



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 098 D.F. ORIENTE**

**“LA ENSEÑANZA - APRENDIZAJE DE LA GIMNASIA
GENERAL DENTRO DEL MARCO DE LA EDUCACIÓN
FÍSICA COMO UNA ESTRATEGIA BÁSICA PARA EL
DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO EN LA
ESCUELA PRIMARIA GABRIELA MISTRAL”**

TESINA

MODALIDAD MONOGRAFÍA

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN**

QUE PRESENTA:

FERNANDO JUVENTINO ALVARADO VALERIO

ASESOR:

MTRO: BERNABE CASTILLO JUÁREZ

MEXICO, D. F.

ENERO

2004

DEDICATORIAS

A MI ESPOSA ALMA.

POR SU APOYO CONTINUO PARA TERMINAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, TÚ APOYO FUE EXCELENTE...

A MIS HIJAS.

YULIAT, LOURDES, MARINA Y ALEJANDRA LES DEDICO ESTE TRABAJO CON GRAN AMOR, POR HABERLES QUITADO TIEMPO Y DEDICACIÓN MIENTRAS ESTUDIABA... GRACIAS AMORES.

A MI MADRE.

POR APOYARME DE TODAS LAS FORMAS POSIBLES E IMPULSARME CON SU IMPETUD A CONCLUIR MI CARRERA.

A MIS HERMANOS.

NOÉ, CRECENCIANO, ALFREDO, ROCIO, FRANCISCO Y EN GENERALA TODOS ELLOS, QUE POR UNA U OTRA MANERA ESTUVIERÓN SIEMPRE APOYANDOME Y NUNCA DUDARON EN QUE NO TERMINARÍA ESTA CARRERA

A MI SOBRINO ULISES

POR CREER EN MI Y APOYARME CONSTANTEMENTE, ESPERO HAYA SIDO UN EJEMPLO PARA TI Y TODOS MIS DEMÁS SOBRINOS

A TODOS MIS ASESORES DE LA UPN.

POR HABERME DEDICADO SU TIEMPO EN LAS ORIENTACIONES PARA CULMINAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.

Índice

Páginas

Introducción

4

Planteamiento y delimitación del problema.

Justificación.

7

Objetivos particulares y generales.

8

Apartado I.

Marco histórico social.

1.1. Contexto social y geográfico de la escuela “Gabriela Mistral”.

11

1.2. Organización escolar.

15

Apartado II.

Contextualización de la psicomotricidad en el niño

2.1. Desarrollo del esquema corporal a partir de diferentes tendencias teóricas.

18

2.2. El esquema corporal y su influencia en los niveles de maduración.

32

2.3. El desarrollo de la psicomotricidad y su relación con el esquema corporal.

49

Apartado III.

Fundamentos teóricos de la Educación Física y su relación con los planes y programas.

3.1. Anatomía y fisiología humana y su relación con el aparato locomotor.

62

3.2. Desarrollo del aprendizaje motor en el niño.

75

3.3. Evolución y desarrollo de la Educación Física en México.

85

Apartado IV.

La gimnasia general dentro del área de la Educación Física, para el desarrollo motor del niño de educación primaria

4.1. Elementos teóricos de la gimnasia general y su relación con la Educación Física.	103
4.2. Fases de la enseñanza-aprendizaje de la gimnasia general y los patrones básicos de movimiento que se pretende desarrollar en el niño dentro de la escuela primaria.	117
4.3. Elementos auxiliares como el juego y la danza en la gimnasia general, para el apoyo educativo de la Educación Física	131

Apartado V.

Estrategias y actividades de gimnasia general, para el desarrollo psicomotor del niño en la escuela primaria “Gabriela Mistral”

5.1. Actividades y juegos para el reafirmamiento del esquema corporal del niño de educación primaria.	144
5.2. Actividades y juegos para el desarrollo de habilidades motoras en el niño de educación primaria	152

Conclusiones.	162
----------------------	-----

Bibliografía.	165
----------------------	-----

Anexos.

Introducción

Introducción.

En el presente trabajo de investigación se pretende dar a conocer la necesidad que tiene el aplicar correctamente los planes educativos de Educación Física en el nivel básico de primaria. La integración de elementos que refuercen estos planes educativos, necesariamente me llevan como docente a tratar de obtener mayores conocimientos para mejorar la calidad educativa de mis alumnos, dentro de este marco educativo se hace necesaria la aplicación de alternativas para esta mejora educativa, por lo que me he dado a la tarea de trabajar con la gimnasia general para obtener los mejores beneficios de ella y mediante la aplicación de ejercicios básicos como el reptar, gatear, rodar y brincar para tratar de mejorar los procesos motores y cognitivos básicos que el niño debe de tener al empezar la Educación Primaria e irlos mejorando hasta que concluya este periodo educativo.

Al ser un trabajo de investigación documental, el presente trabajo se elabora como tesina, la Unidad UPN 098, nos permite mediante su programa de titulación esta opción, ya que nos hace ver la realidad de nuestro entorno educativo y tratar de mejorarla mediante la investigación documental, para resolver la problemática observada en nuestros alumnos, en este caso la falta de movimiento coordinado, por un mal desarrollo del aparato motor en el niño (no necesariamente genético).

La tesina, para su elaboración se dividió en 5 apartados, en donde se abordan los aspectos más relevantes que nos dan a conocer el nivel psicológico, biológico (anatomía y fisiología) y pedagógico que el niño debe tener en el nivel de Primaria.

En el primer apartado se abordan los aspectos generales de la localidad en donde el niño crece y se desarrolla para poder ver de manera más objetiva la problemática detectada en estos y así comenzar la investigación teórica, para implementar ciertas estrategias o actividades que ayuden a corregir el problema motor general del alumno.

En el segundo apartado se aborda la contextualización de la Psicomotricidad mediante los procesos psicológicos y biológicos que el niño tiene durante su desarrollo, el conocimiento de su esquema corporal, como se va formando y estructurando y así sea capaz de reconocerse y

separarse del medio que lo rodea, pero además conoceremos cuales son los principales autores y corrientes que nos dan el sustento teórico para este conocimiento corporal.

En el tercer apartado conocemos los fundamentos teóricos de la Educación Física a partir del conocimiento de la anatomía y fisiología humana así como la educación del acto motor en el niño, indispensables para conocer como se ejecuta el movimiento en el ser humano y que es el fundamento pedagógico principal de la educación física.

En el cuarto apartado se presentan las funciones básicas que movimiento que se desean recuperar en el niño, así como la importancia que tiene el juego y la danza dentro del desarrollo motor del niño.

Por último en el quinto se dan las estrategias de enseñanza para el área de educación física con la integración de la gimnasia general, para el desarrollar de los procesos educativos y motores en el niño.

Debemos entender que la Educación Física en el ámbito educativo, principalmente en la escuela primaria dentro de un contexto totalmente enfocado al área de las materias formales como lo son las matemáticas, las ciencias naturales, sociales etc., ha sido olvidado porque no entendemos que las actividades corporales(movimiento en general) ayudan al desarrollo de una mejor coordinación, ubicación espacio-temporal, lateralidad y otras que son base y soporte de la escritura, el lenguaje, la memoria y la atención en el alumno debe tener para ocuparlo dentro del salón de clases y en su vida cotidiana..

Planteamiento del problema.

Dentro de un marco educativo actual, en el que se pretende que el niño sea capaz de solucionar problemas a corto y largo plazo, se hace necesario entender al niño como un sujeto que piensa y razona, en general como un ser global. Dentro de la Educación Física, el problema principal con el que me encuentro al dar una clase es la falta de movilidad coordinada en el movimiento natural del niño como lo es el correr, el saltar, brincar y otros que son intrínsecos en todo ser humano y que se dan de forma espontánea, y nos sirve para funciones educativas como leer, escribir o razonar.

Dentro del nivel básico los programas educativos de Educación Física indican que ésta debe ser obligatoria y se debe de impartir dos horas por semana. Analizando esto me doy cuenta que no es suficiente este tiempo para el desarrollo físico del niño, y que a su vez se forme una idea clara de lo que representa esta materia. Para la mayoría de los niños la educación física significa el salir a jugar fútbol o correr por todo el patio, para los maestros es la forma de distraer a los niños y poder hacerlos gastar energía para entretenerlos y cuando entren al salón de clases se mantengan quietos y sentados.

Delimitación del problema.

Los programas de educación son totalmente olvidados o no se llevan de acuerdo a las propuestas planteadas por la SEP, la realidad de la educación física es que no es tomada en cuenta como un apoyo educativo e integral para el niño por lo que Al cumplir mi segundo año, laborando dentro de la escuela primaria particular “ Gabriela Mistral”, ubicada en el municipio de Valle de Chalco Solidaridad, Estado de México, mediante la realización de ejercicios básicos de gimnasia general, me he dado a la tarea de aplicar movimientos que estimulen al niño a un desarrollo corporal correcto, por lo anterior presento el problema principal de mi investigación.

Problema.

¿Por qué los niños de primero de primaria tienen tantos problemas de movimiento coordinado?

¿Es posible corregir estos problemas de origen psicomotor con la integración de la gimnasia general al programa de educación física?

Justificación.

Para la mayoría de los niños el ver televisión, dormir, e ir a la escuela constituyen sus principales actividades. El hacer ejercicio no es muy preferido por los niños más sedentarios así como por los mismos padres o familiares de estos. Se estima que en promedio el niño en el nivel primaria hace ejercicio 10 minutos diarios, estudios realizados por la CONADE (Comisión Nacional del Deporte), IMSS (Instituto Mexicano del Seguro Social)¹ y otros dicen que el niño al cumplir más de 15 años prefiere dedicarse a otras actividades menos fatigosas que el realizar una actividad deportiva y esto lo va transmitiendo a través del tiempo a sus propios niños que son en muchas ocasiones imitadores de los padres. Este efecto ha causado gran controversia en el Estado tanto a nivel educativo así como deportivo, sobre la relación niño-deporte y el poco interés que este tiene sobre la actividad física lo que ha causado una enorme decepción en las autoridades deportivas por el bajo nivel deportivo de las escuelas a nivel básico y sobre todo en las escuelas primarias². Por lo que se ha considerado trascendente estudiar la relación entre lo deportivo y lo cultural con el propósito de analizar el papel que en la vida del niño desempeña un agente de fortalecimiento físico tan relevante como lo es la educación física y dentro de ella la gimnasia general.

Esta relación proporciona datos para saber como maestro, si se puede manejar de modo más provechoso en la enseñanza de la educación física. Dentro de la escuela Gabriela Mistral y rescatar de la gimnasia general los elementos más importantes para ayudar al niño a que conozca su cuerpo de manera más correcta, porque de alguna forma la intención es transformar la idea de la Educación Física y no solamente verla como relleno de un sistema educativo.

El desarrollo de la actividad deportiva nos dará los señalamientos sobre las necesidades que los niños tienen en diferentes edades, por lo que es indispensable retomar la Psicogénética de Piaget y Wallon para el desarrollo de la investigación, pues como es sabido dentro del

¹ Fuente de Información. Unidad Deportiva del Seguro Social Numero 78. (2000). Servicios Sociales. México. p. 4.

² Fuente de información. (CONADE). Comisión Nacional Del Deporte (2002). México DF. Unidad de Atención al Público. p. 15

desarrollo del niño existen periodos y etapas que el niño debe tener en su crecimiento y que el conocimiento en primera línea de su esquema corporal, es de gran importancia para la relación con su medio.

Objetivos particulares.

1. Que el niño de educación primaria conozca lo que es su esquema corporal, mediante actividades de juego y actividades deportivas
2. Mediante la gimnasia general el niño desarrolle las habilidades más básicas como lo son el reptar, gatear, rodar y otros, que influyen en su desarrollo motor.
3. Describir los beneficios de la gimnasia general, en el desarrollo de la coordinación, orientación tiempo-espacio y lateralidad en los niños de 6 a 12 años.
4. Describir y conocer el tipo de control que ejercen los padres sobre las actividades deportivas de sus hijos.

Objetivo general.

Analizar el desarrollo biopsicosocial del niño de educación primaria a partir de la aplicación de la gimnasia general, como elemento de habilidades básicas.

Metodología.

La metodología utilizada se basa en la investigación-acción, de manera participativa, en donde el profesor como investigador de su propia práctica docente, convierte a ésta en objeto de indagación teórica y observada para la mejora de sus cualidades educativas. Se experimenta en la propia práctica y se confronta con la teoría para obtener los mejores resultados en la aplicación curricular educativa.³

El término investigación-acción fue tomado por Kurt Lewin (1984), para describir un proceso de investigación que se modifica continuamente en espirales de reflexión y acción. Cada espiral incluye:

³ ESTENHOUSE. (1984), citado por J. Contreras. La Autonomía del Profesorado. Madrid., Morata, 2000, Cap. IV, V. pp. 83-84.

- 1.- Aclarar y diagnosticar una situación práctica que ha de ser mejorada o un problema práctico que ha de ser resuelto.
- 2.- Formular estrategias de acción para mejorar la situación o resolver el problema.
- 3.- Desarrollar las estrategias de acción y evaluar su eficacia.
- 4.- Aclarar la situación resultante mediante nuevas definiciones de problemas o de áreas que mejorar (y así sucesivamente en la siguiente espiral de reflexión y acción).⁴

Debido a lo anterior, es posible la modificación y mejora de la práctica docente mediante el conocimiento de nuevas alternativas educativas que sean aplicables dentro de la educación primaria.

⁴ LEWIN. (1984). citado por J. Elliot. La investigación-acción en educación. Madrid., Morata, 2000, Cap. I. pp.317-319-319.

Apartado I

**Marco histórico social de la
escuela “Gabriela Mistral”**

Apartado I. Marco histórico social de la escuela “Gabriela Mistral”

En la actualidad, el desarrollo de los niños se va dando y evolucionando de acuerdo a la situación y el lugar donde viven, abarcando tanto la economía, la cultura y nivel deportivo que tenga su localidad. En la investigación realizada para lograr el presente trabajo, se tuvo que investigar sobre el lugar donde laboro para poder determinar con más exactitud sobre la problemática detectada en mis alumnos, en este caso la falta de ejercicio en los niños de los diferentes grados de la escuela primaria “Gabriela Mistral” por lo que a continuación haré un análisis sobre el municipio donde se localiza

1.1. Contexto social y geográfico de la escuela “Gabriela Mistral”

La escuela se encuentra ubicada en el municipio de Valle de Chalco Solidaridad, Estado de México. El estado de México de acuerdo a sus características geográficas, económicas, sociales y culturales se divide en 8 regiones que son: Toluca, Zumpango, Texcoco, Tejupilco, Atlacomulco, Coatepec Harinas, Valle de Bravo y por último Jilotepec. Cada región la conforman varios municipios que se integran con características geográficas, climáticas y de fauna casi similares. El municipio de Valle de Chalco Solidaridad le corresponde estar dentro de la región III, Texcoco que se encuentra conformada de 26 municipios.

En la parte alta del estado la vegetación la componen bosques de pino y oyamel, principalmente en las zonas que rodean a los volcanes Popocatepetl e Iztaccihuatl, los ríos más importantes son el Tula, el Moctezuma y el río Texcoco, el uso principal del suelo se ocupa para el cultivo de diferentes semillas y verduras, así como para el ganado y la industria. Las costumbres tanto prehispánicas y actuales se observan en la realización de las artesanías, la religión y el folklore de las diferentes comunidades de las que se compone el estado por lo que el municipio presenta muchas características de esta zona, pero también carece de varias de ellas

El municipio colinda con los siguientes lugares:

Al Norte con Ixtapaluca

Al sur con Chalco

Al oriente con Chalco e Ixtapaluca

Al poniente con el Distrito Federal⁵

La cabecera municipal de Valle de Chalco es Xico, que data de tiempos prehispánicos, formado por dos cerros: el de Xico y el del Marquez que eran un centro ceremonial de los nativos de gran importancia. El municipio se forma por la gran demanda que existía de viviendas por los habitantes de las zonas conurbanas como el DF, que buscaban un lugar donde vivir por lo que a partir de 1984 las tendencias migratorias de los estados colindantes crean con gran rapidez un asentamiento irregular de casi 400 mil habitantes.

En un principio estos asentamientos carecen de manera aguda de los servicios públicos básicos como agua potable, energía eléctrica, escuelas y entre otros, al paso del tiempo el Valle de Chalco, empezó a tener viabilidad como centro urbano, pues es el resultado de ser la cuna del programa nacional “Solidaridad” (PRONASOL), implantado por el gobierno de Salinas de Gortari.⁶

Las gestiones hechas por el Lic. Emilio Chuayffet Chemor en la II Legislatura del Estado Libre y Soberano de México, arroja el 9 de noviembre de 1994 en la Gaceta del Gobierno del Estado de México tres artículos que mencionan lo siguiente:

Artículo Primero: Se segregan de los municipios de Chalco, Ixtapaluca, la Paz y Chicoloapán el siguiente número de km², respectivamente: 39.71 Km., 4.34 Km., .27 Km. y .25 Km. así como los centros de población asentados en estos.

Artículo Segundo: La extensión de 44.57 Km² formara un nuevo municipio.

Artículo Tercero: Llevara el nombre de Valle de Chalco Solidaridad.

De esta manera el primer ayuntamiento provisional del municipio comienza a funcionar de manera provisional el 30 de noviembre de 1994 al 31 de diciembre de 1996. La comunicación por carretera al DF, es de 28 Km., vía federal y 6 Km. vía estatal, cuenta con la salida México-Puebla. Por el norte vía autopista, al sur la carretera México-Cuautla o Panamericana, al poniente ala eje 10 sur y además de la vía del ferrocarril México-Cuautla.

⁵ SEP, 9 de nov de 1994. Gaceta del Gobierno del Estado de México. pp. 1-14.

El terreno del municipio es prácticamente plano, su clima es del tipo subhúmedo, con una temperatura media anual de entre 12° y 30° C. Por la ubicación, existen varios grupos étnicos que aún existen, entre los más importantes están los tlapanecos y los otomíes con una gran marginación social actual. Para la educación se han creado escuelas de gobierno que dan servicio a la comunidad tanto a los niños como a los adultos repartidos de la siguiente forma: 2 centros de educación especial, 54 de preescolar, 78 primarias, 51 secundarias, 6 preparatorias, 1 CECATI, 1 CECYTEM y una Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM).

La actividad económica principal de la gente es la del comercio y el trabajo en fabricas o empresas (obreros) y en poca medida la profesional por lo que existen 33 mercados, 321 establecimientos de micro industria y tianguis. Para la alimentación de los niños pequeños que menos tienen se crea el programa de abastecimiento de leche barata con la apertura de 16 lecherías sociales, para la consulta cultural de los estudiante en todas sus materias, sé construyen 12 bibliotecas públicas distribuidas en 31 delegaciones municipales, asimismo para la recreación y el deporte encontramos 3 alamedas, 3 campos de fútbol, 2 canchas de usos múltiples, 4 canchas de básquetbol, 1 foro al aire libre, 5 jardines vecinales, 29 módulos deportivos, 6 parques infantiles, una unidad deportiva y 4 zonas deportivas.

El municipio además cuenta con 6 centros de salud, un hospital general y una unidad de la cruz roja. El gobierno esta manejado por un ayuntamiento que lo forman el presidente municipal, un síndico procurador, un secretario de ayuntamiento y trece regidores, todos del partido revolucionario institucional (PRI). La población actual del municipio de considera cerca de los 500 000 mil habitantes, contando con la mayoría de servicios públicos básicos pero una gran parte de las calles aún están sin pavimentar, por lo que ha proliferado en gran medida la delincuencia, el robo y la drogadicción, principalmente por el bajo nivel económico de los habitantes del municipio, lo que ha dado paso a un fenómeno de migración hacia el norte del país principalmente a los Estados Unidos de Norte América.

El municipio se divide en 32 colonias, y es en la colonia Santa Cruz donde se encuentra ubicada la escuela particular “Gabriela Mistral” en el centro del municipio, rodeada por las colonias Independencia, Concepción, Niños Héroes 1ª sección, Jardín Guadalupana II sección y la colonia San Isidro. La localización de la Colonia Santa Cruz es: Oriente 7, esquina Manuel

⁶ Dirección de Comunicación Social. H. Ayuntamiento de Valle de Chalco Solidaridad 2000-2003.

Altamirano por lo que lo que está rodeada de 4 avenidas principales del municipio: Av. Alfredo del Mazo, Emiliano Zapata, Cobarrubias e Ignacio Manuel Altamirano.

La colonia está aún sin pavimentar en su mayoría, el agua potable es de mala calidad debido a la sobre explotación de los mantos acuíferos subterráneos, la luz eléctrica es de mala calidad y no hay cerca un centro de salud para una emergencia. La población juvenil se incrementa cada vez más por lo que han aumentado los índices delictivos de la zona, la población nativa a desaparecido casi en su totalidad y ha sido sustituida por la gente de otras zonas principalmente del Distrito Federal.

La escuela “Gabriela Mistral” se encuentra ubicada en calle norte 2, numero 3, con código postal 56600, en sus cercanías se encuentran dos escuelas primarias de educación pública, dos de educación privada, un mercado, una clínica privada, un banco, un laboratorio de análisis clínicos y a escasos 2 kilómetros., se encuentra la cabecera municipal Xico, que esta junto a la tienda de autoservicio Gigante y al Rodeo Santa Cruz.

Por sus características urbanas, los jóvenes prefieren oír música de rock pesado, hip-hop, salsa, merengue y en poca cantidad la música ranchera y mucho menos las de tipo clásico: las vestimentas de la población en su mayoría son de poca calidad aunque actualizadas, el vocabulario de la gente es de conservador a grotesco, en el que el uso de palabras fuertes o groseras ocupan un lugar predominante. No hay desarrollo industrial, ganadero o de cultivo, proliferando el comercio informal.

Aunque existe una escuela de nivel superior la gente en su mayoría prefiere estudiar en el Distrito Federal, la educación preescolar está retomando importancia debido a la obligatoriedad que a partir del ciclo 2004-2005, se ha implementado como parte de la educación básica nacional, pero aún los padres de familia mandan solamente a sus hijos al último año de dicho nivel educativo. En materia de religión la predominante es la católica aunque no hay una gran cantidad de iglesias de este tipo alrededor de la colonia. La mayoría de la gente se dedica a actividades que no tienen nada que ver con el deporte, ya sea por falta de conocimiento de los beneficios físicos que éste trae al organismo del individuo o simplemente por falta de cultura deportiva de la sociedad, cuestión que se refleja en el sobre peso de los alumnos.

