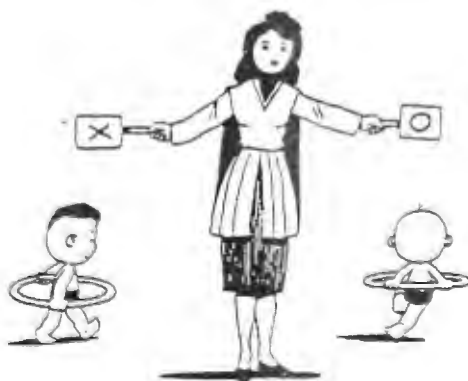


PERCEPCIÓN SENSORIOMOTRIZ

PROPÓSITO: Haga uso de sus posibilidades sensitivas y emocionales.

ACTIVIDADES

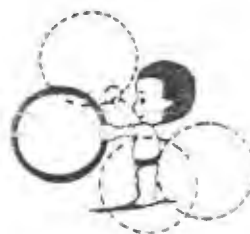
Metidos en un aro, manejar el "carro" de acuerdo con las consignas de la educadora; rojo, pararse; verde, correr; amarillo, caminar. El que choca se sienta hasta que el jefe de la policía (educadora) le informa que pago la multa.



Con el aro en el suelo, salir de la casa a tocar objetos de diferentes colores o tamaños.



Lanzar el aro suavemente hacia arriba y, cuando cae, atraparlo en el aire para que cuelgue del brazo.

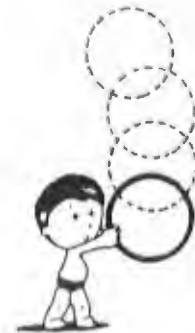


ESQUEMA CORPORAL

PROPÓSITO: Desarrollo habilidades que lo conduzcan al conocimiento (de las partes de) su cuerpo.

ACTIVIDADES

Sostener el aro vertical al frente del cuerpo; cuando lo indique la educadora, con una mano colocar adentro de las partes del cuerpo que ella señala: una y otra pierna, el codo, el tronco, un brazo, la cabeza, la oreja, la nariz y los dedos.



Dejar caer el aro desde distintas posiciones que indique la educadora; el niño queda adentro del aro. Por ejemplo, que caiga desde la altura de la nariz, ojos, hombros, cintura, rodillas, etc.