La escuela “Gabriela Mistral” cuenta con todos los servicios públicos como el agua, luz, drenaje, correo, teléfono y otros, cuenta con una superficie de 308 m², tiene dos niveles, planta alta y baja, está dividida en dos secciones, una para el área de primaria y la otra para el área de preescolar. Esta última cuenta con tres salones, uno para cada grado, pero en la actualidad solamente están funcionando el 2° y 3° de preescolar con una población de 20 alumnos en total, esta área cuenta con un salón de estimulación temprana, diferentes juegos como cabañas de madera con sus puentes y resbaladillas, además de el área de educación física y un pequeño chapoteadero, se les imparte la clase de inglés, algo de computación y tiene televisión donde se les proyectan diferentes tipos de películas, se les brinda servicio médico en caso de accidentes y al principio de año se les hace una evaluación psicológica por un médico especializado donde incluye el nivel psicomotor o de madurez que el niño tiene a esa edad. El nivel primaria cuenta con 8 salones, uno para cada grado además del salón de computación en donde se encuentra el aula de audiovisual y el salón de inglés.

1.2 Organización escolar.

Actualmente la escuela cuenta con una dirección general dirigida por la maestra Araceli Ramírez Inclan, licenciada en Educación Básica y maestría en Gestión Escolar, además de tener un diplomado en Psicología Infantil y un diplomado en programación Neurolingüística, cuenta con una subdirección dirigida por la profesora Patricia Ramírez Inclan, maestra con formación normalista en Educación Preescolar además de una secretaria escolar y administrativa, también contamos con un salón de maestros para realizar reuniones entre los profesores. La escuela cuenta con un sistema federalizado y la supervisión escolar la visita cada dos meses para ver los avances de la escuela.

Actualmente la escuela “Gabriela Mistral” cuenta con un grupo de 5 profesores de grupo porque 5° y 6° se encuentran unidos por la falta de alumnos, un maestro de computación, uno de inglés, y uno de educación física, el nivel educativo de los maestros es de tipo normalista y de licenciatura en educación, igualmente cuenta con todos los servicios médicos y psicológicos, un área verde, un patio de educación física y un área para recreo. La población general de alumnos es de 64, teniendo la menor cantidad de alumnos en los grados de 4° con cuatro alumnos y 6° con la misma cantidad. Los alumnos provienen de diferentes estratos sociales. Algunos con mayores recursos económicos que otros, por lo que varía enormemente el nivel de pensamiento, alimentación, organización, limpieza y salud de los alumnos. Todo esto aunado a

la falta de conocimiento de los padres tanto en lo cultural como en lo físico que repercute en la problemática actual del niño en educación física que es la falta de una buena movilidad articular, que puede tener en muchas ocasiones factores genéticos que se refleja en su movilidad articular.

Por todo lo anterior descrito podemos ver que la zona en la que laboro aún hay deficiencias en los servicios básicos, por lo que los niños tiene pocas posibilidades de desarrollo tanto deportivo como cultural, por lo que la problemática detectada dentro de mi marco educativo que es la educación física y por tener solamente dos años laborando dentro de la institución puedo determinar que el niño necesita actividades que desarrollen su actividad corporal más eficientemente y de manera que le ayude para la resolución de problemas a mediano, corto y largo plazo para poderse integrar más eficazmente dentro de la sociedad que lo rodea, por lo que continuación comenzaremos a analizar los factores que intervienen en el desarrollo y evolución de la movilidad del niño, estudiando a diferentes autores para lograr un investigación documental más abundante y completa.

Apartado II

**Contextualización de
La Psicomotricidad en
el niño.**

Apartado II. Contextualización de la Psicomotricidad en el niño.

En este apartado se habla sobre el concepto de “**esquema corporal**”, la importancia que tiene en el crecimiento y desarrollo del niño, de su inteligencia, su lenguaje y su actividad motriz. Además de la importancia de las relaciones afectivas y sociales con el otro (su madre), la familia y de todos aquellos que lo rodean. Como se va formando esta noción de esquema desde su nacimiento y hasta su completa maduración. Este estudio se hace a partir de diferentes perspectivas teóricas que han estudiado la formación del esquema corporal, como la psicogenética de Piaget y Wallon, así como la psicología Perceptiva de Wapper y Werner, y finalmente la psicología Dinámica de Fisher y Cleveland, que han influido en estudios posteriores como los de Soledad Ballesteros que analizan exhaustivamente lo que es el esquema corporal en el niño para que en la actualidad conozcamos la estructuración del esquema corporal en el infante y su aplicación en el uso de su cuerpo y su mente de forma útil en el medio que se encuentre, por lo que a continuación comenzaré a realizar el análisis de lo que es el esquema corporal y como el niño se va apropiando de este conocimiento para lograr una mejor articularidad y movimiento de su cuerpo.

2.1.- Desarrollo del esquema corporal a partir de diferentes tendencias teóricas.

A partir de que los niños nacen, estos son capaces de recibir información del medio que los rodea, esta información la asimila poco a poco y aprenden a utilizarla a medida que van creciendo y desarrollándose. Es tal el desarrollo de sí mismo (yo)⁷, que en poco tiempo dirige esta información a un fin determinado, creando sus propias respuestas y estrategias para realizar este fin lo mejor posible. El medio ambiente y los otros influyen en el proceso de la construcción interna, como los procesos del conocimiento y el lenguaje, pero también en los

⁷ El concepto de sí mismo, se forma sobre las cuatro características personales del individuo, como lo son el temperamento, la motivación, la inteligencia y el talento que se dan en todo su desarrollo. El concepto conciente de sí mismo con características específicas, se fundamenta en la observación y la interacción que estas características personales tienen con el medio ambiente físico y social (Newman y Newman, 1988, pp. 1-12)

procesos externos como el movimiento (acción motriz) y la percepción. A este respecto Newman y Newman (1988) en sus artículos sobre “el mundo interno del niño” nos menciona:

“Es la conciencia misma del niño lo que le permite crearse una presentación interna de la realidad. La visión interna que se tiene del mundo, combina recuerdos del pasado, deseos para el futuro y fantasía de lo que pudiera ser la realidad... la visión de la realidad de cada niño es diferente a la de cualquier otro niño debido a su habilidad, su temperamento y las motivaciones individuales influye en su conocimiento”.⁸

Ahora bien, al ser el mundo externo quien influirá en la formación de todos estos procesos internos de conocimiento, podemos empezar por definir lo que es el esquema corporal y retomaremos el concepto que Jiménez S. Ballesteros tiene de este:

“El conocimiento del propio cuerpo en el nivel representativo, se va construyendo muy lentamente hasta los once-doce años en función de la maduración del sistema nervioso y de su propia acción: en función del medio y de los otros con los cuales el niño va a relacionarse, así como de la tonalidad afectiva de esa relación, y por último, en función de la representación que se hace el niño de sí mismo y de los objetos de su mundo con los que se relaciona”.⁹

Por lo tanto, el esquema corporal está estructurado por la acción del pensamiento, la interacción social y el movimiento que el niño ejecuta durante todas sus actividades diarias. Estas actividades se dan desde que el niño nace, en un inicio todos los movimientos que realiza, son solamente mecánicos pues no tiene alguna significancia ni un objetivo en particular con el paso del tiempo estas manifestaciones reflejas en su momento, van tomando forma y adquiere un significado para él, hasta hacerlo independiente. Esta independencia lo hace útil, por lo que se puede decir, que se da la relación sujeto-mundo. De este modo la buena estructuración del esquema corporal, influye en los planos que a continuación se describen:

- I. De la percepción; que ayuda a la estructuración espacio-temporal, que influye en la capacidad de leer, y por consiguiente en la inteligencia que el niño desarrolle.
- II. En la motricidad; que está dada por una buena coordinación de todas las partes del cuerpo, en las posturas y en la velocidad de movimientos, por ejemplo; en la marcha a partir de los once meses de edad y en el lenguaje a partir de los dieciocho meses.
- III. De las relaciones con los demás; proporciona seguridad en sus acciones al hablar, jugar, relacionarse con sus iguales, (en este caso, en la primera etapa escolar), además de poner énfasis en lo que realiza.

⁸ SEP, UPN. (1994). Antología Complementaria. **El niño: Desarrollo y Proceso de Construcción del Conocimiento**. México. p. 39.

Por otro lado, la madre es quien va a llenar al niño de sensaciones y emociones, que le producirán alegría felicidad, amor, dolor o llanto. Las relaciones entre estos no se da solamente por los estímulos (conductas respondientes y operantes interrelacionadas) internos que el niño tiene, como son el hambre o dolor, a los que los padres responden inmediatamente, si no que también de los estímulos que los padres profesan al niño (estos estímulos pueden ser físicos, químicos, organicistas y sociales)¹⁰ . Tales estímulos en unos y otros es la de garantizar la proximidad de las personas que cuidan de los niños y dan lugar a la interacción social por lo que a continuación se explicaran las primeras interacciones sociales que tiene el infante con su medio

1) El llanto

Se sabe que al nacer la primera manifestación de vida en el niño es el llanto, es ésta la primera forma de relación social que tiene con el otro (su madre aunque el todavía no sabe que existe), esta relación se manifiesta como un sistema para señalar que le hace falta algo, es decir; como menciona Juan Delval:

“El llanto es una conducta que se produce como respuesta refleja a un estado de malestar, diferencias de temperatura, una estimulación demasiado intensa, hambre, una posición incomoda, dolores, todo ello produce el llanto, que atrae la atención de los adultos y provoca una respuesta de estos para tratar de aliviar el malestar del niño”¹¹

Al paso del tiempo el llanto se presenta para manifestar la necesidad de alimentación ya no de forma mecánica sino como una acción coordinada, después se realiza para solicitar la proximidad de los demás y por último como una expresión de dolor o angustia, pues al no existir el lenguaje antes de los dos años, es una forma de comunicación con la madre o la familia. Por lo que a continuación conoceremos las categorías de llanto que Wolf (1987)¹² encuentra en el niño:

- a) El llanto básico es un llanto regular y rítmico, que generalmente está asociado con el hambre.

⁹ BALLESTEROS, J. Soledad. (1982) **Función básica del cuerpo en el desarrollo psicomotor y educativo**. El Esquema Corporal. TEA. Madrid. p. 18.

¹⁰ BIJOU, Sydney W. y M. Baer Donal (1996). *Psicología del Desarrollo Infantil*, 6ª. edición, Trillas, México. p. 25.

¹¹ DELVAL, Juan (1994). *El Desarrollo Humano*. Siglo XXI, 6ª. edición, México DF. pp. 107-109.

¹² WOLFF (1987), citado por Juan Delval (1994). *Op. Cit.* p. 108.

- b) El llanto de cólera cuando al niño está enojado, por ejemplo cuando no se le carga.
- c) El llanto de dolor, que es la forma de expresarse cuando se siente mal.
- d) El llanto de atención que aparece un poco más tarde, a partir de la tercera semana.

Como hemos ido observando, la función del llanto se va a dar como una acción recíproca entre el niño y el adulto, por lo que se puede decir, que es, la primera conducta social que tendrá en su vida; a este respecto Schaffer nos dice:

“Al principio, el llanto es una pauta expresiva, esto es, suele iniciarse más o menos automáticamente con un conjunto de estímulos, principalmente de origen orgánico, que suscitan la respuesta sin considerar para nada las consecuencias probables de la misma. Su función señalizadora, aunque biológicamente adaptativa, no es apreciada aun por el niño mismo. Sólo como resultado de experimentar repetidamente los efectos de sus acciones llegará a aprender que suelen derivarse de ellas determinadas consecuencias, y con el tiempo aparecerá el llanto del tipo –atención por favor-“.¹³

Este proceso de socialización está íntimamente ligado a la madre y el padre, el niño se da cuenta con el paso del tiempo, que esta forma de manifestarse trae consigo una respuesta que le es agradable y repite constantemente para satisfacer alguna necesidad básica para el cómo lo son la alimentación, el afecto y otros.

2) La sonrisa

La sonrisa es una respuesta típicamente social, pero se dice que en las primeras semanas puede aparecer por alguna estimulación externa como una luz intensa o el reconocimiento de cualquier objeto. Después de la primera aparición de la sonrisa espontánea en la primera o segunda semana de vida la madre va a intentar obtenerla mediante acciones que le provoquen alguna reacción al niño, como, mover las manos, hacer ruido con la boca, gesticular con la cara y otros. En el segundo o tercer mes estas acciones provocarán realmente una respuesta por parte del niño aun viendo solamente los ojos de las personas por lo que H. R. Schaffer nos menciona:

“en el segundo y tercer mes de vida, esto es, tras la primera aparición de la sonrisa, no se requiere de la totalidad del rostro humano para provocarla, sino únicamente ciertas configuraciones estímulares bien sencillas, tales como un par de puntos semejantes a unos ojos. Una careta que no contenga más que tales puntos provocarán la sonrisa del niño muy pequeño con la misma seguridad que el rostro de su madre”.¹⁴

¹³ SEP. UPN. (1994). Antología: El Niño Preescolar y su Relación con lo Social. México. p.113.

¹⁴ Ibidem. p. 114.

La sonrisa aparece como una respuesta a los estímulos de los otros. Se puede considerar que la mayoría de las madres al obtener una sonrisa del niño, piensa que ha logrado un gran avance en las relaciones con él y la lleva a tener más respuestas de amor, afecto, y alegría comenzando así una cadena de relaciones entre uno y otro. La sonrisa al principio puede ser sustituida solamente por intuición o forma primitiva de acción muscular, después pasa a ser una acción provocada por un estímulo (puede ser una cara familiar) y por último puede responder a la acción de una palabra conjugada con una figura muy conocida para él. Como comentario final Schaffer, H.R (1986) nos indica:

“La función de la respuesta de llanto es provocar el acercamiento entre la madre y el hijo, la función de la sonrisa es la de garantizar que la proximidad de ambos se mantenga y que tenga lugar la interacción social. Pero puede variar entre unos niños y otros”.¹⁵

Es así como la construcción del esquema corporal comienza a tener una funcionalidad en el niño: el llanto, la sonrisa, el mamar y la movilidad de sus manos y pies llevan al niño a relacionarse con su medio en poco tiempo. La sonrisa y el llanto en un principio espontáneos, demuestran la conducta social de forma temprana, el niño a partir de que nace, forma el solo interacciones sociales por medio de estos recursos señalizadores.

El esquema corporal al igual que las dos manifestaciones anteriores, el llanto y la sonrisa en interacción, en un principio mecánico, forman parte de la vida del sujeto, de su desarrollo evolutivo aun sin término, pero existe una serie de etapas que explican este desarrollo del “esquema corporal “¹⁶

Del nacimiento a los cinco años de edad.

Al nacer el niño está equipado con una serie de reflejos arcaicos o “**automatismos primarios**”, ya mencionados anteriormente, pues el cerebro todavía no tiene una actividad inteligente. Estos reflejos responden a excitaciones del medio ambiente. Entre los reflejos más comunes que se pueden detectar en el niño son:

¹⁵ Ibidem. p. 117.

¹⁶ BALLESTEROS, J. S. (1982). Op. Cit. pp. 73-76.

- Los de la posición estática (al suspender al niño por las axilas inmediatamente flexiona las piernas a su cuerpo).
- El de la marcha automática; cuando se inclina al niño hacia delante y al empujarlo adelanta los pies.
- El reflejo de succión; al contacto con los labios del recién nacido inmediatamente succiona.
- El reflejo de presión; cierra inmediatamente la mano con el pulgar hacia adentro con el contacto de un objeto.
- El reflejo moro; cuando el niño se asusta porque piensa que se va a caer.

Por otro lado después del nacimiento el niño tendrá una serie de acciones que coordinar llamados dominios funcionales:

- Dominio interoceptivo; sensibilidad visceral
- Dominio propioceptivo; sensaciones ligadas al equilibrio, a las actividades y a los movimientos.
- Dominio exteroceptivo; el de la sensibilidad a las excitaciones de origen exterior. Así para el recién nacido en los tres primeros meses de edad el esquema corporal lo comprenden la zona oral y los datos recogidos por los dominios funcionales.

Al pasar el tercer mes cuando se pasa del acto reflejo a los actos voluntarios, el niño se interesa poco a poco por su cuerpo y lo que abarca su campo visual (las manos y los pies). Es aquí donde se manifiesta la primera relación de sí mismo con la vista, después pasa al quinto mes y comienza la exploración de estos y otras partes de su cuerpo (enlace musculo-táctiles). El niño toma la experiencia de su cuerpo a través de los datos propioceptivos (musculares, articulares y laberínticos) de la actividad cinética (movimientos fijos y dinámicos) y tónica (fortaleza muscular en actividad y en reposo), pero también son importantes los datos táctiles y auditivos.

Otro punto importante, es la aparición de las impresiones laberínticas (parte trasera del cerebro), que parecen estar relacionadas con las modificaciones tónicas de la extremidad cefálica, que hacen actuar por una parte la musculatura axial y por otra la sensibilidad articular y la vista. Los datos propioceptivos van perdiendo importancia gradualmente, en la adquisición del esquema corporal, para ir ganando progresivamente el movimiento y la acción del propio sujeto (es decir puede alcanzar un objeto cercano a él). Durante el noveno mes el niño empieza

a distinguir sus manos de los demás objetos según Piaget, separando el espacio de la acción y elaborando el espacio objetivo.

El niño en el primer año aún no reconoce las formas corporales (confunde los pies con las manos). Entre los once y los doce meses llega a la marcha y a partir de ese momento el niño logra la independencia (que va a manifestar en tratar de caminar sólo), por consiguiente, su espacio de movimiento se amplía considerablemente. Aparte de la maduración nerviosa, los factores emocionales y sociales, junto con la función verbal y simbólica ayudan a la formación del significado de las partes de nuestro cuerpo y aún así el esquema corporal no se forma hasta adquirir los mecanismos operativos¹⁷, que son la continuación de los esquemas motores, bajo una forma interiorizada y reversible. Es durante los 24 meses de edad o antes que el niño comienza a construir palabras por imitación a los demás. Estas imitaciones son diferidas y junto a las imágenes diferidas forman lo que se denomina imágenes mentales, que dan principio a la existencia de la imagen corporal (imagen interiorizada), para pasar después a una imagen constituida, por lo que el esquema corporal sensorio-motor se convertirá en un esquema representativo, figurativo y operativo.

La formación del esquema corporal representativo y operativo.

Es a partir de este momento que el niño comienza a tener una idea clara de lo que son en forma individual, las diferentes partes de su cuerpo. El conocimiento de las lateralidades espaciales izquierda y derecha con referencia de los demás aparece entre los 5 y los 8 años de edad. Ya entre los doce y los trece años considera ya el punto de vista de las cosas mismas (aparece la conciencia clara de su esquema corporal en el nivel representativo), pero este conocimiento es dinámico y sujeto a cambios por las acciones del medio en que se encuentre (escuela, hogar entre otros). A continuación daré a conocer las teorías más importantes que manejan la importancia del esquema corporal en el niño tanto en su proceso de inteligencia como en el del movimiento (acción corporal).

La teoría Psicogenética y el esquema corporal

¹⁷ Para Piaget, los mecanismos operativos, se dan cuando una imagen interiorizada, por un acto pasado, se ocupa en una actividad futura, para resolver un problema mediato, es decir hay un proceso de reversibilidad.

La Psicología Genética considera al niño como un ser integral en donde todos los conocimientos adquiridos son de gran importancia para su aprendizaje cotidiano, para después ocuparlo en su proceso escolar y finalmente en el ámbito laboral. El niño al ser un ser total y concreto en cada una de sus etapas evolutivas el factor social tiene gran importancia para la estructuración de la personalidad y del pensamiento, Wallon expresa en los siguientes términos el concepto de Psicología Genética:

“es la ciencia que estudia el psiquismo en su formación y en sus transformaciones, La formación se produce a medida que la maduración de la organización neurofisiológica y de los intercambios del niño son posibilitados por los estímulos ambientales. La génesis, la evolución ha sido posible gracias a la plasticidad del cerebro infantil y de las aportaciones del medio que lo hacen madurar y configurar”.¹⁸

Uno de los aspectos más sorprendentes de la vida en su capacidad no sólo para buscar constantemente el equilibrio dinámico con relación al ambiente, si no también para reproducirse y continuar existiendo.

Para entender la naturaleza de la evolución de los individuos, en su aprendizaje, desarrollo y crecimiento, debe de considerarse como el centro natural de la psicología a los seres humanos.

“Cada teoría sobre la evolución... esta encadenada a esta singular concepción de la naturaleza fundamental del hombre. Puesto que la psicología gira entorno ala naturaleza del hombre y de sus relaciones con el medio ambiente, un estudio de la misma aplica el examen de su propensión moral y de sus relaciones con el medio que lo rodea”.¹⁹

Este concepto es totalmente evolutista ya que concede gran valor al total desarrollo del niño. La teoría genética; está dada sobre la base de la competencia cognitiva y la capacidad de aprendizaje a la actividad mental constructiva, junto al modelo de la equilibracion en el niño. En la psicogenetica los investigadores más importantes en este campo son Piaget y Wallon, que estudian la formación del esquema corporal y su evolución a lo largo del desarrollo, es aquí donde aparece el concepto del cuerpo:

- Como es vivenciado (como objeto y sujeto de la actividad afectiva).
- Como se conoce la (actividad cognitiva).

Por lo anterior, a continuación explicaremos los conceptos que tienen sobre el esquema corporal los seguidores de la psicogenetica.

¹⁸OLVERA E. Belinda (1986). Enfoque Psicogenetico de la Educación Integral en los Alumnos del Primer Año de la Escuela Primaria. UPN. México.p. 9.

1) El esquema corporal es según wallon.

Tanto para Wallon como para Piaget, el esquema corporal no es algo que el niño traiga desde su nacimiento, se va formando con su desarrollo y su crecimiento. Para el primero y sus seguidores su principal estudio se basa en el “cuerpo como es vivenciado” (como objeto y sujeto de la actividad efectiva). El considera a la representación que el niño tiene de su propio cuerpo como elemento base indispensable para la construcción de su personalidad (basado en las emociones que son los primeros sistemas de reacción del desarrollo general de la conciencia).

Wallon (1959) nos define al esquema corporal así:

“El esquema corporal es una necesidad que se constituye según las necesidades de la actividad. No es algo dado inicialmente ni una entidad biológica o psíquica es la justa relación entre el individuo y el medio”²⁰

Como vemos en el primer plano, la actividad es la primera característica que influye en la construcción del esquema corporal del niño, esta actividad puede principiar con la actividad de mamar, chupar o succionar, la aprensión-refleja o el solo hecho de mover su cuerpo cuando llora. Wallon llama a esto la actividad motora refleja (estadio impulsivo puro) que son las respuestas motoras o los diferentes estímulos (interoceptivos, propioceptivos y exteroceptivos mencionados anteriormente). Ahora bien el niño en todo momento se relaciona con su medio y el otro, que como se explica anterior mente, es quien satisficiera sus necesidades orgánicas afectivas y sociales, comenzando a si la acción de gestos que llevan al niño a poner una concordancia entre lo que el niño ve y lo que experimenta en su propioceptividad. Es lo que se denomina como la concordancia y el contraste entre los aspectos visuales y kinestesico (el movimiento se perfecciona a través de la vista).

Por otro lado al ser la kinestecia una actividad circular al relacionarse con el efecto visual o auditivo de un gesto se hace necesaria la repetición de eso gesto para producir ese efecto. Estos datos descubiertos por el niño, los va integrando como parte de su esquema corporal en forma continua hasta unirlos en forma conjunta para lograr un fin determinado. Después de los dos años según Wallon el niño reconoce su propia imagen, y el esquema corporal va a ser la

¹⁹ Bigge M.L, Hunt. M.P. (2001). Bases Psicológicas De La Educación. trillas. México. p. 85

²⁰ BALLESTEROS, J. Soledad. Op. Cit. p. 27.

base de la actividad práctica (sin sentido) y la actividad consciente (se piensa lo que se hace), pero aparte el cuerpo se supone como es sentido y como es vivenciado.

Es por esto que el conocimiento para Wallon, es el fruto de la organización del sistema emocional y sólo puede comprenderse a través de la relación con el otro. Por lo que puede decirse que la intuición del cuerpo propio va a constituirse un intermediario necesario para percibir al otro (independencia entre espacio subjetivo y el espacio exterior, para que el niño se adapte a los objetos y a los fines de su actividad motriz).

A continuación conoceremos los estadios del desarrollo infantil que nos da Wallon, principalmente el estadio a partir de los 6 a los 11 años.

Estadio impulsivo y emocional.

Es la primera fase del desarrollo y va desde el nacimiento hasta los tres meses de edad, caracterizado por el sueño, la adsorción de energía vital y el movimiento que se revela como una necesidad para la manutención de su equilibrio en un espacio posteriormente. Después pasamos al periodo de los seis meses en donde puede apreciarse una diferenciación de una serie de manifestaciones de tipo expresivo o emotivo.

Estadio sensorio-motriz proyectivo.

El niño tiene una actividad sensorio-motriz, estableciendo relaciones entre sus sensaciones y sus movimientos, y la principal es la llamada actividad circular (repetición de movimientos), para la adaptación al medio, por ejemplo el balbuceo para manifestar diferentes estados de ánimo poniendo en juego todos los músculos de la cara y de la boca. El niño puede captar la permanencia de los objetos. En el segundo año de vida aparece la marcha y la palabra produciendo una evolución intelectual en el niño, comienza la independencia.

Estadio del personalismo.

A los tres años aparece este estadio y se da una crisis del personalismo, al manifestarse ésta se da la oposición, pues el niño se confunde en mayor o menor grado con el medio ambiente, debido a la participación afectiva y emocional mencionada anteriormente. De los cuatro a los

cinco años de edad se vuelve imitador y es donde adquiere la conciencia de si mismo, primero por oposición a los otros y después tratando de dar un cierto contenido a su propio “yo”.

Estadio del pensamiento categorial de 6 a 11 años

El niño empieza a disociar su pequeña personalidad del medio familiar y a veces parece revelarse contra él, quiere aparecer mayor, emplea las palabras que acaba de aprender de sus compañeros, es capaz de captarse así mismo como persona verdaderamente autónoma y capaz de mantener relaciones con personas de su entorno, el ambiente escolar le enseñara las relaciones con personas iguales a él y tendrá que participar activamente en sus tareas diarias. A los seis años de edad tiene un pensamiento sincrético y global, es decir, no puede distinguir de un objeto o una situación, esto es, las cualidades o circunstancias a través de las que el objeto o situación son percibidas aisladamente no puede separarlas para después volverlas a reunir en un todo coherente, es decir el sincretismo del niño parece ajeno a este doble movimiento de disociación y recomposición.

Para Wallon el sincretismo no debe ser descrito de forma negativa pues tiene sus niveles de significación funcional. "La globalización puede tener conjuntos más o menos vastos y más o menos coherentes." ²¹ Por lo que al estudiar la separación de las cosas en el niño, es ver las confusiones iniciales, el problema para el niño, es poder discernir e integrar a ellos la realidad de los objetos que percibe, por ende el lenguaje es indispensable para su comunicación con los demás y, ya dentro de la escuela, para ubicar las experiencias directas con las cosas, los objetos o situaciones delimitadas e individualmente identificadas.

Hacer pasar el contenido de la experiencia simultanea al plano de la homogeneidad y de la apertura, es hacerlo pasar del sincretismo a lo inteligible, es sustituir esta mezcla de confusión y disociación que es la representación puramente concreta de las cosas por el mundo de las relaciones, es decir, todo objeto ocupado tiene un significado aplicable funcional en todo momento.

Estadio de la pubertad y de la adolescencia.

Hasta aquí el niño empieza mantener una relación objetiva con los demás, pero hay una regresión en el sentido que vuelve a un narcisismo personal (egocentrismo amoroso), al mismo tiempo que reaparece la necesidad de establecer relaciones personales, en todo caso el niño busca un lugar dentro del medio que lo rodea.

2) El esquema corporal es según Piaget.

Los estudios de Piaget se basan principalmente en la actividad cognoscitiva (el cuerpo como se conoce) que el niño desarrolla a lo largo de su vida (estructura inherentes dada la evolución filogenética). Al ser intrínseca (interior), esta maduración en la adaptación a su mundo exterior obtiene toda su significación. La organización es el punto de partida en la evolución del niño a su medio ambiente. Piaget señala que las relaciones innatas en el niño desde que nace son expresión de la inteligencia sensoriomotriz y es por la repetición constante (reacción circular) de las acciones que el individuo entra en contacto con el medio y el objeto; es decir son los primeros esquemas en las categorías del pensamiento. Las dos principales acciones que participan en la organización a partir de los reflejos son: la asimilación y la acomodación (factores intrínsecos del desarrollo).

- *La asimilación* supone la tendencia que tiene cada patrón de conducta a conservarse a si mismo.

- *La acomodación* llega a convertirse en asimilación ya que busca conservar las novedades.

Para Piaget existen cuatro periodos o estadios²², en el desarrollo de las estructuras cognitivas, unidas al desarrollo de la efectividad y de la socialización del niño de perfeccionamiento del crecimiento. (Piaget, 1961).

Periodo o estadio sensorio-motor: desde el nacimiento hasta los dos años.

²¹ WALLON Henry. (1980). Psicología del Niño. Ed. Pablo del Río. España. p. 315.

²² Los diversos estadios evolutivos que la embriología describe en un cuerpo vivo, no se caracteriza solamente por la sucesión de estructuras diferentes y discontinuas, sino también por una dinámica cuyo funcionamiento requiere a la vez una continuidad y una dirección. Esta dirección se concibe como una tendencia al equilibrio o un estado. (Piaget, 1961).

En este periodo el niño al nacer no se percata del yo ni del no-yo, de su posición individual en un entorno pero dispone de sistemas sensorio-motrices que reciben sensaciones del exterior de su cuerpo y del ambiente próximo e inmediato. Unos ejemplos son la succión, la prensión y una actividad corporal tosca (acciones reflejo a un objeto). Es aquí donde se construyen modelos internos de acción (tirar y recoger un objeto por ejemplo) o una acción interiorizada de un acto pasado. Aquí se logra la permanencia del objeto y un seguimiento en sus movimientos.

Periodo preoperatorio

En este estadio aparecen el pensamiento simbólico, la representación preconceptual, desde aproximadamente un año y medio a los 5 años. En este periodo aparecen las imitaciones diferidas y junto a la representaciones un objeto aparecen los actos simbólicos (inicio del simbolismo) por ejemplo darle de comer a un oso de peluche encima de una caja representando la acción cuando ella es alimentada (juego simbólico). El lenguaje permite la interiorización de los objetos sin prescindirlos de su propio punto de vista. La subjetividad de su punto de vista y su incapacidad de situarse en la perspectiva de los demás repercute en su comportamiento infantil, es el periodo del nivel intuitivo. Al disminuir el egocentrismo en esta etapa empieza la asimilación del espacio y el tiempo.

Periodo de las operaciones concretas; siete y once-doce años.

Hay un avance en la socialización y la objetivación del pensamiento. El niño ya sabe descentra (separar las cosas), ya acepta el punto de vista de los demás sobre un tema, pero no razona en base a un enunciado o hipótesis. Más sin embargo ya puede relacionar la duración y el espacio comprendiendo la idea de velocidad. La principal característica de este estadio, es que sabe relacionarse en forma grupal y por lo tanto los datos inmediatos aprendidos de su exterior pueden reestructurarse en nuevas formas mentales

Como observamos aunque los dos autores son de la misma corriente psicológica, sus estudios raramente coinciden, por ejemplo para los dos el esquema corporal en el niño se va construyendo a base de la experiencia y acciones recibidas del exterior y no es algo que ya traiga consigo desde su nacimiento. Mientras que para Wallon el esquema corporal en su época de formación es más importante que cualquier otra actividad por su relevancia en los progresos posteriores de la conciencia, en donde el esquema corporal es base de la actividad práctica y de

la actividad conciente, así como lo son las dimensiones afectivas y sociales en el dialogo tónico. Para Piaget los estadios del desarrollo de la inteligencia son la base del esquema corporal y del espacio, para el los reflejos innatos son la primera categoría de pensamiento que permiten una conducta organizada desde el nacimiento.²³

3) El esquema corporal según la psicología de la percepción.

Para Werner y Wapner es importante la relación entre el desarrollo del niño y el medio que lo rodea, cualquier cambio entre estos influirá de manera directa en el otro, el sujeto en diferentes acciones puede ver de manera distinta las diferentes partes de su cuerpo. La percepción de los objetos puede variar según la forma en que se encuentre el cuerpo, por ejemplo su inclinación, la acción del espacio circundante sobre el tamaño aparente de las cosas, el cambio de la percepción del objeto con respecto a su uso en el medio y por ultimo la separación de los objetos con referencia de sí mismo, así como la fusión entre los dos. Por lo tanto podemos decir que el niño a través del conocimiento de su medio puede variar las acciones de su cuerpo y aprender a adaptarlas en cualquier circunstancia.

4) El esquema corporal según la psicología dinámica.

Dentro de estos estudios los investigadores como Fisher y Cleveland estudia los límites de la imagen corporal, y la permanencia de estos limites en los sujetos. Para ellos el cuerpo es el unido objeto que a la vez se percibe y forma parte del sujeto que percibe, comprometiendo intensamente al yo, y al reaccionar ante su cuerpo, siente una perturbación y una excitación que no se da cuando reacciona a estímulos externos. Para ellos el niño desde su nacimiento va adquiriendo las percepciones de su cuerpo. Es así, que para el conocimiento del cuerpo, se dan dos índices que indican que no todos los cuerpos de los sujetos son iguales en un determinado medio:

- *Índice de Delimitación*; es igual al numero de respuestas surgidas ante una serie de manchas de tinta(prueba corporal aplicada a distintos sujetos) caracterizadas por manifestar la función protectora de la periferia corporal(la separación del cuerpo con su medio), los sujetos que tiene menos limites de su imagen corporal tiene más dificultades físicas referidas al exterior de su

²³ BALLESTEROS, J. S. Op. Cit. pp.37-41.

cuerpo que aquellos que no enfatizaban los límites exteriores de la imagen corporal, es decir los sujetos con un alto índice de Delimitación son más aptos para el deporte y para obtener grandes metas.

- *Índice de penetración*; es la suma del número de respuestas a las manchas de tinta en las que se pone énfasis en la destrucción, penetración y desconocimiento de los límites del cuerpo. Es decir el sujeto solamente se preocupa por solucionar problemas que surjan en el momento sin preocuparse en el futuro. Por lo tanto nos explican que las sensaciones corporales pueden ser alteradas directamente de tal manera que afecten el aprendizaje central y los procesos de recuerdo selectivamente.

Como podemos ver las teorías mencionadas anteriormente se basan principalmente en el desarrollo del niño, mediante la influencia de su entorno que le ayudará poco a poco a ir construyendo el conocimiento de su cuerpo (esquema corporal) mediante las acciones que realice. Este desarrollo del niño se va formando sucesivamente por etapas o periodos hasta alcanzar la madurez total y que le ayudarán en sus actividades cognitivas, sociales y culturales para adentrarse en el mundo que lo rodea de manera eficiente y útil.

En el siguiente tema describiré como se da el desarrollo y como influye en los diferentes niveles de maduración en el niño en la edad escolar básica (primaria).

2.2. El esquema corporal y su influencia en los niveles de maduración.

Cómo mencionamos en el apartado anterior, es básico considerar el proceso evolutivo del niño como la situación continua de desarrollo, realizada en una ordenada sucesión para alcanzar un fin: en cada etapa de la vida esta evolución nos prepara para la vida adulta.

“En los primeros años de vida el niño va adquiriendo experiencias y nociones, con las cuales al paso de los años, la familia y la educación escolar, organizara y sistematizara el desarrollo de su inteligencia y formará su carácter. Ese momento de su vida constituye el comienzo y base de todo proceso cultural.”²⁴

El crecimiento, el desarrollo y la maduración del niño, son determinantes en el proceso de conocimiento del niño. Sus orígenes, mecanismos y cambios, así como también los aspectos de funcionamiento y maduración del esquema corporal en forma correcta favorecen el desarrollo

²⁴ SEP. (1993). Programa Pedagógico Experimental Para el Niño en Etapa Maternal. México. p. 2.

integral del individuo. Los diferentes niveles de maduración en el niño corresponden a un ordenado proceso, físico y mental. El aprendizaje para la construcción de conocimiento parte de una buena actividad corporal elaborada desde el nacimiento de todas las personas. Por lo tanto podemos estudiar los siguientes puntos:

Desarrollo y esquema corporal.

El desarrollo es el incremento de las habilidades en funciones como resultado de la interacción armónica del organismo con su medio. Por lo que Bijou Sydney W. y Donal M. (1976) nos dicen que:

” El niño en desarrollo puede considerarse en términos conceptuales, como un manojito de respuestas interrelacionadas e interacción con estímulos. Algunos de estos estímulos emanan del medio externo, otros de la propia conducta del niño y otros más de la estructura y funcionamiento biológico del niño. Podemos decir que el niño no es solamente una fuente de respuestas, también es fuente de estímulos una parte del medio del niño está dentro de su propio cuerpo”.²⁵

Para los psicólogos de la naturaleza de la teoría del desarrollo del niño, en este caso B. F. Skinner, nos dice que se puede considerar a la conducta del niño en desarrollo, formada por dos clases básicas de respuestas, respondientes y operantes.

Las respuestas respondientes: son aquellas respuestas que son controladas, fortalecidas o debilitadas, por los estímulos que las preceden (antes de producirse), y las operantes son las respuestas que son controladas primordialmente por los estímulos que las siguen (después de producirse). Ahora bien en la conducta del niño los estímulos que producen su propia conducta son capaces de influenciar su conducta subsiguiente, es decir puede variar su comportamiento. Los estímulos producidos por sí mismo provienen de diversas fuentes.

- _ El estímulo de la presión de la Vejiga conduce a la relajación del músculo esfínter.
- _ Los estímulos en la actividad de los músculos estriados finos (tal como lenguaje).
- _ Los de los músculos estriados gruesos (movimientos sincronizados de piernas).

“Los estímulos producidos por el niño, pueden adquirir propiedades funcionales relacionadas con la propia conducta del niño, por lo que podemos decir que algunos

²⁵ SYDNEY y Donal. Op. Cit. p.32.

estímulos pueden evocar ciertos tipos de conducta, otros pueden presentarse después de la respuesta del niño y fortalecer o debilitar la conducta precedente y otros más pueden servir como una indicación para la conducta posterior del niño”.²⁶

Otro tipo de estímulos, tienen que ver con la relación de las propias vivencias del niño y las que se dan con su medio. Estos estímulos pueden ser por emociones o por pasiones que pueden derivar en miedo, ira, felicidad, amor, sorpresa, disgusto, tristeza y otros.

Por lo tanto, podemos decir que la conducta del niño en desarrollo es considerada como un conjunto de conductas respondientes y operantes interrelacionadas como una fuente de estímulos que ha adquieren propiedades funcionales en relación a esta conductas. Por otro lado Pierre Vayer (1977)²⁷ en su concepto de desarrollo y esquema corporal nos dice que el primer objeto que el niño percibe en su propio cuerpo: satisfacción y dolor, movilizaciones y desplazamientos, sensaciones visuales y auditivas. Este cuerpo es el modelo de la acción, del conocimiento y de la relación. La construcción del esquema corporal o la organización de las sensaciones relativas a su propio cuerpo en relación con los datos del mundo exterior, juega un papel fundamental en el desarrollo del niño, ya que dicha organización es el punto de partida de sus diversas posibilidades de acción. Se elabora progresivamente al compás del desarrollo y la maduración nerviosa, paralelamente a la evolución sensorio-motriz y en relación con el cuerpo de los demás. Cualquiera que sea el ritmo del desarrollo, varía según los sujetos, el orden de sucesiones de los elementos nuevos no es siempre el mismo.

Así lo menciona Patricia Hoffman (1991) y nos hace hincapié que:

“Aún cuando el patrón de desarrollo es similar para todos los niños, todos siguen el patrón predecible a su propio modo y ritmo. Algunos niños se desarrollan de una manera suave, gradual, etapa por etapa, mientras otros lo hacen en forma brusca. Algunos tienen oscilaciones ligeras y otros amplios. Por consiguiente, no todos los niños llegan al mismo punto de desarrollo a la misma edad.”²⁸

Al margen de toda enseñanza aparecen comportamientos diferentes. Se dice que el patrón de desarrollo es predecible cuando todas las especies, ya sean animales o humanas, siguen un patrón del desarrollo que le es peculiar. En el desarrollo prenatal: existe una secuencia genética, que hace que ciertos rasgos aparezcan a intervalos fijos. El mismo patrón ordenado

²⁶ Ibidem. p. 33

²⁷ SEP. UPN. (1994). Antología: **El Desarrollo de la Psicomotricidad y de Educación Preescolar**. México. p. 28.

²⁸ SEP. Hoffman, Patricia (2000). *Psicología del Desarrollo del Niño*. PRONAP. SEIEM. México. p. 13.

resulta evidente en el desarrollo post-natal, aunque el índice individual de desarrollo puede variar, más en este período que en el prenatal.

Al observar el desarrollo del niño se pueden plantear las siguientes leyes:

a) *ley céfalo caudal*: El desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies, es decir que los progresos en las funciones se producen primeramente en la región de la cabeza, extendiéndose luego al tronco y finalmente en la región de las piernas. Como se observa en el niño, la parte superior es más pesada por ser la más desarrollada, como asimismo los son las funciones motrices; esto es, cuando aún niño se le acuesta en el vientre de una persona levanta la cabeza antes que hacerlo con el pecho, igualmente el control de los ojos, la cabeza y hombros precede a las extremidades del cuerpo.

b) *ley próximo-distal*: el desarrollo va de lo cercano a lo lejano, hacia fuera del eje central del cuerpo y hacia las extremidades. La cabeza y el tronco se forman antes que las piernas, los brazos van alargándose progresivamente, desarrollándose a continuación las manos y los dedos, para efectos de funcionalidad, en este proceso, el niño usa los brazos primero que las manos y estas son utilizadas en forma global antes que pueda coordinar y controlar los movimientos de los dedos.²⁹

Estas leyes del desarrollo se producen por un proceso que siempre es el mismo: Las etapas de la elaboración del esquema corporal. Estas se inician desde el desarrollo prenatal, por lo que a continuación se expresan estas etapas:

1. Desarrollo prenatal

En este periodo se forma primero la cabeza y el tronco, antes que las piernas, los brazos se alargan progresivamente, para luego desarrollarse las manos y los dedos. Es por esto que el niño usa primero los brazos y después las manos como se menciona en la ley próximo-distal. En otro aspecto, la maduración nerviosa que permite el paso progresivo de la actividad indiferenciada (no le es interesante al niño), está íntimamente asociada y dependiente de la experiencia vivida (en este caso dentro del estomago de la madre).

²⁹ SEP. UPN. (1994). Antología: El desarrollo de la Psicomotricidad. México Op. Cit. p. 29.

Este periodo es el inicial, el comienzo de la vida, en donde se formara y crecerá el niño de forma continua sin detenerse hasta su total madurez. La madre juega un papel muy importante en este periodo, muchas acciones que realice inadecuadamente (como fumar, tomar, drogarse y otros), repercuten en el producto que forma dentro de ella, sin tomar en cuenta los factores genéticos, ambientales que también pueden tener efectos en el feto. ¿Pero cómo comienza este periodo?

Se inicia con la fecundación del óvulo por el espermatozoide y forman algo denominado cigoto (primer periodo preembrionario) con duración aproximada de dos semanas, le sigue el periodo embrionario (aparición de los primeros órganos en el feto), con una duración de ocho semanas y media y por ultimo se da el periodo fetal y es el que dura hasta el nacimiento del niño.³⁰

Sin embargo para fines más prácticos el embarazo se divide en trimestres.

El primer trimestre es cuándo hay suspensión del sangrado del ciclo menstrual de la mujer (amenorrea), además de presentarse las nauseas (por lo general en la mañana), vómitos, mareos y aumento de la secreción de la saliva, aunque no general para todas las mujeres. Las mamas empiezan a escurrir y el útero comienza a verse esférico, al final de este trimestre aparece el calostro (líquido amarillento de las mamas). En el segundo trimestre (vigésima semana), se pigmenta la areola de la mama y aparece la areola secundaria, comienzan las contracciones abdominales intermitentes (contracciones de Braxton Hicks), se pueden palpar partes del producto (cuatro meses), aumenta el metabolismo basal (gasto mínimo de energía que es necesario para mantener las funciones en estado de reposo completo), la mujer tiene un buen apetito acumulando tejido adiposo con facilidad. En el tercer trimestre sigue creciendo tanto el útero como el bebé, al empujar el útero el corazón de la madre este cambia de posición y trabaja más, en si todo el sistema interior de la mujer trabaja más y tiene más problemas como la vejiga al orinar, la de respirar por la presión ejercida en los pulmones y las glándulas mamarias se preparan para la secreción de la leche pues el niño va a nacer.³¹ ¿Qué factores puede originar que el niño tenga problemas motores, intelectuales, físicos y de lenguaje después del nacimiento?

Como lo mencionamos anteriormente estos problemas los pueden causar el exceso de alcohol, las drogas y el tabaco, pero además los medicamentos utilizados para calmarse, relajarse y

³⁰ DELVAL, Juan. Op. Cit. pp. 85-93.

³¹ HIGASHIDA, H. Berta Y. (1990). Ciencias de la Salud. McGraw-Hill. México, pp. 219-232.

otros. Las malformaciones congénitas pueden provenir con la evolución del embarazo o exposiciones a radiaciones (rayos X). Además las infecciones agudas como la rubéola, que pueden producir en el niño alteraciones tales como cardiopatías, cataratas, sordomudez o retraso mental en un 25 a 35% de los casos. En fin podemos determinar que el desarrollo fetal es un acontecimiento único en la mujer pero que esta lleno de responsabilidades que lo lleven a buen término.

2. Después del nacimiento.

Después del nacimiento del niño podemos encontrar que existen diferentes etapas que lo llevarán a su maduración y al descubrimiento de sí mismo mediante el conocimiento y la acción de su cuerpo en el medio ambiente que lo rodea. La lactancia se da en el primer año después de las nacimiento (12 a 14 meses). La Infancia: de los 15 meses a los 12 o 13 años de edad. La pubertad: 12 a 15 años en niñas, 13 a 16 años en los niños. Los adultos pasando los 20 años hasta llegar a la vejez, aunque en el caso de ciertos individuos, no se puede determinar con exactitud cuando entran en esta etapa.

La primera etapa desde el nacimiento hasta cerca de los dos años es cuando se dan los reflejos nucleares donde el niño mueve y endereza la cabeza, después empieza a enderezar el tronco y se da el inicio de la primera postura: La estación cedente, posición que facilita la presión. La individualización y el uso de miembros, lo llevan progresivamente a una primera acción (reptación) y continúa el gateo o posición de 6 puntos (de los 7-8 meses en adelante). Con la diferenciación segmentaria y el uso de los miembros aparecen la fuerza muscular y el control del equilibrio en bipedestación (dos posiciones) y las primeras coordinaciones globales asociadas a la presión para adquirir la marcha entre los once y los doce meses de edad (no es igual para todos los niños). Con las posibilidades de acción, el niño a adquirido todas las posibilidades para descubrir y conocer su mundo.

La segunda etapa de los dos a los cinco años es el periodo global del aprendizaje y del uso de sí, siguen siendo válidas las mismas leyes del desarrollo y de manera especial las leyes psicofisiológicas de la maduración nerviosa a través de la acción, la presión se hace cada vez más precisa, asociándose a una locomoción (órganos exteriores) más coordinada y a los gestos, la motilidad y la sinestesia (están estrechamente ligadas) permite del niño una utilización crecientemente diferenciada y precisa de su cuerpo entero. Es a partir de los cinco

años cuando el niño pasa del estadio global y sincrético a la diferenciación y análisis, es decir, de la actuación del cuerpo a la representación y como ya se dijo anteriormente, la elaboración del esquema corporal prosigue hasta los 11-12 años con las mismas leyes de desarrollo del individuo:

“Es la construcción del “yo” corporal la que permite al niño despegarse del mundo exterior y, por ende conocerlo como tal, donde se implica al ser entero, cada sensación tiene su modalidad, la sensación lleva en sí una respuesta motriz. No se puede, por tanto, disociar la motricidad del psiquismo, ya que son dos aspectos indisociables del funcionamiento de una misma organización”.³²

Estas etapas después del nacimiento son más o menos familiares para la mayoría de los individuos. En algunos niños es más lenta y en otros más rápida, pero pasan siempre por las mismas acciones de adaptación al medio.

El esquema corporal de los seis a los nueve años según Jean Le Boulch y su efecto en la Educación Física.

Para Jean Le Boulch la mala estructuración del esquema corporal (desde la etapa prenatal), trae como consecuencia un déficit en la relación sujeto-mundo externo que pueden ser observables en los planos anteriormente mencionados y que son:

- La percepción: déficit de la estructuración espacio-temporal.
- De la motricidad: torpeza e incoordinación, mala postura.
- De las relaciones con los demás: inseguridad en este universo en movimiento que origina perturbaciones afectivas, las cuales, a su vez, perturban las relaciones con los demás.³³

Estas a su vez se ven reflejadas en los niveles de maduración que el niño debe de tener en la primera etapa escolar. En el plano de la percepción debe haber una buena orientación, que gravitará en su capacidad para leer sin confundir letras simétricas como la p o la q, ni invirtiendo la orientación de éstas con la dirección izquierda-derecha. Dentro del plano motor debe haber una buena percepción y una buena coordinación motora, evitando la torpeza, la incoordinación y la lentitud, pues conocido que una buena lectura traerá consigo una buena escritura lo que evitara que el niño ensucie o rompa el cuaderno con la acción torpe de las manos al borrar y

³²SEP. UPN. (1994). Antología El desarrollo de la Psicomotricidad. Op. Cit. pp. 28-29.

³³JIMÉNEZ, S. Ballesteros. Op. Cit. pp. 190-195

que se puede deber a una mala estructuración del esquema corporal de esté. Ahora bien, dentro del plano de las relaciones y del carácter, el niño será capaz de adaptarse inmediatamente a sus compañeros de clase sin denotar mal carácter, altibajos de humor, accesos de cólera y aparente mala voluntad por lo qué la detección de estos malestares por el profesor en el alumno, ayudara en mucho a la buena educación de los niños en el salón de clases.

Por estás causas, Le Boulch, siguiendo una escuela con una concepción normativa, es decir, el intento de rehacer las etapas saltadas del desarrollo psicomotor del niño, considera que la primera etapa escolar es de suma importancia en el desarrollo del esquema corporal, y da a la educación física una relevancia irremplazable en una formación normal de los escolares,³⁴ por lo qué, mediante la realización de movimientos con diferentes partes del cuerpo nos enseña como ayudar al niño a corregir problemas motrices de esté, a través del “control del tono y de la respiración” para llegar al conocimiento y dominio del esquema corporal y así tenga relaciones más útiles consigo mismo, con los demás y con todo lo que lo rodea.³⁵

En esté sentido, considera que a partir de los cinco años, el niño asiste a la progresiva integración de una organización corporal, dirigida hacia la representación y coordinación del propio cuerpo, con la posibilidad de una transposición de sí mismo a los demás y de los demás así mismo. La vinculación de las sensaciones cenestésicas con los datos de otros campos sensoriales, como las del campo táctil y las del campo visual-constituye una de sus bases fundamentales del movimiento del individuo. Le Boulch, dentro de sus estudios retoma lo que Wallon menciona sobre estas observaciones y afirma que la ajustada asociación de los campos visual y cenestésico así como su correcta coordinación, son de vital importancia en lo que respecta a la estructuración del esquema corporal. Por lo qué esté aspecto merece especial consideración en el ámbito educativo. Por otro lado Ajuriaguerra (1973) expone, “en condiciones normales, el niño de seis años no tiene dificultad de orientación con respecto asimismo, y distingue bien ambos lados de su cuerpo (aún cuando a veces invierta las respectivas denominaciones de derecha e izquierda). Desde los seis hasta los ocho o nueve años, el niño va adquiriendo progresiva capacidad para trasladar esta orientación a los objetos y a las demás personas y con miras a la estructuración de su espacio de acción”.

³⁴ Ibidem. p.192

³⁵ LE BOULCH, Jean (1996).Hacia una conciencia del movimiento humano. Introducción a la Psicomotricidad. p.42

Al afirmar la conciencia de las diferentes partes del cuerpo, mejora la disponibilidad global de éstas como conjunto organizado permitiendo sin perder la actitud global del cuerpo, localizar todo desplazamiento segmentario con exactitud cada vez mayor, es decir se puede lograr la independencia del brazo con respecto al eje corporal, en especial con respecto a la cintura escapular, la independencia de sus miembros inferiores con respecto a la pelvis, que en posición de pie será solidaria con el tronco.

Por lo que Le Boulch termina diciendo, es así como esta posibilidad de localización y control de las distintas partes del cuerpo deberá ser ampliada hasta comprender las posturas poco habituales en el niño, así como también los desplazamientos de la totalidad del cuerpo (control de tal y cual parte del cuerpo, al caminar, correr, saltar y entre otros).³⁶ Este control será la base que ocupare en la enseñanza de los diferentes ejercicios que el niño aprenderá y realizará para poder determinar cuales ejercicios le son más difíciles o complicados y cuales le son más fáciles al realizarlos

Etapa de comunicación del propio cuerpo del niño a partir de los seis años.

Cuando la fase de prealecía motriz es cumplida, ésta se caracteriza por la estabilización de la lateralidad, por lo que podemos decir que a partir de los seis años, asistimos a la progresiva integración de un cuerpo dirigida hacia la representación y a la toma de conciencia del "propio cuerpo".³⁷ La evolución del juego, la imitación y el lenguaje conjugados inician el proceso de integración progresiva de la inteligencia como tal, buscando un equilibrio intermedio entre el símbolo, la imagen y el concepto, permitiendo así las representaciones cognitivas de un pensamiento preconceptual (conocimiento previo). Es en esta etapa en la cual se constituye un puente entre la aceptación del medio tal como lo experimenta el niño y la forma de reaccionar frente a el de modo realista.

"La función semiótica y lenguaje han permitido la evocación, la comunicación con un universo formado no tan sólo de objetos sino también de sujetos análogos al yo y exteriores."³⁸

Es en este momento en que se logra el conocimiento de los miembros superiores del cuerpo para lograr la interiorización, la toma de conciencia de todo el cuerpo (sentido global), la disponibilidad global del conjunto de vías de estructuración la desconcentración voluntaria y por

³⁶ Ídem. p. 42

³⁷ Ídem. p.42

³⁸ SEP. (1993). Programas Pedagógicos Experimentales. Op. Cit. pp. 11-15.

ultimo la educación de la actitud. Es por esto que a la par del desarrollo del niño, podemos encontrar conceptos están íntimamente ligados a este proceso que son:

-Desarrollo: proceso continuo que comienza al iniciarse la vida y son las modificaciones de la forma y la conducta de los seres vivos, desde el germen hasta la forma adulta (ontogénesis) a los cambios experimentados por la especie a través de los tiempos (filogénesis). El concepto de desarrollo se aplica al proceso psíquico y al corporal.

-Crecimiento: cuando se habla de crecimiento, la psicología no sólo refiere al crecimiento corporal, sino también al crecimiento de la inteligencia, de la capacidad de juicio moral. Propiamente crecimiento es aumento-desarrollo. El crecimiento en sentido fisiológico se manifiesta en los cambios de tamaño, en las dimensiones, en las propiedades físicas de la fuerza muscular y en las actitudes del cuerpo.

-Maduración: madurez, la maduración es un proceso evolutivo de crecimiento y desarrollo biológico que incluye también la conducta, y enfatiza los cambios progresivos en la organización de un individuo.

La madurez, constituye los peldaños que se van ganando en este camino continuo de crecimiento que de modo permanente, lleva al individuo hacia la meta única de plenitud. Ésta madurez representa siempre una noción relativa, se es maduro para algo y en función de algo. La maduración es un proceso que se inicia con la concepción del nacimiento y termina con la muerte.

-Evolución-involución: durante gran parte de la vida la maduración se realiza ganando en tamaño, función, estructura por lo que a este proceso se le llama evolución. En las etapas finales de la vida el individuo continúa adaptándose a ellas; pero perdiendo tamaño, funciones y habilidades tanto mentales como motoras, esto se llama involución. Ambos procesos son más rápidos mientras más cerca está en los extremos de la vida.

-Personalidad: dentro de las definiciones, es la propuesta de Allport, la que nos dice: la personalidad en la organización dinámica dentro del individuo de aquellos sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos al ambiente, es decir, el niño se adapta a su medio de acuerdo al nivel de maduración hasta el momento en que vive. Al ver cómo se da el desarrollo del niño en los años subsecuentes a su nacimiento analizaremos los niveles de maduración del

niño cuando inicia su etapa escolar en la primaria y son: nivel socio afectivo, del lenguaje, maduración, atención, memoria y nivel de maduración físico.

3. El esquema corporal y los niveles de maduración

Existen cuatro niveles de maduración en el niño que se observan tanto en el aspecto físico como mental, cada uno de ellos tiene importancia decisiva para que esté haga frente a los problemas que se le presenten en su vida diaria, que pueden ser de manera mediata y a largo plazo, a continuación se explican estos niveles de maduración:

a) Nivel de maduración socio-afectiva.

Como se ha mencionado, el niño no es una suma de comportamientos estáticos en los que aloja sus diferentes capacidades, más bien es totalmente dinámico y por tanto todas sus manifestaciones, reflejo de su interioridad personal, están totalmente interrelacionadas. Desde que se inicia a la vida el organismo humano está recibiendo una serie de estímulos a los que da una respuesta. De este recibir estímulos y responder a ellas depende en esencia su desarrollo. El hombre no se encuentra en un mundo estático, sino que a su alrededor hay un entorno social en constante movimiento tan bien determinado que desde el principio de su existencia está recibiendo sensaciones, percepciones y respuestas a sus reacciones impregnadas de connotaciones afectivas y culturales.³⁹

El niño al nacer recibe diferente tipo de manifestaciones emocionales (rechazo, amor, odio y entre otros), incluso desde antes de su nacimiento lo que determinará en mucho su maduración socio-afectiva por lo que la realidad social más cercana a la experiencia del individuo desde que nace hasta que muere es indudablemente la familia.

Este grupo, considerado como la célula social básica de interrelación en la sociedad o como producto histórico de la cultura, reflejada en sí mismo los grandes problemas de la sociedad global, pero también es transmisor de los valores y normas aceptados socialmente para regular la conducta de los individuos

³⁹ BANDRES, Ungria Maria del Pilar (1985). **Métodos de Lecto-Escritura y Problemas de Aprendizaje**. La Influencia del Entorno Educativo. CINCEL, Madrid, pp. 13-16.

La personalidad en este caso influye en lo que el niño realizara en toda su vida, una personalidad anormal traera consecuencias en el proceso evolutivo de todo individuo. La personalidad se desarrolla sobre una base heredada, para lograr una personalidad estable, es esencial la sensación de seguridad y cariño hacia él. Es común ver que si un niño es objeto de cuidados físicos diferentes y desamparo frente a las incertidumbres ambientales, si padece un exceso de enfermedades, si adolece de falta de afecto, esté desarrolla sentimientos de inseguridad en él, los aspectos del cuidado de niño puede ser influenciados o determinados por la cultura y el medio en que se encuentre, no es el mismo cuidado para todos niños ya que estos estarán dados en relación a la función social que les corresponda y dentro del tipo de cultura en que se desarrolle.

Es así que los padres sirven como modelo de imitación y al ser el niño un indicador de acciones más que de palabras, es más influenciado por el ejemplo que por la enseñanza oral (en este caso el proceso oral como aprendizaje de norma y valores). La vivencia del niño con su mundo exterior, de su propio "yo" hace que las relaciones que establezca entre ambos dependerá en el niño su maduración intelectual, social, afectiva y física, factores impescindibles en cualquier proceso de aprendizaje (incluyendo la lecto-escritura) por la influencia que tiene en la adquisición del lenguaje.

María Pilar Andrés (1985) continúa diciendo, cuando el niño posee un adecuado desarrollo socio-afectivo, quiere decir que estos modos de ser, son satisfactorios para su propio equilibrio emocional y para relacionarse con los demás.

Para ello cuando haya una buena maduración socio-afectiva se presentan por medio de una serie de manifestaciones externas, seguridad en sí mismo, participación del niño en todas las actividades escolares en forma espontánea y sin inhibiciones, confianza en los demás: establece una fácil comunicación con sus compañeros y profesores, al no vivir el mundo como un lugar hostil se comunicará amistosamente y no será agresivo. Ésta no agresividad se refleja no sólo en sus relaciones con los otros, sino también al manipular cosas sin el afán de destruirlas.

El tono y el lenguaje: este momento es totalmente conocido, al ser inmaduro el niño tiene un tono de voz infantil (incluso la articulación, vocabulario y formación de frases adopta por más de

edades inferiores), tono de voz bajo y entrecortado y en otro caso no lo dosifica incluso cuando se le indica este problema. Tono habitual de alegría, cuando el interés general hacia las actividades nuevas le produce alegría.

b) Nivel de maduración del lenguaje.

Para este nivel de maduración Ma Pilar B. dice: al enseñar al niño a leer y escribir, lo que pretendemos es enseñar un nuevo medio de comunicación con los demás a través de unos signos: por tanto, es lógico que conozcamos previamente como se encuentra su lenguaje oral, principal instrumento de comunicación.⁴⁰ El lenguaje nos permite compartir nuestras experiencias, aprender de cada uno, proyectar juntos y acrecentar nuestro intelecto al vincular nuestro pensamiento con los de nuestros semejantes. Sólo los humanos son capaces de pensar simbólicamente, permitiendo que sistemas de símbolos sin sentidos representen nuestras experiencias, sentimientos, emociones y necesidades; esto es lo que hace posible el lenguaje humano. Al mismo tiempo hay una íntima necesidad de interacción social. Esto es lo que hace necesario el lenguaje humano.

El desarrollo del lenguaje inicia un proceso de aprendizaje más rápido del que ha tenido hasta ahora: palabras-frases, frases con dos palabras y frases completas que es una relación recíproca, da por resultado la comprensión de conceptos y a su vez la posibilidad de construir su representación intelectual.⁴¹ Del lenguaje ligado al acto inmediato y presente, el niño construye la representación verbal, comprueba y enjuicia actos presentes y acciones pasadas, la memoria incipiente constituyen la función de representación.

- En la escuela. El lenguaje comienza como medio de comunicación, entre miembros del grupo, y a través de él, cada niño se desarrolla un panorama de la vida, la perspectiva cultural, las formas particulares de significar su propia cultura, usamos el lenguaje para reflexionar sobre nuestra propia experiencia y para expresar simbólicamente esta reflexión a nosotros mismos. La sociedad edifica, el aprendizaje sobre el aprendizaje a través del lenguaje.

⁴⁰ Ídem. pp. 13-16

⁴¹ SEP. (1993). Programa Pedagógico Experimental. Op. Cit. p. 12.

El lenguaje debe tener tanto un sistema como un símbolo, normas y reglas para producirlo; así las mismas reglas pueden usarse para comprenderlo. Pero el lenguaje no se limita a ser hablado y escuchado podemos usar algún sistema de símbolos para crear lenguaje o para representarlo. Para el niño en la escuela debe de haber conseguido los siguientes avances articulación perfecta, o casi perfecta de todos los sonidos que intervienen al hablar. En la expresión oral deberá estar a nivel de frases construidas sintácticamente (parte de la oración gramatical) nombres, objetivos, verbos entre otros. Los pronombres personales deberán ser usados correctamente. Fluidez y ritmo en su expresión al hablar y expresar sus pensamientos sin esfuerzo. Debe ser capaz de relatar lo que oye, le sucede o un cuento. La comprensión verbal de lo que oye.

“La escuela, constituye para los niños una timador lingüístico de primera magnitud. Les coloca ante la necesidad ineludible del adquirir y manejar nuevas palabras y conceptos, ayudando les asimilar un conocimiento global del mundo, del medio natural y del medio social y les obliga a convivir con otros niños y comunicarse con otras personas y con el mismo.”⁴²

c) Nivel de maduración intelectual.

El correcto proceso mental del niño es de gran importancia en cualquier aprendizaje que éste tenga, por ejemplo el lenguaje, lo afectivo, lo social y lo físico. Piaget dice que para el desarrollo de la evolución intelectual-el lenguaje es de gran importancia. En los años de la niñez intermedia la capacidad de la comunicación verbal está todavía al servicio de una persona inmadura uno de cuyos rasgos sería el egocentrismo. Sin embargo los mismos factores que propicien su desarrollo, en el inicio de la etapa escolar y la creciente socialización, por efecto de los cuales el niño va a experimentar las vivencias más interesantes que la guarda en este periodo, inciden directamente sobre la evolución cognitiva, y los dos próximos años contribuirá a acelerar sensiblemente el proceso de su maduración intelectual

El pensamiento egocéntrico del niño pequeño (hablar para sí mismo que para los demás) va teniendo cambios entre los 5 y 7 años, cuando empezará a tomar en cuenta que su alrededor existen otras personas, esto se puede ver en sus juegos cuando, toma en cuenta al que juega con él y lo invita a que participen juntos, pero todavía es incapaz de pensar en acontecimientos y objetos desde el punto de vista de otra persona.

El desarrollo intelectual está compuesto por diferentes procesos: el pensamiento animista, el razonamiento irreversible, reversible y psicológico (lógica en formación). Muchas de las limitaciones del pensamiento pre-lógico infantil como la irreversibilidad o el asentamiento, entran en vías de superación a partir de que el niño cumple los cinco años de edad. Cuando el niño comienza a ser capaz de considerar distintos aspectos de un mismo problema, o desandar mentalmente los pasos andados, y si no conducen a su resolución, sus procesos intelectuales rompen el círculo respectivo del dogmatismo y la rigidez y procede a una solución aunque muchas de las veces sea errónea.

El paso del pensamiento pre-lógico al pensamiento lógico tiene lugar a través de una evolución progresiva y continua. Mientras el pensamiento depende de las percepciones inmediatas, escapan todavía a las posibilidades del individuo funciones básicas para cualquier razonamiento lógico como la comparación o la relatividad. En este nivel de maduración y al observar si el niño posee una serie de estructuras de pensamiento que le ayuden a su proceso intelectual Ma Pilar Bandres, nos dice que quizá el rasgo más representativo sea el que el niño, ya ha deslindado de sí mismo el mundo externo a él y lo percibe como una realidad que funciona de forma independiente y sus deseos. Este nos indica que ha pasado ya la base plásticamente llamada el subjetivismo egocéntrico y que, por lo tanto, destaca par citado para percibir la realidad de modo objetivo.

Como consecuencia de lo anterior, está capacitado para razonar, basando este razonamiento en una realidad concreta. Capacidad para relacionar y disociar, no sólo imágenes entre sí, sino imágenes con signos convencionales determinados. Esto en su lenguaje oral las palabras poseen para él, los contenidos propios capaces de representar más realidades específicas. Posibilidad para captar semejanzas y diferencias entre distintos objetos. Conocer lo elemental de la cantidad, podrá distinguir mucho-poco, más-menos, lleno-vacío y otros.

Existen para fines de esta investigación dos elementos de mucha importancia que son la atención y la memoria

Atención.

Para todo proceso de aprendizaje el niño debe de tener correctamente su proceso de atender, pues el niño que es despistado o esta metido en su mundo, poniendo interés a otros asuntos sin

⁴² Colección de Psicología (2000). **Desarrollo del niño**. Biblioteca Práctica. México. p. 172

ninguna relación con la situación que le rodea presenta una alteración de su atención. El niño desatento es aquel, que no pone su atención en otras cosas, más bien tiene su atención en blanco (no se puede decir que no piensa, pero en ese momento no tiene interés por lo que se le enseña). El proceso de atención en el niño puede tener dificultades en ciertos momentos y los más frecuentes en la escuela son los que se denominan inestabilidad psicomotora (hiperactividad, agitación, desorden, en sus trabajos y movimientos), que impiden aceptar la disciplina escolar y sus paralelas a las alteraciones en su proceso de atención, por lo tanto señalaremos algunos puntos para hacer posible el aprendizaje:

- El niño con respecto a su proceso de atender deberá ser capaz de dirigir su atención a cualquier tema que sea apropiado a su edad, después de estimularlo correctamente.
- Mantener centrada dicha atención durante periodos largo del tiempo de acuerdo a su edad cronológica.

Memoria.

En este caso la memoria para todas las actividades que realizamos diariamente es de relevante importancia y así nos lo hace saber Maria Pilar B(1985) nos dice que es un factor necesario en todo aprendizaje, ya sea del entorno comunitario, escolar o familiar, ya que si el hombre no fuera capaz de retener y evocar sus experiencias anteriores, conjuntamente emitiría las mismas respuestas ante situaciones iguales(no resolvería problemas ni a corto ni largo plazo), sin ser posible avanzar en su conducta, en sus conocimientos o en sus actividades diarias.

El factor asociación de signos y sonidos le ayuda a construir y diferenciar entre unos y entender otro. El problema de memorización (desinterés, malestar e inadaptación) son factores que intervendrán constantemente en el aprendizaje de cualquier situación escolar, los estímulos que recibirá le ayudarán para que todo lo que hace cobre una significación en su aprendizaje. Es así que la memoria, en todo proceso educativo, juega un papel muy importante como receptor y almacenado de lo que se le enseña y aprende el niño.

d) Nivel de maduración físico.

El nivel de maduración físico en el niño depende de la optimización de los procesos de crecimiento y desarrollo, entendiendo por crecimiento el inmediato evolutivo de peso y talla, por

desarrollo, el incremento de las habilidades y funciones como resultado de la interacción armónica del organismo como su medio.⁴³

"El equilibrio del hombre con su medio ambiente tiene como consecuencia un estado de bienestar físico-mental y social que permite al individuo ser creativo y auto realizarse"⁴⁴

El niño es un ser en proceso de maduración constante desde que empieza su vida, nace con su propio equipo biológico en constante interacción con el medio que le rodea y es estimulado por éste y que impulsara su desarrollo de igual forma sucede con su afectividad y en general con todas las áreas de su personalidad.

En el recién nacido la falta de coordinación motriz es notoria, tiene instaladas sus primeras reacciones como mamar, excretar y otras, a los movimientos de la boca y el rostro, los mejores organizadores a raíz del nacimiento, agrega leve control sobre los músculos de sus ojos, su sensibilidad es vaga e imprecisa y será el antecedente de su esquema corporal, al paso de los días endereza el cuello y el tronco apoyándose en las manos.

Entre los tres y los cuatro meses contempla sus manos, y las une o sujeta una contra otra, al moverlas de acuerdo con su deseo descubre que le pertenecen, con el descubrimiento de sus manos principia el proceso de integración de las cosas, de afuera hacia adentro en forma ordenada y continua. El esquema corporal es indispensable para concebirse como persona, cuando el niño completa todo los procesos de madurez físicos hasta el primer nivel escolar podemos decir que las actividades de motricidad (gruesa y fina), coordinación ocular y fonarticulares tendrán que construirse de forma correcta y pueden hacerlo siguiendo los planteamientos que a continuación se mencionan:

-Deberá tener la disponibilidad de distender (movimiento controlado) voluntariamente los músculos, relajando los brazos y las manos en exposición de espaldas al piso (de cubito ventral).

Con respecto a su estatismo (control en un punto), deberá ser capaz de saltar con los pies juntos cayendo en el mismo sitio, podrían alternar este salto con saltos laterales y hacia atrás o adelante, saltar con un pie (el que no es dominante) y dominar estos movimientos.

⁴³SEP. (1993). Programa Pedagógico Experimenta. Op. Cit. p. 5.

⁴⁴ Documental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) 2002. En la revista Educar. México. p. 23.

-Tendrá una buena coordinación de movimiento en los brazos en proporción de un 90%, pueden coordinar con bastante regularidad los movimientos de los miembros inferiores del cuerpo (pies, cadera y cintura). Mediante las actividades, que realiza tendrá que tener una buena conformación de su espacio y tiempo, así como de sus literalidades, una buena coordinación y mejorar su expresión gráfica (dibujos, escritura y otros).

La actividad física le ayudará en su desarrollo motor con una buena integración senso-motriz, habilidades perceptivo-motrices, de lenguaje, conceptuales y sociales. Al cumplir los seis años el niño vive una gran actividad motriz. Necesita mantenerse siempre ocupado jugando al aire libre, ayudando a la madre en las tareas domesticas, corre, salta, trepa, juega la pelota solo o con sus compañeros, juega a las luchas con su padre o con un amigo, se arrastra, se columpia, todo sin miedo a caerse o lastimarse. Es más experto que a los cinco años para las tareas manuales y aunque sigue mostrando cierta torpeza al realizar operaciones muy delicadas suele entrenarse a menudo en este tipo de actividades. Después de los seis años comienza a conocer perfectamente que se encuentra rodeado de otros compañeros que le ayudaran a mejorar sus habilidades físicas e intelectuales con la intervención de su profesor o profesora que le servirán para su integración a su entorno educativo.

A continuación en el siguiente apartado, conoceremos la relación que se da entre la Psicomotricidad y esquema corporal, para saber la importancia de la actividad corporal en el desarrollo del niño.

2.3. El desarrollo de la psicomotricidad y su relación con el esquema corporal.

Dentro de la educación del niño, las pedagogías tradicionales han menospreciado en mucho la educación del cuerpo, siendo la educación física la única interesada en este proceso, pero ocupando también un lugar secundario en la programación oficial de la educación. El surgimiento de otras alternativas para la educación del movimiento en el marco de una concepción educativa globalizada, en el que el binomio cuerpo-intelecto son indisolubles (no hay separación) en el desarrollo de la infancia. La psicomotricidad pasa a ser un aspecto importante en el desarrollo del niño y su educación, Desde que ésta llega, tanto de manera formal como informal a nuestro país, se ha convertido en un pilar a la educación de los infantes. En la actualidad cuenta con tres campos de aplicación, el primero: como una

acción terapéutica, segundo: como un proceso educativo y el tercero como tarea reeducativa.

"De las posibilidades que están a disposición de los seres vivientes para reaccionar sobre el medio, **el movimiento**, por los progresos de su organización en el reino animal y en el hombre, tiene una eficacia y preponderancia tales que sus efectos, pueden ser considerados como el objeto exclusivo de la psicología"⁴⁵

Es así como el movimiento es la principal acción del niño desde que nace. Durante el desarrollo el niño poco a poco se apropia de su entorno, partiendo de un conocimiento muy limitado de su cuerpo y de la acción directa del mundo que lo rodea, esta acción es la que le proporciona el conocimiento y la utilización de todo su cuerpo en forma coordinada. Nayeli Díaz B. (2001), nos dice, el pequeño reconoce y nombra aquellos juguetes que toca, arroja, mueve, chupa, huele y siente, percibe los colores, formas y dimensiones de los objetos con los que juega, aprende contar con los dedos de su mano, entiende lo que es el círculo cuando participa en un juego de rondas o se mueve con un aro y lo que es un ángulo cuando hace una casita con palos, percibe el espacio cuando se encuentra inmerso en el, reconoce las partes de su cuerpo cuando las mueve, las toca y las representa en un dibujo.⁴⁶

En la educación inicial hay una unidad que no se puede separar entre la evolución de los aspectos orgánicos y los procesos psicológicos, lo que evidencia la elaboración del planteamiento educativo encaminado a la globalidad y a la formación integral del niño, en el cual se contemplan los aspectos motrices, emocionales, sociales y cognitivos, estos son los pilares fundamentales es la adaptación y educación del niño en forma integral.

La historia y el nacimiento de la psicomotricidad.

La historia de la psicomotricidad se presenta desde que el hombre prehistórico comenzó a hablar, pues a partir de ese momento hablará de su cuerpo, pero no solamente el cuerpo como uno solo, si no completando con la acción del pensamiento para lograr objetivos claros y significativos, la creación de los símbolos, la escritura y otros, ayudan a que el hombre se adapte más rápidamente a su entorno y lo transforme a su conveniencia.

⁴⁵ WALLO, H. (1996). **El Acto Motor**. La Evolución Psicológica del Niño. Grijalbo. México, p. 131.

⁴⁶ DIAZ, B. Nayeli (2001). *Fantasía en Movimiento*. Limusa. México, p. 10.

El niño dentro de la institución escolar tendrá que aprender todos estos aspectos y aglomerados para usarlos cuando a si los requiera, Levin (1979) nos indica:

“en el recorrido histórico de este cuerpo discursivo y simbólico (eje del comportamiento psicomotor) está marcado por las diferentes concepciones que acerca del cuerpo, el hombre va construyendo a lo largo de la historia”.⁴⁷

¿Pero que entendemos por cuerpo?, la palabra cuerpo proviene del sánscrito garbhas, (embrión), del griego karpos (fruto, simiente, envoltura) y del latín corpus (elegido de miembros, envoltura del alma, embrión del espíritu). Es con los griegos donde se manifiesta la libertad de transformar su cuerpo en órgano del espíritu y es platón quien considera al cuerpo como el lugar transitorio de la existencia en el mundo de un alma inmortal, es decir el cuerpo es la forma física del espíritu.

En su historia, la Psicomotricidad es similar a la historia del cuerpo, desde una vertiente artística, como los espectáculos griegos de la época clásica (el ditirambo, el drama satírico, la tragedia y la comedia), hasta una actividad deportiva, en la que el cuerpo y el movimiento representan la belleza total del ser humano (cuerpo sano en mente sana). Arturo rico B. (1990) al hacer referencia al cuerpo menciona que nuestro cuerpo es en última instancia de la base de todas las referencias cognitivas. Los órganos sensoriales, con su peculiaridades umbrales da respuesta a los estímulos externos o interno, diferentes a los de otras especies zoológicas, nos ofrecen una primera imagen selectiva de lo existente.⁴⁸ Es decir el hombre es la única especie en el mundo que es capaz de recibir información de cualquier índole, para después utilizarla a su criterio.

En el siglo XIX, con el desarrollo y los descubrimientos de la neurofisiología, se constata que hay disfunciones graves sin que el cerebro se encuentre lesionado, o bien sin que la agresión se halle localizada claramente. Al descubrir disturbios de la actividad gestual de la actividad práxica, la incipiente necesidad de dar una explicación clínica a estos problemas se nombra por primera vez la palabra psicomotricidad en 1870. A principios de siglo Maine de Biran y los trabajos de los neuropsiquiatras, hacen ver aproximaciones constructivistas que pueden ser aplicables en la escuela. La vigencia del término de psicomotorica en Francia no ha sido nada sorprendente, pues cristaliza un bien común, el deseo de encontrar

⁴⁷ LEVIN (1979) citado por Sergio Sánchez C. “Una Mirada al Cuerpo”. Diplomado de Psicomotricidad. ESEF (2001). México. p.11.

⁴⁸ SEP. UPN. (1994). Antología Básica. Salud y Educación Física. México. pp. 15-45.

a este problema una solución que tenga bases a la vez psicológicas y científicas. Las primeras investigaciones tendrán un origen en el campo psicomotor y corresponden a un enfoque eminentemente neurológico. Por lo que E. Dupre investigador francés al descubrir estas deficiencias afirma:

"En una serie de trabajos, describí bajo el nombre del síndrome de credibilidad motriz, un estado patológico congénito de la motilidad a menudo hereditaria y familiar, caracterizado por la exageración de los reflejos tendinosos, la perturbación del reflejo de la planta del pie, la sincinesia, la torpeza de los movimientos voluntarios, y finalmente por una variedad de hipertonía muscular y difusa en relación con los movimientos intencionales y que tienden a la imposibilidad de realizar voluntariamente la resolución muscular. Propuse para designar éste último problema el término de paratónia (así todos los sujetos paratónicos son poco a aptos para la ejecución de movimientos delicados, complicados o rápidos. Se muestran en la vida cotidiana inhábiles, torpes, desmañados como se dice".⁴⁹

A partir de estas conclusiones podemos entender que los problemas motrices que tiene el niño, pueden tener solución gracias a los métodos de la aplicación psicomotriz.

El nacimiento de la psicomotricidad.

A partir de Dupre en 1909 por sus estudios clínicos, define el síndrome de credibilidad motriz, compuesta por sincinesias, paratonias e inhabilidad motriz sin que sean atribuibles a un daño o lesión cerebral. Él afirma la independencia de la debilidad motriz (antecedente en el sin tomar psicomotor) de un posible correlato neurológico. Éste neurólogo francés rompe con las propuestas de la correspondencia biunívoca entre la localización neurológica y las perturbaciones motrices en la infancia. Es de este modo que la psicomotricidad se separó progresivamente de la neuropsicopatología del movimiento y se enfoca a los problemas motrices en el niño. Aquí en México Oscar Zapata describe lo siguiente:

"la educación psicomotriz nace como fruto de la detección de problemas escolares diagnosticados como dislexia, acalculia y disgrafía, por lo que se ha enfocado, fundamentalmente, a la detección de las inhabilidades motrices"⁵⁰

La Psicomotricidad en su proceso de formación tanto teórico como práctico, va tomando forma por las aportaciones de diferentes investigadores sobre el estudio de las deficiencias motrices

⁴⁹ E. DUPRE. Citado por Sergio Sánchez C. Op. Cit. pp. 12-14.

⁵⁰ ZAPATA, Oscar. (1991). La Psicomotricidad y el Niño. Trillas. México. p. 5

en los niños en los que se detectaba torpeza corporal pero sin que fueran idiotas. A continuación mencionare algunas aplicaciones de la Psicomotricidad a lo largo de su historia:

La Psicomotricidad materialista: aunque el termino Psicomotricidad hace referencia al alma, esta postura no ve a espíritus que se encarnan, simplemente cuerpos animados y sólo busca saber que este es el cuerpo, el brazo la mano; es decir, pretende que la maquina del cuerpo funcione y se encuentre en buenas condiciones, sin llegar a tomar conciencia del espíritu, de la actividad mental y menos aún de la primacía existente de una alma esto es:

-La Psicomotricidad como una reeducación motora: Corriente orientada hacia la reeducación del movimiento a través de diferentes ejercicios físicos.

-La Psicomotricidad como terapia: Enfoque meramente psiquiátrico, según la línea de diferentes especialistas en donde la Psicomotricidad permitía a cada quien ser él mismo, cada vez más plenamente

A partir de estas consideraciones teóricas y la idea de recuperar y valorar el cuerpo humano da como resultado las primeras relaciones de similitudes y diferencias entre la debida motriz y la debilidad mental. Más tarde el aporte de Wallon, nos dice que la acción recíproca entre movimiento, emoción, individuo y medio ambiente, delinean en un primer momento, el área del campo psicomotor: es el momento del paralelismo y por lo tanto la relación (intento de superación del dualismo cartesiano) entre el cuerpo expresado básicamente en el movimiento y la mente expresada en el desarrollo intelectual y emocional del individuo.

El movimiento en el desarrollo psicológico del niño es lo más importante para Wallon. Antes de utilizar el lenguaje verbal para hacerse comprender, el niño hacía uso en principio de los gestos, el desfile movimientos en conexión con sus necesidades y situaciones surgidas de su relación con el medio. Wallon continúa diciendo, el movimiento prefigura las diferentes direcciones que podrá tomar la actitud psíquica. El desplazamiento en el espacio "adopta tres formas, cada una con su importancia en la evolución psicológica del niño".⁵¹

1) El desplazamiento puede ser pasivo o exógeno: donde estas reflejos de equilibración: las reacciones a la gravedad.

2) Los desplazamientos corporales activos o autógenos, en relación con el medio exterior: la locomoción y la aprehensión.

3) desplazamientos y necesidades posturales que se manifiestan en el lenguaje corporal: que son los gestos, las actitudes y las mímicas.

Las tres formas de actitud están en relación con la contracción muscular, traducida a la vez por los desplazamientos segmentarios, función clónica y por el mantenimiento del equilibrio y de las actitudes, función tónica. El tono juega un papel fundamental, tanto en la relación afectiva como en la relación. Wallon dice en que la trama donde tejen las actitudes, que se hayan en relación con la acomodación e interpretación perceptiva o también con la vida afectiva. De esta manera Wallon nos dice que:

“el movimiento al ser factor decisivo en el desarrollo psíquico del niño, posee una significación en relaciones con el otro, influencia su comportamiento habitual y deviene un factor de su temperamento.”⁵²

Lo que llevó a Wallon a definir trastornos de insuficiencia psicomotora y a reconocer los problemas de comportamiento.

Por otra parte Piaget en su Psicología del conocimiento hace referencia a que la actividad motora y la actividad psíquica no son extrañas, pero para él, la organización de las funciones cognitivas en el niño son la base principal de su estudio. La organización cognitiva se construye en relación con la dinámica de la acción, que al repetirse, se generaliza y asimila los objetos nuevos, continúa diciendo que ésta varía y se adapta en función de la cualidad de los objetos (acomodación), que al coordinarse con la asimilación constituyen para el niño una nueva realidad del mundo. Por lo tanto el dinamismo motor es, el punto de partida de la instrucción, o más bien la elaboración, de los datos expuestos de aquello que el ha convenido llamar inteligencia.⁵³

“La acción educativa psicomotriz, es una acción pedagógica y psicológica que utilizar al acción corporal con el fin de mejorar o normalizar el comportamiento general del niño facilitando el desarrollo en todos los aspectos de su personalidad”.⁵⁴

Como hemos visto, tanto la educación como la reeducación psicomotriz nacen a partir de conocer los problemas que tiene cierta clase de niños en su actividad motora, lenguaje,

⁵¹ SEP. UPN. (1994). Antología. El Desarrollo de la Psicomotricidad. Op. Cit. p. 11

⁵² Ídem. p. 11

⁵³ Ídem. p.11

capacidad de relación, inadaptación sin ser niños retrasados. La motricidad se manifiesta por el movimiento dinámico, siendo el primero el estado de un cuerpo en el que la posición respecto a un punto fijo cambia continuamente en el espacio en función del tiempo en relación a un sistema de referencia.

De Fontaine concluye con su idea de Psicomotricidad y nos dice. Por la psicomotricidad, el cuerpo se insertan en el esquema del lenguaje incluso se puede decir que es la fuente la Psicomotricidad nacen de esta forma de conciencia, el lenguaje y la inteligencia, sólo existen dentro del cuerpo.

Dentro del terreno de la psicopedagogía, Pico y Vayer, aportan ideas para la acción educativa, apoyándose en la educación física y otras actividades, estos instrumentos tienen la intención de normalizar y mejorar el comportamiento del niño Teniendo un fin de integración, social y escolar del niño, pero dicen el tratamiento debe dirigirse a la deficiencias específica que se presente en el niño y no en función del método disponible. Los objetivos a lograr son:

- La conciencia del propio cuerpo.
- El dominio del equilibrio.
- El control y más tarde, la eficiencia de las diversas coordinaciones, globales y segmentarias en el espacio.
- Una estructura espacio-temporal correcta.
- Adaptación al mundo exterior.

La psicomotricidad y el esquema corporal.

“el desarrollo de inteligencia humana en sus diferentes aspectos es el fin que pretenden la psicomotricidad. En la psicología moderna en la inteligencia se descubren funciones como la inteligencia representativa, la inteligencia motriz y la afectiva, que a su vez le corresponden elementos como la sensación, la percepción y las representaciones, básicos en la evolución psicomotriz”.⁵⁴

En relación con el desarrollo del niño, los objetivos que se fija la psicomotricidad se concretan en conductas motrices básicas como la coordinación y el equilibrio entre otras, de modo que

⁵⁴ VAYER, Pierre. (1973). “El Niño Frente al Mundo”. En la Edad de los Aprendizajes Escolares. Científico-Médica. México. p. 3.

⁵⁵ SEP. UPN. (1994). El Desarrollo de la Psicomotricidad. Op. Cit. pp.62-70.

con ellas se abarca en conjunto la relación del sujeto consigo mismo, las relaciones con el entorno cercano y la relación con el mundo de los demás.

El esquema corporal dentro del contexto de la psicomotricidad, se puede decir que es la imagen mental o presentación que cada uno tiene de su cuerpo, sea en posición estática o en movimiento, gracias a la cual puede situarse en el mundo que lo rodea. No es algo innato sino que se elaboran poco a poco desde el nacimiento integrando en el campo de la conciencia el propio cuerpo a medida que se manifiestan estas capacidades psicomotoras. En la Psicomotricidad el esquema corporal se estructura en tres etapas:

La primera hasta los tres años, es la del descubrimiento del propio cuerpo y con ella la adquisición del primer esqueleto del-yo, delimita su cuerpo con relación a las personas y a objetos, el dominio de la marcha le permiten experimentar con campo locomotoras más amplió (la exploración y percepción las vive de manera afectiva, en medida que satisfacen sus necesidades). Entre los tres y los siete años es la formación del esquema corporal, se afirma la percepción. De ahí la conveniencia de la educación sensorial que amplían su campo perceptivo. Hay que superar el subjetivismo anterior, se trata de avanzar en la discriminación perspectiva: en primer lugar, del propio cuerpo, tanto en sus partes como en su globalidad.

En segundo lugar; al final de esta etapa, el niño abandona la visión sincrética de la etapa anterior, es decir, ya conoce las diferentes partes, tanto de su cuerpo como de su entorno, no existe solamente él, sino que hay más sujetos a su alrededor.

Por último entre los ocho y doce años se estructuran el esquema corporal alcanzan a la representación mental de su cuerpo en movimiento, toma de conciencia del cuerpo humano en su aspecto dinámico, adquiere la imagen global de la postura, el espacio y el tiempo se separan del cuerpo porque ya establece distancias y pautas para realizar sus actividades.

Así vemos la importancia de la educación psicomotriz en el desarrollo sensorial, perceptivo y representativo durante la etapa escolar.

Los elementos del esquema corporal.

De acuerdo a las bases de la educación psicomotriz, las funciones que ocupa el niño en la elaboración del esquema corporal son las siguientes.

1) Tonicidad.

Función de los músculos por la que estas se mantienen de forma permanente en tensión, con un gasto muscular de energía sin ocasionar apenas cansancio al cuerpo. Está presente tanto en los movimientos como en las actitudes de reposo.

"La descentración muscular es el principio vivenciado a partir de situaciones simples y obtenida por oposición a su contraria, es decir a la contracción. A partir de referencias musculares, cinestésicas y visuales es como el niño puede localizar las sensaciones buscadas, expresar lo que ha visto, lo que ha comprobado, lo que ha sentido"⁵⁶

La educación de la tonicidad muscular es la base de las actividades motrices y posturales que preparan el movimiento, fijan la actitud, sostienen el gesto y favorecen el equilibrio

2) Coordinación.

Para obtener la coordinación se requieren la globalidad de la persona, como los componentes dinámicos espaciales y temporales. La coordinación consiste en el buen funcionamiento y la interacción existente entre el sistema nervioso central y la musculatura. Uno de los órganos de coordinación del movimiento es el cerebro. La coordinación general se compone de movilizaciones globales en la que intervienen aspectos como: la motricidad, el tono muscular, la percepción visual y la organización espacial. La dinámica general implica el manejo del cuerpo y el control del espacio en el que se desplaza. Pero a su vez la coordinación está compuesta de diferentes elementos que a continuación menciono:

a) coordinación viso motriz: Toda coordinación motora depende la interrelación, de la respuesta muscular y la estimulación. En la coordinación oculo-manual (estimulo visual, respuesta motriz-manual), se requiere poseer la imagen mental del movimiento que hemos de realizar. Se incluye las respuestas (no manuales) motrices del cuerpo ante un estimulo visual, como el caso de disparar balones con los pies.

⁵⁶ VAYER, Pierre. (1973). Op. Cit. p. 40.

b) Sincinesias: movimientos parásitos que acompañan a los movimientos finos, para los cuales, no existen una maduración neurológica adecuada (gestos de la boca involuntarios).

c) Relajación: tono y relajación van unidos, la relajación es una expansión voluntaria del tono muscular acompañado de una sensación de reposos. En la educación psicomotriz el trabajo específico tiene los siguientes objetivos: el equilibrio tónico y emocional, la adaptación y regulación del tono a la acción, la disminución de tensiones y la reducción de la hipertonia. Ayuda a corregir las sincinesias, su utilización es mas medica que pedagógica. Siendo el objetivo la estructuración del esquema corporal, nos interesa a partir de la relajación física y global y segmentaría, a base de una toma de conciencia del funcionamiento muscular en la succión de las fases de contracción y relajación. Pierre Vayer menciona que las técnicas de relajación muscular forman la infraestructura de la educación del esquema corporal ya que son el único medio para llevar a cabo la educación de la imagen del cuerpo y a su vez hacen la regulación de la función tónica.⁵⁷

d) Respiración: Está íntimamente relacionada con el psiquismo, la afectividad y otros elementos vitales del cuerpo. Al recibir los pulmones y la cara el intercambio gaseoso correcto, el organismo recibe una parte fundamental para el funcionamiento de órganos vitales como sistema nervioso o digestivo y hace más completa la relajación los movimientos de la respiración pulmonar, llamados de inspiración y expiración respectivamente, son contracciones del diafragma y los músculos costales. Pierre Vayer hace referencia y nos dice que la respiración está íntimamente vinculada a la recepción del cuerpo propio; juego del tórax y del abdomen, pero asimismo a la atención interiorizada indispensable para obtener la resolución muscular global, así como relajamiento segmentaría.⁵⁸

3) Equilibrio.

Los órganos sensoriales como el oído, la vista, el sentido muscular y cenestésico, junto con todas las acciones motrices, mantiene el equilibrio de las tensiones musculares. Se desestímula haciendo pasar a niveles conscientes los actos reflejos de equilibración, puede concentrarse la atención en la planta de los pies. Tres son los aspectos del equilibrio: puede ser dinámico, estático y reposar inmediatamente después de movimiento, el equilibrio abarca todas las

⁵⁷ Ibidem. p. 36.

⁵⁸ Ibidem. p. 41.

coordinaciones astrales, con un ahorro de energía gracias a las informaciones que reciben las impresiones táctiles, kinestésicas, visuales y laberínticas. El dominio postural está sujeto a los desplazamientos de todo el cuerpo, que proporcionan en el individuo seguridad en el plano afectivo, mental y corporal.

4) Lateralidad.

La lateralidad, es el predominio funcional de un lado del cuerpo humano sobre el otro, determinando por la superación que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro. Las personas que utilizan con mayor destreza la mano derecha tienen por hemisferio dominante el izquierdo, este es el que se refiere a las actividades motoricas y manuales. Todo lo contrario es para los que poseen el dominio en la mano izquierda. Además del dominio tónico, la lateralidad también afecta a lo sensorial (vista, oído). Es hasta los 5 y 6 años cuando se consigue el dominio cerebral mediante la acción repetida de los movimientos del cuerpo. Estas son algunas funciones de la lateralidad.

Dominancia:

- El lenguaje-hemisferio izquierdo.
- Pensamiento-hemisferio derecho.
- Diestros totales: habilidad ojo, mano y pies (hemisferio izquierdo dominante).
- Zurdos totales: habilidad en ojo, mano y pies (hemisferio derecho).
- Ambidiestro: habilidad igual de ambas manos.
- Lateralidad: habilidad manual contraria a la del ojo, ojo zurdo, mano diestra.

En caso de haber perturbaciones en la lateralidad las consecuencias pueden ser: lateralidad Zurda, lateralidad cruzada y lateralidad sin definir.

5) El espacio.

En la estructuración del esquema corporal, el movimiento humano se compone del cuerpo, el espacio y el tiempo. El proceso de organización del espacio supone diversas actividades, de exploración y percepción. Para ello el niño necesita tomar conciencia de que el primer sistema de referencia es el cuerpo, en la medida que se logra, se busca también que sea capaz de diferenciar, reconocer y representar gráficamente diferentes situaciones, desplazamientos,

cambios de orientación, experiencias del grupo etc.. Las principales nociones espaciales son la derecha, la izquierda, arriba y abajo delante y atrás.

6) El tiempo.

En la educación del esquema corporal el factor tiempo desempeña un papel fundamental junto a la noción del espacio. Uno de los medios más importantes con que cuenta la educación psicomotriz para concretizar los datos temporales, es el movimiento. Las principales nociones temporales puede capturarlas el niño a través de juegos y otros ejercicios psicomotores, principalmente los de momento del tiempo; antes, después; las nociones de simultaneidad, sucesión, velocidad, periodicidad, duración y estructura rítmica. El ritmo en un sentido muy generalizado se entiende como la coordinación del cuerpo a través de un sonido, con dos polos principales periodicidad y estructura.⁵⁹

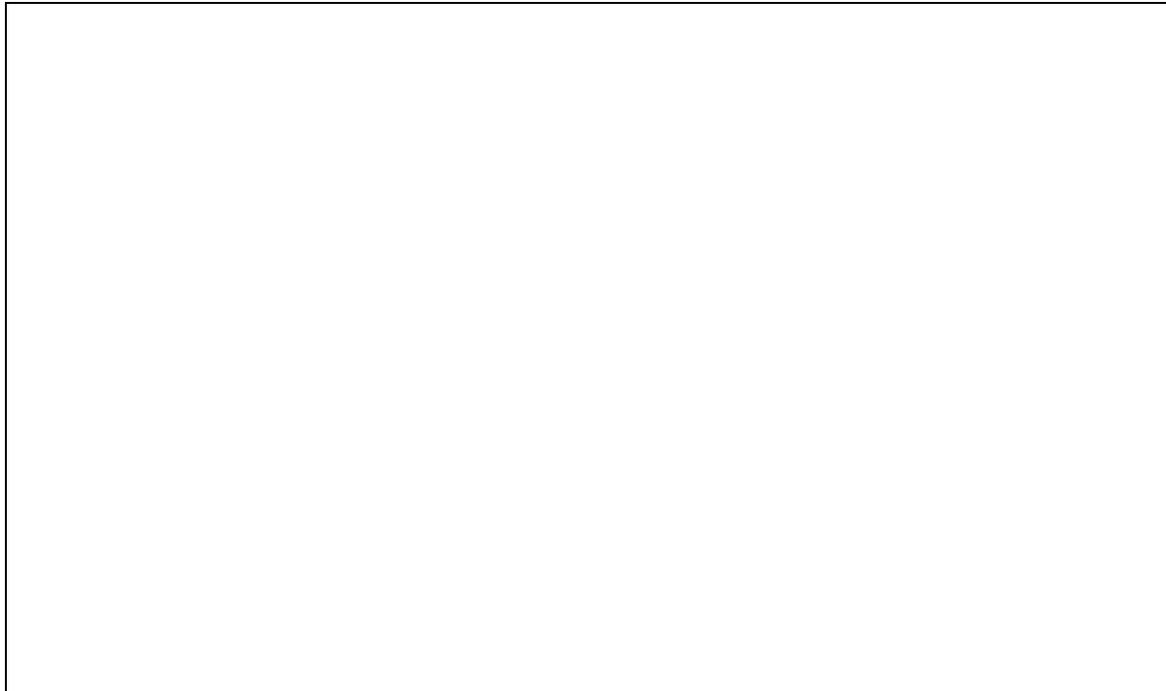
Al tomar en cuenta todas las definiciones, diríamos que el **ESQUEMA CORPORAL** es la organización global de todas nuestras senso-percepciones, para poder desarrollarnos adecuadamente en nuestro medio. En un enfoque netamente pedagógico, la psicomotricidad propone tres aspectos, que se relacionan directamente en las etapas del esquema corporal: **dominio postural, estructuración perceptiva y coordinación motora.**

En el siguiente apartado se vera como ha influido el conocimiento del movimiento en el niño, para su aplicación en los planes y programas de Educación Física en México.

⁵⁹ SEP. UPN. (1994). Desarrollo de la Psicomotricidad. Op. Cit. pp. 37-48.

Apartado III

**Fundamentos teóricos de la
Educación Física y su relación con
los planes y programas**



Apartado III. Fundamentos teóricos de la Educación Física y su relación con los planes y programas.

En el apartado anterior describimos la importancia que tiene para el niño, el conocimiento de si mismo, principalmente de su esquema corporal, que se deriva a partir de la constante repetición de los movimientos de todas las parte de su cuerpo, estos movimientos a su vez, van a causar que el niño desarrolle habilidades tales como el reptar, gatear, sujetar o caminar para ocuparlas después en actividades cada vez más complejas y variadas. Estas actividades no solamente implican la acción corporal y motriz ya descritas en el tema 2.3 del apartado anterior, sino que también la acción del pensamiento, que requieren tanto a la memoria como a la atención para su ejecución, esta dualidad mente-cuerpo es la que lleva al individuo a la adquisición del conocimiento intelectual, social, cultural y físico. Ahora bien, dentro del contexto

educativo y principalmente en la Educación Física ¿cómo influyen estos factores (movimiento-pensamiento) para obtener un buen rendimiento físico y escolar? Comenzaremos por analizar lo que es la anatomía y la fisiología humana, así como su relación con el aparato locomotor y la acción del movimiento en él, principio educativo de la Educación Física.

3.1. Anatomía, fisiología humana y su relación con el aparato locomotor.

La educación física en su naturaleza pedagógica se orienta a promover el desarrollo físico, social, mental y emocional en el individuo, ocupando principalmente la actividad del cuerpo como eje de todo movimiento, está a su vez, se basa en el juego en sus tres modalidades: juegos naturales, juegos con reglas y circuitos de acción motriz⁶⁰, y también utiliza a la expresión corporal que incluye la mímica, la danza, el baile, el teatro y **la gimnasia**, por su gran variedad de movimientos en diferentes posiciones y formas.

En todos estos juegos, expresiones artísticas y deportivas, se lleva a cabo por parte del individuo una gran actividad corporal y destrezas neuromusculares que ocupan el sentido del espacio, el tiempo y la coordinación, para lograr las habilidades deportivas e intelectuales necesarias para su desarrollo físico, el respeto hacia los demás, su patria, así mismo y por la reglas del propio juego, esto es, la Educación Física, es el medio fundamental para alcanzar objetivos que propicien la satisfacción del sujeto, que repercutan en su salud y ayuden en su aprendizaje escolar.

En el tema presente, se da una visión sobre el funcionamiento de los órganos, aparatos y sistemas ligados con el acto motor (ejecución de movimientos), así como también las posibles lesiones en el aparato locomotor vistos desde una perspectiva genética y de la propia de la actividad física. Podemos decir que la constitución del cuerpo humano se estudia de acuerdo a su anatomía y a su fisiología, que son la base del desarrollo motor en el ser humano, a continuación los estudiamos de forma separada para poderlos entender.

1. Anatomía del aparato locomotor

El aparato locomotor es el principal responsable de la función motora, especialmente en aspectos relacionados con el movimiento, unas de sus definiciones lo describe así:

“Aparato locomotor se denomina al conjunto de huesos, articulaciones y músculos que permiten que el hombre pueda desplazarse y realizar movimientos en general”.⁶¹

Dicho de otra forma podemos decir que el movimiento, son los cambios de posición de los cuerpos en el espacio; estos cambios se producen por fuerzas originadas por el propio aparato locomotor. Este se puede analizar desde tres perspectivas vistas desde un punto físico fundamentado en la teoría de la regularización:

- 1) La **dirección** de movimientos (el establecimiento del regulador y sus mecanismos auxiliares), es decir, los ámbitos neurofisiológico y psicológico, comúnmente llamado sensomotricidad, esto es, toda actividad corporal se realiza utilizando todas las partes del cuerpo, interactuando la mente y el cuerpo para ejecutarlo.
- 2) La **estructura** de los cuerpos movidos y en movimiento; por ejemplo el cuerpo humano que tiene plurifuncionalidad, compuesto de huesos, articulaciones, músculos y tendones y es considerada una cadena regulada. Se trata de la anatomía y fisiología humana.
- 3) La **Fuerza** que produce determinadas formas del movimiento en los cuerpos o masas de acuerdo con diferentes leyes como por ejemplo: la mecánica como campo concreto de la física. En parte se trata de fuerzas producidas por el sistema (fuerzas internas o musculares), y en parte el cuerpo se expone a determinadas fuerzas externas (procedentes de otras fuentes, como la propia tierra).⁶²

Es por esto que para el estudio del movimiento, se hace necesario recurrir a algunos tópicos de la física, que es la encargada del estudio de los cuerpos tanto en movimiento como en reposo, así como de las diferentes fuerzas que interviene en su realización, por lo que a continuación mencionaremos los términos más importantes en este campo y que servirán en la continuación del estudio sobre el movimiento del niño. **La mecánica** se encarga de estudiar el movimiento que se divide en tres ramas: **Estática, Cinemática y Dinámica**. La dinámica explica los movimientos reales a través de las masas existentes y de las fuerzas ejercidas sobre las mismas. Estas a su vez se divide en estática (equilibrio de fuerzas sobre un cuerpo en reposo) y en la cinética (movimientos de los cuerpos provocados por la fuerzas). Así por lo tanto la

⁶⁰ SEP. (2002-2003). Fichero de Actividades, Educación Física. Primer ciclo. México. pp. 10-12

⁶¹ CORPAS, R. Francisco J, Toro, B. Salvador y Zarco, R. Juan A. (1993) Educación Física en la Enseñanza Primaria. Aljibe. Málaga. pp. 43-61

⁶² BÄUMLER, Günter y S. Klaus (1989). Biomecánica Deportiva. Ed. Roca. Barcelona .pp. 9-13

cinemática contraria a la dinámica, describe los movimientos, representándolos en relación a espacio y tiempo, es decir hacia donde se dirige un movimiento y la cantidad de tiempo utilizado para ejecutarlo.

De acuerdo con lo anterior el aparato locomotor sirve para que el individuo pueda ejecutar movimientos simples o complejos que le permitan realizar actividades creativas dentro de un contexto educativo, podemos poner como ejemplo cuando el niño aprende una tabla rítmica, en donde se pone en juego la mayoría de sus sentidos, vista, oído y tacto, que le ayudan a delimitar y entender el tiempo de cada movimiento ejecutado en una acción. Ahora bien, el aparato locomotor se encuentra estructurado o dividido en dos grandes campos en el sujeto, que a continuación vemos.⁶³

a) Aparato locomotor pasivo o anatomía funcional

Está compuesto de diferentes partes del cuerpo principalmente comprende los huesos, cartílagos, tendones y ligamentos que se explican de la siguiente forma:

Los huesos: Están unidos entre sí, por tejido que, permiten la movilidad de los huesos adyacentes⁶⁴, a esta unión se le denomina articulaciones. Los huesos son duros y fuertes que forman el chasis del cuerpo y sus funciones son la de soporte (postura y estabilidad), de palanca (rotación en las articulaciones), la de amortiguamiento (soporte de cargas) y por último una función protectora (se protege a los órganos sensibles como el cerebro). Pero por otra parte forma elementos de sangre (glóbulos), almacena minerales y en consecuencia hacer posible el movimiento.

Articulaciones: Son la unión entre los huesos, se pueden clasificar de acuerdo a su movilidad y unión, las cuales reciben por nombre:

- Sinartrosis: Articulaciones fijas que coaptan (unen) piezas óseas inmóviles, entre estas se encuentran las uniones de los huesos del cráneo y la cara.

- Sinfibrosis: Se determina así, a la unión por tejido conjuntivo fibroso (suturas craneales), es decir un hay contenido de líquido sinovial, entre hueso y hueso.

⁶³ RUEDI, K. Hans, S. Hans, T. Thomas y V. I. Edith. (1991). Gimnasia. Entrenamiento de la Fuerza. H. EUROPEA. Barcelona. pp. 137- 148

- Sindesmosis: Unión por tejido ligamentoso (tibia-peronea), en este caso, los ligamentos actúan como ligas para poder darle movimiento a las rodillas, codos etc.

- Anfiartrosis: Son las articulaciones con poca movilidad, sin cavidad articular verdadera (articulaciones entre cuerpos vertebrales), por ejemplo la columna vertebral.

- Diartrrosis: Articulaciones con mucha movilidad y con cavidad articular. Como el cartílago articular (hialino) que cubre los extremos de los huesos y la articulación esta rodeada por una cápsula articular⁶⁵. Estas articulaciones, diartrosis además contienen el liquido sinovial, que, reduce el rozamiento entre las superficies articulares y nutre a el cartílago. Estas articulaciones de acuerdo a su movimiento y eje se subdividen en tres tipos:

- Articulaciones de un eje: Solo permiten movimientos en un plano, como la flexión y la extensión (la articulación del codo, trolcar o bisagra)
- Articulaciones de dos ejes: Movimientos en dos planos, como la flexión, extensión, abducción, aducción (articulación del pulgar: encaje reciproco “carpo-metacarpo”).
- Articulaciones de tres ejes: Además de los movimientos bidimensionales (como adelantar y atrasar la cadera) también se permiten rotaciones (cadera, hombro-enartrosis o esferoide).⁶⁶ Ver la figura.

Fig. 1. Movimiento articular humano. Tomada de: Anderson, Bod., Ed.,Burke., Pear, Hill. Estar en forma. p. 124

⁶⁴ Se refiere a los huesos que están unidos de frente o cara a cara, como los dedos de las manos.

⁶⁵ CORPAS, Francisco. Op. Cit. p. 44

⁶⁶ RUEDI, K. Hans. Op. Cit. p.138

A partir de estas acciones, el sujeto puede ejecutar movimientos que en un proceso inicial, pueden ser lentos y muy poco coordinados, pero con el paso del tiempo adquirirá la habilidad para que estos movimientos sean veloces y fuertes hasta lograr una complejidad que le ayude a ser creativo y obtenga destrezas manuales, visuales e intelectuales.

- Los ejes y planos del movimiento.

El movimiento del cuerpo humano se efectúa a través de tres ejes y de los tres planos que estos originan. Por lo que a nivel de articulaciones, existe desplazamientos en tres planos, derivados de las dimensiones del espacio y se hallan en ángulo recto entre si:

- Plano sagital (antero-posterior): Es vertical, se dirige de adelante atrás y divide al cuerpo en parte derecha e izquierda.
- Plan frontal: Es vertical, va de izquierda a derecha y divide al cuerpo en parte anterior y posterior.
- Plano transversal. Es horizontal y divide al cuerpo en parte superior e inferior.

A esta situación general son excepciones la movilidad en escapula, clavícula y pulgar. La posición anatómica del individuo es la postura convencional de pie frente al observador y las palmas de las manos hacia en frente, el plano anatómico son los descritos arriba que dividen al cuerpo en segmentos: cabeza y cuello, tronco y extremidades. El tórax se divide en 9 regiones, por lo tanto el organismo se divide en varias cavidades conectadas entre sí. Ver Fig. 2

1. Los tres ejes del movimiento se realizan con respecto a la posición anatómica (de frente a una persona), vertical, transversal y sagital. A continuación analizaremos los términos utilizados en el movimiento articular.

- Flexión, desplazamiento sagital, aproximación de una superficie anterior o posterior, de un segmento corporal adyacente (cabeza, tronco “plano frontal”, hombro, cuello, cadera, codo, rodilla, etc.)
- Extensión. Movimiento contrario, desde la posición flexionada hasta la posición anatómica. Opuesto a la flexión, se realiza en el plano sagital (tronco, hombro, codo, rodilla y cadera)
- Hiperextensión. La extensión continúa más allá de la posición anatómica (codo, tronco).
- Abducción. Alejamiento de la línea media de un segmento del cuerpo, plano frontal (cadera, hombro).
- Aducción. Volver a la línea media desde una posición de abducción, contrario a este y se realiza en el mismo plano frontal, el codo y las rodillas no presentan abducción ni aducción.
- Rotación. Se origina sobre el eje mayor de un hueso (rotación de la cabeza, cadera, hombro. Hay dos tipos de rotación articular:
 - a) Interna. Cuando la cara anterior del miembro gira hacia adentro.
 - b) Externa. Gira hacia fuera.
- Circunducción. Una parte del cuerpo describe un cono cuyo vértice esta en la articulación y cuya base esta en el extremo distal de dicha parte (Circunducción de hombro y cadera). Ver Fig. 3. Este tipo de movimientos los encontramos principalmente en la parte inferior, cintura pélvica (sacro, pelvis), muslo (fémur), pierna (tibia, peroné) y pie (tarso, metatarso, dedos).

Fig. 3. Ejemplos de movilidad articular: Tomado de Corpas F.S y Zarco. 1993 p. 47

Estos tipos de movilidad articular nos sirve para realizar diferentes tipos de movimientos en diferentes direcciones que ayudan al educando a orientarse, coordinarse y tener un punto de referencia en un espacio y un tiempo determinado de dicha actividad

b) Aparato locomotor activo ó mecánica de los músculos esqueléticos

Es aquí donde se utiliza la energía producida por los diferentes alimentos consumidos por el individuo durante el día. Los músculos están compuestos por el tejido muscular, que es quien se encarga de producir los movimientos del cuerpo, que son la base principal de la Educación Física. Se pueden mencionar tres tipos de músculos; los lisos, estriados y cardiaco, aquí solamente el último posee una función motora, es decir el corazón por si solo tiene movimiento al bombear sangre al organismo. Es la fibra muscular la unidad de acción del músculo, las fibras a su vez se unen para formar fascículos y estos a su vez conforman el músculo. Las propiedades funcionales de la fibra muscular son: la **excitabilidad**, que es la capacidad de reacción ante los estímulos externos (nervio motor), la **conductibilidad**, que es la facultad de transmitir a todo el protoplasma, en dirección longitudinal, el estímulo recibido, la elasticidad que es la capacidad de recuperar su forma primitiva y la contractibilidad, que es la capacidad para sufrir cambios internos de tensión (disminución en longitud y aumento de grosor en estado de reposo).

La contracción muscular se da cuando el músculo al acortarse, tenderá a aproximar sus dos extremos, las miofibrillas musculares (tiras que componen la fibras musculares), están compuestas por proteínas (actinas y miosinas) que se deslizan entre si, en combinación con un gasto energético, lo que produce un acortamiento del sarcómero. Esta contracción se da de dos maneras: Isotónica (del mismo tono o tensión), donde existe movimiento y trabajo, que a su vez se divide en Concéntrica (con aproximación) y Excéntrica (con separación), en la fase

Isométrica (de la misma longitud o medida), no hay movimiento ni trabajo, aunque para el aparato locomotor, la primera parece la mas importante, sin la segunda la que da la postura no seria posible el acto motor.

Ahora bien las acciones musculares, en condiciones normales trabajan en grupos para producir el movimiento coordinado, por ejemplo, para mover el codo se necesita un grupo de músculos (flexores, bíceps y braquial anterior). La tensión del músculo depende de varios factores, como el tamaño muscular, el número de fibras y entre otros. Dependiendo de su acción el músculo realiza las siguientes funciones:

- *Función Agonista.* Actividad funcional en el mismo sentido de la ejecución del movimiento, el tríceps es un músculo agonista en la extensión del brazo, en la ejecución hay un agonista primario y agonista secundario que ayuda al primero en el movimiento.

- *Función Antagonista.* Opuesta a la primera, el bíceps en la extensión del brazo. En la primera parte la función agonista se inhibe; actuando después como controlador de la función agonista,

- *Función fijadora.* Fija un hueso para anular el movimiento de éste cuando un músculo agonista se inserta en él, por ejemplo: el ejercicio de flexionar la cadera en tendido supino.

- *Función Sinergista.* Anula o neutraliza contracciones que pueden ser nocivas para el movimiento y puede ser verdadera cuando el músculo se contrae: los extensores de la muñeca al flexionar los dedos y cerrar el puño. Concurrente, ocurre durante la acción de dos músculos, con acción articular común y que por separado tienen una acción secundaria antagonista entre ambos: los músculos abdominales oblicuos, mayor derecha e izquierda en la acción de sentarse. Por lo tanto, estas funciones dependen de la integridad de los sistemas neuromusculares y de su coordinación con el sistema nervioso central.

2. Fisiológica y actividad física ⁶⁷

⁶⁷SEP. MAGRANER, R. Xavier (2003). Antología de Educación Física. México. pp. 45-51

Nuestro organismo se mueve gracias a los músculos, estos a su vez reciben información del cerebro, que a través de nuestra experiencia y la herencia genética, está programado para dar información a todo el cuerpo, pero el cuerpo necesita energía para llevar a cabo el movimiento y realizar un esfuerzo físico. Esta energía la obtenemos a través de los alimentos que ingerimos diariamente, así como también por el oxígeno que respiramos. Los alimentos pueden ser estructurales, que permiten que el cuerpo tome forma y volumen (minerales, proteínas) que forman huesos y masa muscular, también hay alimentos energéticos, que son los que se gastan y transforman, para producir la energía, que nos permite vivir (actividad basal, hidratos de carbono y las grasas o lípidos), por último los alimentos de soporte, que actúan como biocatalizadores, acelerando las reacciones del organismo (no pertenecen a un órgano en concreto).

El oxígeno es el combustible del cuerpo, se introduce por las vías respiratorias como oxígeno y lo quemamos para producir anhídrido carbónico (CO_2), pero tanto los alimentos como el oxígeno no todos se convierten en energía, sino que, hay ciertos desperdicios desechados por medio de la orina, la defecación y la espiración.

El corazón es la bomba que irriga la sangre a todo el cuerpo, por medio de las venas y arterias que conducen al oxígeno, agua, hormonas, grasas y otras, a los órganos que lo necesitan. El corazón se compone de dos partes, la derecha, que moviliza la sangre venosa, cargada de CO_2 y la izquierda, que está encargada de propulsar la sangre arterial, el bombeo de la sangre se produce por una serie de contracciones y relajaciones de las cavidades cardíacas, la contracción que propulsa la sangre hacia fuera de la cavidad se denomina sístole, y la relajación, diástole. El corazón en tamaño no es el mismo para todos, el del niño es más pequeño que el del adulto, un atleta tiene el corazón más grande que un individuo sedentario (no tiene movimiento constante). La incidencia del esfuerzo sobre el volumen del corazón no es la misma. Los esfuerzos de carácter anaeróbico,⁶⁸ aumentan más el grosor de la parte izquierda del corazón, los esfuerzos aeróbicos⁶⁹, aumentan más el volumen de las cavidades.

El ritmo cardíaco depende de la edad y de la actividad corporal, para un niño de 6 años, el ritmo debe de ser de 85 pulsaciones/minuto, pero puede variar de acuerdo a la actividad del niño, el

⁶⁸ Anaeróbica. Sistema energético que no necesita de oxígeno para la producción de energía (ejercicios de poca duración).

⁶⁹ Aeróbica. Los elementos de base son los sustratos (glucosa, ácidos grasos y proteínas) son metabolizados en presencia de oxígeno (trabajos físicos prolongados).

bombeo de sangre que el corazón manda al organismo, aumenta al hacer algún tipo de deporte, el niño entrenado bombea 0.15 litros por 40 latidos y el niño sedentario bombea 0.08 litros por 75 latidos.

- La formación del movimiento en el niño.

La contracción muscular al practicar un deporte es mayor y continua, las proteínas musculares (actina y miosina) al recibir el impulso, utilizan la energía que nos proporciona la ruptura de la molécula ATP + P (adenosintrifosfato), que es el compuesto que posibilita la contracción muscular y los carbohidratos, grasas y el O₂. Al contraerse la fibra muscular se deshace una molécula de ATP y la transforma en una de adenosindifosfato (ADP), que carece de la capacidad para provocar una nueva contracción. Por lo tanto la glucosa, los lípidos (grasas) y el O₂, tienen como objetivo conseguir mediante reacciones químicas, que el ADP sea capaz de volver a absorber el fósforo (P) perdido, de forma que se pueda provocar una nueva contracción del músculo. Es decir, la transformación de energía química en energía mecánica (acción del movimiento). Para convertir el ADP (moléculas inactiva) en ATP activo se utilizan tres sustancias energéticas: los carbohidratos, las grasas y pequeñas cantidades de fosfato de creatina, que el músculo contiene en reserva para producir ATP ante un esfuerzo. El fosfato inicia la acción y la glucosa se comienza a romper, formando dos moléculas de tres carbonos (ácido pirúvico), liberando la energía química suficiente para resintetizar dos ATP nuevos, el ácido pirúvico, entrara en la mitocondria celular (carburador), donde se mezcla con el O₂ (glucosis oxidativa) y hará posible la resintetizacion de 36 nuevas moléculas de ATP, que permitirán continuar nuevas contracciones musculares.

Las vías de producción de energía se dan en un primer caso (acción del fosfato de creatina) vía anaeróbica aláctica, la vía anaeróbica láctica, es cuando la glucosa pasa ácido pirúvico, y cuando se produzca intervención de O₂, se llamara vía aeróbica. Al producirse un esfuerzo grande y la cantidad de O₂ no es suficiente para oxidar el ácido pirúvico y al seguirse rompiendo glucosas, el ácido pirúvico, se transforma en ácido láctico que impide la contracción muscular y puede causar lesiones en el organismo si se continua con el esfuerzo. Esta vía es la denominada, vía anaeróbica láctica.

- Enfermedades y lesiones en el aparato locomotor

En primer lugar conoceremos algunos elementos que conforman el aparato locomotor para situar las alteraciones que puede tener este, en el proceso de la actividad física.

Fig. 4. Anatomía de una articulación y el músculo humano: Tomada de Anderson, Bod. Op. Cit. p. 121-123

- Elementos estáticos: (huesos, cartílagos, sinoviales, cápsulas, sinoviales, vasos, nervios y tendones)
- Elementos dinámicos (fibras musculares). Ver fig. 4

Las alteraciones en el aparato locomotor se pueden dividir en enfermedades y lesiones. Dentro de las primeras se encuentran dos tipos de enfermedades:

A) De tipo evolutivas

Dadas por condiciones individuales que predisponen alteraciones en el proceso normal de crecimiento, como la osteocondrosis que puede aparecer entre los 5 y los 7 años y los 10 y 13 años y es una alteración vascular que provoca una necrosis en la epífisis ósea y una fibrosis en la metafisis y provoca limitación en el movimiento.

- La Osteocondritis deformante de la cadera juvenil (enfermedad de Legg-Calvé-Perthes) en la zona femoral proximal, aparece en niños de 5 y 7 años y es el acortamiento del cuello del fémur y un aplanamiento de la cabeza femoral.
- La Osteocondritis del tubérculo proximal de la tibia, aparece entre los 9 y 14 años, y reduce la acción de extensión muscular.

- Epífisis vertebral, o enfermedad de Schevermann, aparece entre los 12 y 16 años, provoca la redondez de la columna, y puede causar cifosis verdadera.

B) Por una incorrecta actitud postural

Dentro de estas encontramos a la:

- Lordosis, comúnmente llamada hiperlordosis lumbar, puede ser congénita o constitucional y se da por un incorrecto equilibrio de la posición del a pelvis.
- Escoliosis. Es la desviación lateral del raquis, asociada a una deformación de las estructuras óseas, que evolucionan en los tres planos del espacio.
- Cifosis. Exageración o inversión de una curvatura antero posterior.

Todas estas enfermedades se encuentran principalmente en la columna vertebral.

- Dentro de las lesiones por la práctica de una actividad física, encontramos que pueden ser de dos tipos:

- Extrínsecas, que se producen por agentes externos, como el clima (frío o caliente), material deportivo (calzado, ropa, aparatos y otros).
- Intrínsecas, dadas por la práctica deportiva, como falta de calentamiento, deshidratación, mala alimentación, atrofias musculares entre otros.

- Dentro de las lesiones óseas, encontramos a la periostitis traumática (hematoma), las fracturas que pueden ser cerradas o abiertas, hemorragias internas o externas (sangrado), heridas.

- Para las lesiones articulares encontramos los esguinces en tres niveles; al producirse, de inmediato se inflama la parte afectada, luxaciones, que son la separación entre dos articulaciones, total o parcial.

- De las lesiones musculares encontramos a los calambres por fatiga o mal calentamiento, rupturas fibrilares parciales (afecta a un haz o fascículo fibroso) y total (con separación entre las dos fibras).

- La tendinitis que es el aumento de tamaño o inflamación de un tendón, tenosinovitis que es la reactividad inflamatoria de las vainas sinoviales que imposibilitan el movimiento. Estas lesiones

se pueden clasificar cómo benignas (contusión, elongación y contractura) y severas (desgarro, ruptura).

Por otro lado para la realización del ejercicio debemos de tomar en cuenta las características del sujeto. Sheldon(1970), hace una clasificación en tres tipos:

- Endomorfia. Sujeto con predominio de las redondeces del desarrollo visceral.
- Mesomorfía. Sujetos relativamente fuertes con predominio de lo muscular y óseo (resaltando las estructuras somáticas)
- Ectomorfía. Sujetos de extremidades largas, delgadas y frágiles, con predominio de un desarrollo muscular y visceral débil.

Es así como el aparato locomotor al estar compuesto por una función anatómica y una fisiológica, en donde esta implicado el desarrollo neuromotor, óseo y muscular, están todos complementados para efectuar el movimiento. Ahora bien, con la llegada de la infancia, la motricidad refleja desaparece y se inicia el proceso de consolidación de la autonomía motriz. El desarrollo psicomotor implica una diferenciación progresiva de funciones, así como una diferencia perceptiva y sensorial. Todo debido a una buena funcionalidad locomotora que es la base de las habilidades motrices y neuromotoras. Pero como funcionan en el desarrollo del aprendizaje motor estos elementos anatómicos y fisiológicos, en el siguiente tema daremos una breve explicación.

3.2. Desarrollo del aprendizaje motor en el niño.

Como vimos en el tema anterior, el aparato motor se compone de una anatomía y una fisiología, pero al llevarlos a un proceso educativo pedagógico, dentro de la educación física, el resultado del aprendizaje siempre va a ser el movimiento. En el movimiento siempre van a intervenir dos tipos, en el primer lugar la movilidad de los miembros inferiores y en segundo, la movilidad de los miembros superiores.

Para el desarrollo y el crecimiento del niño hay factores que intervienen para lograr un buen proceso educativo en él, como lo son las evaluaciones para medir el estado motor del niño, estos deben ser fiables, objetivos y validos en su aplicación, además la evaluación deberá de llevarse en un proceso de recogida de Información, análisis de los datos y por ultimo una

interpretación de los resultados. Por otro lado los instrumentos de evolución deben contemplar aquellos cuyo carácter es fundamentalmente de tipo motor, así como los de carácter psicomotor, en combinación con lo cognitivo y perceptivo-motor, junto a los de carácter social que son los dominios de la conducta humana.⁷⁰

Por esta causa, el proceso educativo de la Educación Física en estos puntos de crecimiento y desarrollo a nivel primaria, se debe guiar por el conocimiento general de las características básicas que condicionan el desarrollo evolutivo a través de las diferentes edades, sobre todo en los tres primeros años, en donde el profesor deberá conocer de manera profunda el cuerpo y pensamiento del niño para facilitar y colaborar en los procesos del desarrollo de éste, sobre todo en las necesidades de movimiento y con los relacionados con las conductas motrices básicas tales como: los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, recepciones, trepas y golpeos, basados en la educación del aprendizaje motor del niño.

“En los primeros años de vida del ser humano, el acto motor es el vehículo a través de los cuales la cognición y la percepción se desarrollan y expresan... es el movimiento el primer elemento con que nutre sus estructuras nerviosas. El movimiento es para el bebe conocimiento de si mismo y del medio, es independencia y seguridad, es lazo de unión con sus padres y con los objetos, es estímulo y es respuesta”⁷¹

Dentro de este aprendizaje motor en el niño, podemos encontrar modelos, procesos de enseñanza, el mismo aprendizaje⁷² motor y los mecanismos y factores que intervienen en su formación que a continuación se explicará.

Henry Wallón⁷³ nos dice que el acto motor o movimiento no solamente se basa en esta acción, sino que gracias a el acto se inserta en el instante presente, ya sea por sus condiciones y objetivos, de inmediatamente eficiente el movimiento se convierte en técnico simbólico y se refiere al plano de la presentación y del conocimiento, es decir las acciones motrices se adaptan al mundo exterior, por un proceso de imágenes que se representan en la acción, que es el efecto de la representación preceptiva o intelectual.

⁷⁰ CORPAS, F. J. Op. Cit. pp. 76-81.

⁷¹ BENAVIDEZ, Helda Ma. (1982). Juegos Para el Desarrollo Motor. Ed. Pax. México. p. 9

⁷² Gagne define al aprendizaje como el cambio de la disposición o capacidad humana con carácter de relativa permanencia y que no es atribuible simplemente al proceso de desarrollo. Así, J. D. Lawther(1968), define al aprendizaje motor como el aprendizaje en el cual los movimientos del cuerpo tiene la función más importante

⁷³ WALLON, H. (1989). La Evolución Psicológica del Niño. Grijalbo. México. p. 131.

Conforme el niño crece, sus posibilidades motrices también lo hacen, volviéndose más complejas y por lo tanto su aprendizaje también varía. Este aprendizaje motor es derivado de la propia conducta del niño y siempre se da de manera continua, es decir comienza por las destrezas más simples que adquieren desde su nacimiento y las ocupa en su etapa escolar.

“La conducta del hombre se modifica y adapta normalmente por medio del entrenamiento y la experiencia; esta regla útil para todo tipo de aprendizaje en general, lo es también para la Educación Física, la cual toma los esquemas y principios que la psicología establece como modelos explicativos de los procesos de aprendizaje”.⁷⁴

Este aprendizaje motor origina cambios en el organismo, al ser el resultado directo de la práctica, basado en la experiencia y el entrenamiento que son susceptibles de observación y de registro en sus posibilidades de acción motriz debido a aprendizajes anteriores, por lo que el aprendizaje motor tiende a cambiar la conducta para la adaptación al medio mediante la progresiva adaptación en los movimientos que tienden a ser más complejos y sofisticados (jerarquización de las destrezas).

Pero ¿puede el ejercicio precipitar los procesos de maduración en el niño? Según Mc Graw (1933), el ejercicio durante la maduración no influyen demasiado en las actividades filogenéticas, tales como agarrar, alcanzar, arrastrarse o gatear, es decir en las funciones locomotrices más básicas, pero sí puede influir en las funciones ontogenéticas, como agarrar los cubiertos, abrocharse la ropa, recortar, nadar y patinar entre otros, es decir las ramas más complejas se pueden modificar mediante el entrenamiento.

Es así que uno de los propósitos de la Educación Física, es tratar de recuperar algunos aspectos no desarrollados en la etapa infantil del niño , pero también trata de mejorar otros cuando se encuentra en la etapa de educación primaria. Los modelos de aprendizaje motor en el niño, es su mayoría son de tipo psicológico, pero debemos de tomar en cuenta que existen otros de tipo Físico y Biológicos que están íntimamente ligados y que no se contemplan en los primeros pero forman parte del ser humano, tanto en su desarrollo así como de su crecimiento, estos modelos son:

a) Modelos físicos desde el punto de vista de la biomecánica.

Principalmente fundamentados en las leyes de la mecánica, la dinámica y la cinemática que son tomadas de la propia construcción anatómica humana. La biomecánica explica el

aprendizaje motor por medio de las consideraciones de las diferentes palancas que componen los huesos y los músculos. Los movimientos, sus trayectorias y velocidades, son debido a las diferentes fuerzas externas. En este caso la biomecánica sólo es aceptada en el deporte de alto rendimiento y no en el proceso de aprendizaje escolar.

b) Modelos Biológicos⁷⁵

En estos modelos podemos encontrar los antropométricos, evolutivos y energéticos y tratan de explicar el aprendizaje desde un punto de vista biológico donde se analizan los aspectos estructuras y funcionales. Centrar los procesos de aprendizaje en la maduración o en la estructura biológica de la persona, lleva al individuo a aprender en función de su propia maduración o desarrollo fisiológico, que para el aprendizaje, no solamente esta en función de estos, sino que se apoya en otros modelos.

c) Los modelos Psicológicos.

Estos modelos se basan en un aprendizaje de tres fases:

- 1) Un estímulo que activa el proceso
- 2) Neurofisiológico que su vez genera una conducta y la
- 3) Respuesta.

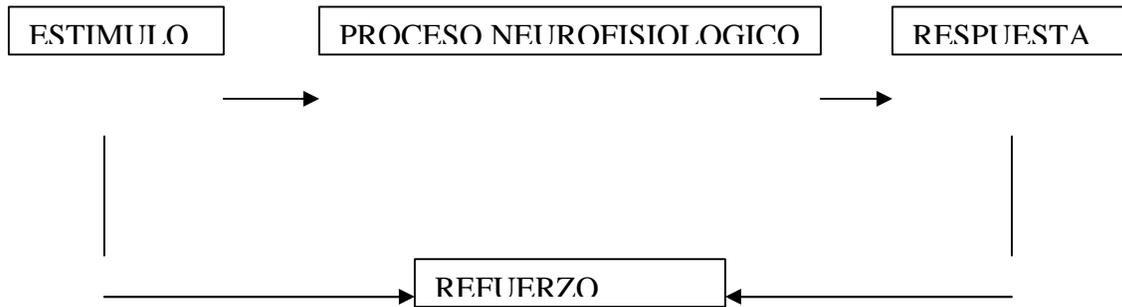
Estos a su vez se dividen en dos corrientes:

Primeras: Asociacionistas que se derivan del aprendizaje animal llevados al aprendizaje motor. Aquí podemos encontrar los modelos de: Las teorías del paradigma operante y respondiente (descritas en el tema 2 del apartado II); la frecuencia en la emisión de la respuesta, dentro del operante. Pero también encontramos la imitación, el moldeamiento, el encadenamiento de respuestas o la motivación, entre otros factores que puedan facilitar el proceso de aprendizaje motor, aunque nunca explicarlos por si mismos.

Para la Educación Física, estos modelos son de gran importancia con respecto a la asociación estímulo-respuesta, base de los fundamentos técnicos y tácticos del movimiento, luego en los procesos de recompensa, motivación y estimulación por parte del profesorado para dar el aprendizaje a sus alumnos, por ultimo del refuerzo y su ligazón al estímulo, siendo los resultados verdaderos estímulos de las conductas motrices.

⁷⁴ CORPAS R, F, F. Op. Cit. p.131.

Dentro de estas teorías podemos encontrar las del reflejo condicionado de Pavlov, las del aprendizaje por tanteo de Thorndike y las estudiadas por Skinner, que son las respondiente y las operantes explicadas en el siguiente esquema, que tiene una aplicación práctica con la Educación Física.



Esquema 1. Proceso educativo de la Educación Física. Tomada de: Corpas Rivera J. Francisco. Educación Física en la enseñanza primaria. p. 137

En este esquema podemos ver la importancia del refuerzo y su ligación al estímulo, siendo los resultados los verdaderos estímulos de las conductas motoricas.

Por otro lado encontramos el aprendizaje latente que tiene lugar aún cuando el niño no tenga intención o impulso particular para aprender, es decir, el niño puede llegar a un aprendizaje posterior más rápido como consecuencia de la mera asociación con una situación de aprendizaje anterior, además el aprendizaje por observación o imitación (edad infantil) es de gran utilidad en la educación Física debido a que el niño aprende de las conductas observando a alguien que las realice (importancia del modelo). Además de esto, podemos encontrar los modelos psicometricos para evaluar niveles de aprendizaje en el cual Fleisman (1972), quien ha detectado 11 aptitudes psicomotrices y 9 aptitudes físicas como cualidades que explican las diferencia individuales en el aprendizaje motor.

“La individualización de los movimientos corporales es uno de los aspectos más importantes del estudio del aprendizaje de las destrezas motrices. La individualización significa una disociación parcial de los movimientos específicos que se requieren para un propósito determinado.”⁷⁶

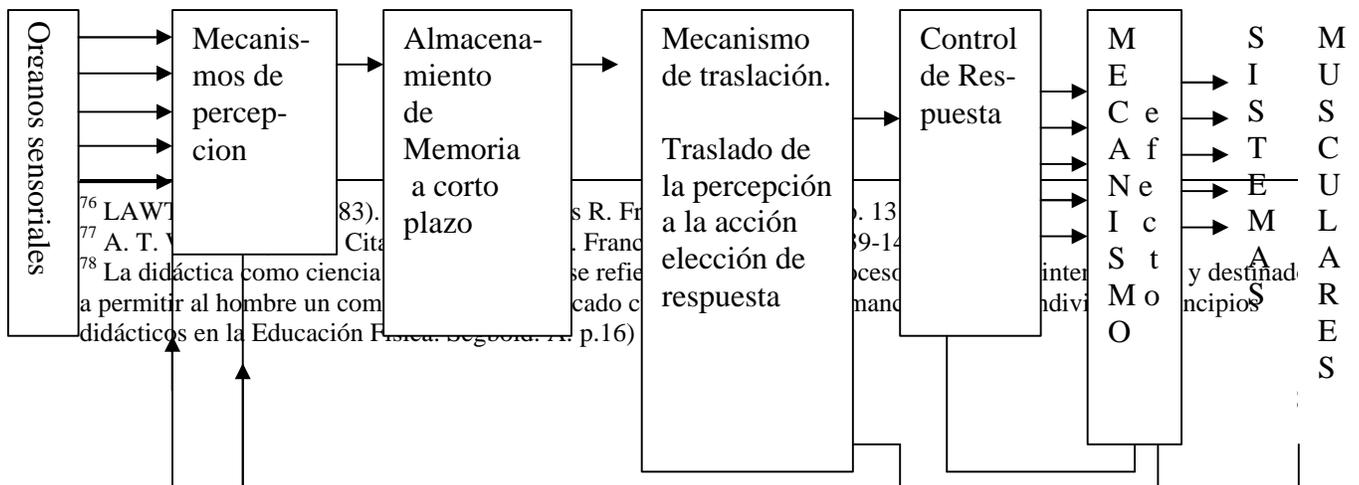
Segundos: Modelos cognoscitivos, dentro de estos modelos Corpas distingue dos que para el son las principales para la comprensión y análisis del aprendizaje motor.

⁷⁵ VARGAS D. Armando y Palacios V. P. (1992). Anatomía, Fisiología e Higiene. Continental. México. pp. 22-23.

- Los cibernéticos. Estos modelos se basan en el principio del “feedback” o de retroalimentación de la información, en el cual el proceso de información es continuo, utilizándola momento a momento. En este modelo Adams (1971) distingue la fase verbal y la motriz, donde separa la información que el individuo recibe en el subconsciente o por automatismos, aquí juegan un papel relevante la huella de la memoria o imagen mental de lo que se pretende hacer, y de huella perceptiva, o información sobre la ejecución del acto motor. La huella perceptiva comparándola con la imagen modelo (retroalimentación), realizan una serie de ajustes, para adaptar la ejecución del acto motor o tarea motriz a la imagen modelo. Es por esta teoría de Adams, del circuito cerrado, que se da el aprendizaje de tareas motrices continuas, en las que existe la posibilidad de ajuste durante su ejecución, y un ejemplo de esto son los desplazamientos.
- Procesamiento de la Información.

En este modelo A.T. Welford (1976)⁷⁷, concede a la ejecución y el aprendizaje de habilidades y destrezas como un sistema de procesamiento de información, en el cual interviene un emisor de información, un canal de transmisión y un receptor de información y distingue cuatro circuitos: decisión- memoria, control neuromuscular, conocimiento de la ejecución y conocimiento de los resultados, esto lo podemos observar, al realizar un ejercicio tan sencillo, como, reptar-rodar para después ocuparlo en otro elemento más complejo. En el siguiente cuadro podemos observar este proceso.

Por otra parte R. G. Marteniuk (1976), nos dice que la ejecución motriz está basada en tres mecanismos: perceptivo, de decisión y efector o de ejecución, que llueven exigencias didácticas diferentes según el tipo de tarea motriz a enseñar. La aportación didáctica⁷⁸ de los procesamientos de la información es la siguiente: la necesidad de que las tareas motrices deben ser analizadas y clasificadas en términos de sus exigencia propias de aprendizaje.



Esquema 2. Modelo de aprendizaje motor. Tomado de: Corpas Francisco. Op. Cit. p. 139

El proceso de enseñanza-aprendizaje del acto motor no sólo puede basarse en los estímulos externos y en el mejoramiento de las percepciones (sensaciones estereoceptivas), sino también en el desarrollo de las sensaciones propioceptivas e interoceptivas. El Profesor y el alumno deben cooperar en este proceso educativo, perfeccionando el acto motriz a través de la mejora de los procesos de retroalimentación.

Ahora explicaremos los mecanismos y los factores que intervienen en el proceso de enseñanza y de aprendizaje motor: Es indiscutible que cuando hay un proceso de aprendizaje motor, el profesor con su metodología de trabajo debe hacer que el alumno adquiera correctamente las percepciones que se le enseñan, pero tomemos en cuenta que no todos los sujetos aprenden igual, por lo que, se puede recurrir a la individualización en el aprendizaje de carácter cibernético y de procesamiento de información, nos indican que el cambio sufrido por la información desde que es captada, hasta que se manifiesta, tiene la facultad de rehacerse mediante procesos de retroalimentación.

Modelo de un ciclo perceptivo – motor

- Input (captación)
- Procesamiento central (toma de decisión)
- Output (Respuesta)

- Feedback (retroalimentación)

Así los mecanismos de retroalimentación hacen que el niño, progresivamente vaya controlando sus acciones y adquiera habilidades adaptativas (adaptación perceptiva), unión entre lo perceptivo y lo motriz.

“En general, la << retroalimentación>> sobre el aprendizaje (información sobre resultados) fomenta el aprendizaje, y la <<retroalimentación sobre la acción>> (información sobre el control) no lo hace”⁷⁹

Es decir, para conseguir un aprendizaje efectivo de la sensación necesaria para ejecutar una tarea, se da cuando se hay un conocimiento posterior al hecho (de los resultados) y tenemos al final un aprendizaje de los resultados.

“En general, la retroalimentación (feedback) es un medio mas eficaz de fomentar el aprendizaje cuando se transmite una información mas completa”⁸⁰

Dentro del aprendizaje motor ¿cuales son los dominios que ayudan a que se lleve a cabo correctamente? A continuación los mencionare:

- a) El de la percepción. Que con el constante entrenamiento mejoran el aprendizaje motor (órganos perceptivos).
- b) El sensorio-motor. El aprendizaje en general, y de las destrezas motrices en particular, lleva a un mejor ajuste de la motricidad en función de los datos sensoriales. Piaget marca este periodo de 0 a 2 de edad, en donde se adquieren las habilidades locomotrices y manipulativas, en función al desarrollo de las capacidades sensomotoras, perceptivas y lingüísticas. Comprendiendo también las reacciones circulares primarias (relativas al propio cuerpo) y secundarias que son las relativas al entorno (Ver apartado II, tema I). Es aquí donde a través de las diversas demandas del medio, el niño elabora sus modos de comprensión y sus primeras relaciones con su cuerpo y el medio.
- c) El de la propiocepcion. El niño en proceso de maduración percibe su cuerpo como vehículo de rendimiento físico y la forma en que percibe sus capacidades de rendimiento parece estar íntimamente relacionado con el desarrollo de su personalidad global. Cuando el niño es pequeño y tiene experiencias de éxito o fracaso en el rendimiento físico, estas influyen en toda su vida, por lo que es preferible que la formación de la

⁷⁹ REIGELUTH, Charles M. (2000). **Diseño de la Instrucción**. Teorías y Modelos. Parte II. Aula XXI. Madrid. p. 25.

⁸⁰ Ídem. p.25

percepción ayude al desarrollo de imágenes motrices, útiles tanto para la memoria y las posibilidades motoras del sujeto (entrenamiento regular de la percepción fundamental).

d) La comunicación. Dentro del proceso de comunicación, la recepción del mensaje, ya sea por medio del lenguaje oral o corporal, precisa tres aspectos que configuran dicho proceso.

1. Sensación, reacción llevada por los órganos sensoriales con los diferentes estímulos (visuales, auditivos, táctiles y propioceptivos.)

2. Percepción o integración de las informaciones, las cuales pueden hacer intervenir una sola modalidad sensorial (forma, color, tiempo, espacio) o dos modalidades (visual-táctil, auditivo-visual). La comunicación entre dos personas es de manera ínter modal, donde se utilizan un máximo de signos asociados.

3. Comprensión del mensaje teniendo en cuenta el conjunto de los signos transmitidos. En el caso del profesor de Educación física, la acción visual y verbal debe ser correcta en la enseñanza de las actividades diarias:

“ Las tareas complejas, que conllevan con una gran cantidad de nuevos conocimientos pero no muchas capacidades nuevas, se aprenden mejor con ayuda de actividades exploratorias, siguiendo un esquema o un modelo físico. Además, la retención de una tarea compleja que implique un conocimiento de los procedimientos mejora si la tarea se aprende en una practica exploratoria seguida de un análisis que la explica, en lugar de una demostración explicativa, seguida de una practica.”⁸¹

Podemos decir que es mejor, siempre revisar lo hecho y saber lo que se va a realizar antes de ejecutarlo, y después explicar para que y porqué se efectúa de tal y cual forma, por ejemplo al realizar un ejercicio de sincronización, en un salto con pies juntos, cual es el objetivo que se quiere alcanzar y porque se le enseña al niño. Los mecanismos de aprendizaje, se dan, cuando la conexión perceptivo-motorica lleva una secuencia de acontecimientos que ocurre cuando un sujeto aprende a realizar una habilidad motriz, es decir, cuando existe:

- Atención selectiva, es decir, la disposición del organismo en cualquier momento para recibir y procesar información. Esta atención debe mejorar al paso del tiempo y de la maduración del niño.

- Recepción de la información. Al crecer, los diversos sistemas sensoriales evolucionan y se modifican con la edad, condicionando el tipo y cantidad de información recibida.

⁸¹ Ibidem. p. 21.

- Visual –agudeza visual, mejora a los 6-7 años en conjunción con mecanismos como la coordinación binocular, acomodación, fijación, etc. La percepción de objetos en movimiento se da desde los 10-12 años para desarrollar actividades deportivas.
- Auditiva. Manifestada desde al nacimiento, la madurez auditiva es paralela al lenguaje y mejora la capacidad de procesamiento de información auditiva (agudeza, memoria) durante la infancia.
- Tactilo-kinestesica. Procesamiento de experiencias perceptivo-motoras que se nutre de todos los datos que llegan del subsistema cutáneo, articular o cinestésico, sistema muscular, vestibular, háptico y táctil-dinámico.

- Integración íntersensorial. Permite al sujeto integrar y utilizar la información de las diferentes fuentes sensoriales, evoluciona con la edad, fruto de la maduración y mielinización del sistema nervioso, no se desarrolla bien en el infante y se da de forma básica, alta y cognoscitivo-conceptual.

- Almacenamiento y recuperación de la información, llevado a cabo en los tres tipos de memoria (repartido en los lóbulos temporales).

- Sensorial: Almacenamiento sensorial
- Mediata: Memoria a largo plazo
- Inmediato: Memoria a corto plazo

- En este caso la memoria de corto plazo en los niños, es la que más se frecuenta por lo que su proceso de control también lo es, por lo que la finalidad de estimular el organismo del niño, es que este control sea más efectivo.

- Procesamiento central, toma de decisiones y ejecución de la respuesta (output). La información percibida a través de los diferentes sistemas sensoriales recogida, detectada e identificada pasa a procesarse y a construir el plan de acción que rige la conducta perceptiva motriz. Es decir, el niño aprende algo sencillo, por medio de un proceso cognitivo, elaborado mediante la acción constante, lo lleva a niveles más complejos, pasando de una etapa de exploración inicial a una final de dominio y actuación eficiente de la tarea.

- Control de proceso de feedback. Mediante este proceso el niño controla la respuesta utilizando la información que proviene de la misma para evaluarla y modificarla. Son importantes las estrategias de manipulación, alabanzas, minimizaciones por parte del profesor para que el alumno de mejores respuestas.

Podemos decir, que los factores de aprendizaje motor, esta condicionado por una serie de factores, unos inherentes al sujeto y otros a la propia enseñanza⁸², cuyo conocimiento y presencia han de formar parte de la metodología de trabajo del profesor de educación física. Estos factores pueden ser dependientes del proceso de enseñanza y dependen del tiempo necesario para aprender así como de la paciencia: para los más pequeños el modelado y la imitación son el proceso ideal antes de lo verbal, es necesario desarrollar las destrezas motrices por medio de jerarquizaciones (fácil-complejo) y con suficiente libertad. Los dependientes del sujeto se dan tanto por su edad, sexo y la inteligencia que va mejorando con la edad. Todos estos factores conllevan a la necesidad de adaptación de las actividades físicas a cada tipo de niño, cada niño es particular y por lo tanto aprenderá de manera diferente a los otros. En el siguiente tema abordare los planes y programas de la Educación Física en México, como evoluciono a través del tiempo dentro de un contexto general, su formación histórica en México.

3.3. Evolución y desarrollo de la educación física en México.

Tomando en cuenta que la Educación Física se basa en el manejo sistemático y metódico del ejercicio físico en sus diversas manifestaciones o modalidades como son la de ayudar a desarrollar habilidades motrices e intelectuales en el niño, con predominio de un enfoque pedagógico y lograr sus efectos educativos mediante la administración y desarrollo de actividades acordes a la edad de los niños.

En la educación física actual el enfoque se centra en la idea participativa entre el alumno y el maestro para entender los conceptos que se enseñan y los que se aprenden de la manera más eficaz y fácil posible, éste es el proceso enseñanza- aprendizaje del cual tomamos actualmente para el desarrollo de la práctica docente dentro de la escuela.

⁸²SEP. (1993).Plan y Programas de Estudio. Educación Primaria. México. p. 151.

A continuación veremos en el siguiente esquema cuales son los principios de administración y desarrollo de las actividades de educación física:⁸³



Esquema 3. Proceso administrativo de la Educación Física. Tomado de: Torres Solís, José Antonio. Reflexiones sobre Educación Física. pp. 12-15

Conceptualización de la Educación Física.

La Educación Física tiene como finalidad no solamente el de educar al organismo o el aparato locomotor para ejecutar un movimiento, más bien el objetivo principal, sería la unidad y globalidad de todas las funciones del cuerpo humano (pensar, moverse, crear ó solucionar,) y su singularidad radica en la motricidad.

En este sentido, al movimiento hay que entenderlo no como una mera movilización mecánica de los segmentos corporales, sino como la expresión de percepciones y sentimientos para que el movimiento se vuelva consistente y voluntario y se de un aspecto significativo de la conducta humana⁸⁴. El movimiento mecánico se vuelve obstáculo y da paso al movimiento creativo y eficaz, ya no es solamente el mover al cuerpo para tener articularidad, sino moverlo con un fin determinado (tomar un objeto y crear con el un movimiento).

⁸³ TORRES, Solís, José Antonio (1976), Reflexiones sobre Educación Física. México. Talleres gráficos de la nación, p. 12-15.

⁸⁴ SEP. (1993)Planes y Programas. Op. Cit. p. 3

Para el ser humano, la educación⁸⁵ implica necesariamente una actividad física y mental, que dentro del marco educativo, llevan al individuo a una forma de educación integral, que propicien su desarrollo de forma gradual y continúa.

Dentro de todo este proceso educativo la educación Física pasa a formar un aspecto fundamental dentro del desarrollo del ser humano, le ayuda a incrementar las habilidades necesarias para resolver problemas de manera mediata y a largo plazo. En la actualidad que atendemos por el concepto de Educación Física, y cual es su objetivo dentro del sistema educativo. Para el PRONALEF la Educación Física es la disciplina pedagógica que contribuye al desarrollo armónico del individuo mediante la práctica sistemática⁸⁶ de la actividad física.

Por otro lado la ESEF (Escuela Superior de Educación Física) menciona al respeto. La educación Física es un proceso pedagógico, encaminado a perfeccionar integralmente al individuo utilizando como medio principal al movimiento. Por lo tanto, de acuerdo a los dos conceptos anteriores Abraham Ferreiro Toledano, reconoce a tal asignatura como:

“Una disciplina pedagógica formativa, que tiende a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales, armónicamente en el individuo, estimulando sus habilidades motrices y perceptivas en el fin de mantener en buen funcionamiento órganos y sistemas⁸⁷, que darán como resultado, la conservación de la salud y el mejoramiento del vigor físico”⁸⁸

Inicio de la Educación Física en México.

La Educación Física como proceso educativo, es parte importante del quehacer humano, por lo que el ejercicio físico desde las raíces de nuestra historia como país, tiene sus fundamentos en la etapa prehispánica. En esta etapa, las actividades físicas ya eran un elemento constitutivo de la educación en la población, principalmente en las dos escuelas fundamentales de esa época como lo fueron el Calmecac y el Tepuchcalli. El primero tenía como finalidad la preparación para el combate de los altos jefes, sacerdotes y nobles, dentro de la segunda escuela, la educación dirigida al pueblo estaba encaminada al ejercicio y disciplinas complementaria para mantener mayor resistencia física frente a los elementos de la naturaleza (frío o calor), así como para mejorar la velocidad y la agilidad en las personas.

⁸⁵ Para Bohn Dewey, la educación es un conjunto de procesos por medio de los cuales, una comunidad o grupo social grande o pequeño transmite a las nuevas generaciones, conocimientos y experiencias(sabiduría y aspiraciones, ideales adquiridos en la vida para asegurar su supervivencia de grupo, crecimiento y desarrollo)

⁸⁶ Se dice que al sistematizar alguna actividad, se busca en datos y estándares definidos, para realizarla de la mejor manera posible.

⁸⁷ Vea el apartado 2.1 sobre anatomía y fisiología del ser humano

⁸⁸SEP. (2003).Programa Nacional de Carrera Magisterial. Antología de Educación Física. México. pp. 3-5.

Otra parte importante del desarrollo físico fue la creación de diferentes juegos como la pelota, por lo cual construyeron grandes espacios para poder jugarlos. Además hubo una gran interacción entre la cuestión mística, cultural y educativa por su estrecha relación con los ritos, las danzas, los cantos, la poesía, la pintura y la arquitectura indígena. Después de la conquista de Tenochtitlan en 1521, todo este proceso es olvidado por no interesarles a los españoles, pues ellos solamente realizaban actividades de caballos, corridas de toros, manejo de espada y de sable para la guerra. Para 1810, después de la independencia la educación física es totalmente relegada por los constantes conflictos bélicos en los que se veía inserto el país, solamente los militares a través de ciertas áreas la practicaban.

Después de la revolución de 1910 cuando se logra establecer un gobierno y un congreso, se dan las bases para una Educación Física se integre al sistema educativo nacional. A partir de este año la Educación física se formaliza como factor integral de la Educación nacional, y se le da valor a sus bases fundamentales en las leyes biológicas, psicológicas y sociales, adoptando al juego y a los deportes, como parte de la actividad física educativa. Viendo la necesidad de una actividad corporal para la gente, en el año de 1920 se crea la Escuela Magistral de Esgrima y Gimnasia y la Federación Gimnástica, pero resulta insuficiente para abarcar todos los aspectos educativos del país, por lo que en 1921 se crea la Secretaría de Educación Pública (SEP), con lo que se da inicio a la institucionalización de la educación y cultura en el país. Desde un punto de vista deportivo en 1923 fue creado el Comité Olímpico Mexicano y en 1932 la confederación Deportiva Mexicana, lo que implica el desarrollo histórico-social del ejercicio físico en México (educación física y deporte).

En 1947 se crea la Dirección General de Educación física, Este desarrollo histórico-social del ejercicio físico en México (Educación física y Deporte), se consolida, con el entronque (unión) entre esta, el Comité Olímpico Mexicano (1923) y la Confederación Deportiva Mexicana (1932) que da a la Educación física y al deporte, la fina función educativa y social civil, para reflejarse hacia las estructuras y programas de la educación y la cultura nacional.

En principio su tarea alfabetizadora se concentra en los problemas de educación indígena, educación rural y educación técnica para ciudades. El profesor de Educación Física se convierte en el misionero cultural, promotor de la salud, del desarrollo social, educativo y cultural, dentro y fuera de las aulas. En 1934 se declara a la educación como laica y comienza la propuesta de educación física para la educación nacional y se consolida en los planes y programas educativos en México En el año de 1940, naciendo así los diferentes enfoques de la

educación física en el país de acuerdo a lo que en esos momentos se vivía, por lo que a continuación revisaremos esos enfoques.

Los diferentes enfoques de la Educación Física en México

A partir de 1940 se comienza a hablar de las tendencias y diferentes características de la educación física en el país. Partiendo de una escuela militarizada se dan los primeros pasos para el desarrollo del ejercicio físico dentro de la educación básica, todo el proceso educativo era controlado y manejado de acuerdo a lo que el profesor quería enseñar, este comienzo fue muy rígido en su estructura y no cubría las necesidades de los alumnos en ese momento. Para el año de 1942 se promulga la “Ley Orgánica de Educación Pública”, cuyo contenido afirma que la educación impartida por el estado debe ser socialista (sin distinción de clases), pero durante la Segunda Guerra Mundial (1944) la Educación Física mantiene todavía una forma militarizada y no varía grandemente su impartición durante un gran lapso hasta el plan de los 11 años (1959), donde el mejoramiento y la expansión de la escuela primaria en México exige una gran demanda de la Educación Física por lo que el enfoque debe de cambiar.

El segundo enfoque de la Educación Física, es el deportivo, de 1960 a 1974, es en este periodo donde se le da al deporte una gran relevancia y comienza a introducirse en la educación básica la idea del “cuerpo sano en mente sana”, orientando la educación a las competencias deportivas, dando sus frutos en los aspectos culturales y sociales en el país, llegando a tal nivel que se nos conceden los Juegos Olímpicos de 1968 (XIX juegos), siendo los primeros otorgados a un estado Latino Americano, hecho fundamental para la cultura física en México, mejorando el área de enseñanza- aprendizaje de los planes de estudio.

Al tercer enfoque, se le denomina Psicomotriz, de 1974 a 1988, caracterizándose este periodo por la aparición de la Educación Física aplicada al deporte y a las materias básicas, como matemáticas, español, ciencias naturales entre otras, dando un aspecto importante al proceso psíquico y motor en el desarrollo del niño. La Educación Física, representa una parte importante de los procesos intelectuales del educando, por lo que es indispensable la actividad corporal dirigida y la Educación Física otorga ese proceso. Es así como el 22 de julio de 1976, el Consejo Nacional Técnico de la Educación, autoriza la publicación y la aplicación de la Educación Física a los programas de educación preescolar, primaria, media básica y normal enriqueciendo los contenidos de la educación física con la integración Psicomotriz y estructurándolos con la programación por objetivos, dando paso a la trascendencia en el ámbito técnico-pedagógico, superando a la Educación Física tradicional, ya que por el acuerdo

11140 de la SEP en 1976, se eleva la formación de maestros de educación física a nivel licenciatura. En ese mismo año el 5 de abril la ONU (Organización de Naciones Unidas) organiza la “primera Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios Encargados de la Educación física y de los Deportes” en donde México participa con propuestas para la promulgación de la “Carta Internacional de la Educación física y el Deporte” y la implementación de la comisión Intergubernamental, que dan seguimiento a los lineamientos aprobados en el periodo de 1983 -1988 el programa denominado “Impulso a la Educación física, el Deporte y la Recreación”.

Los objetivos principales del programa son: desarrollar la infraestructura y los programas de educación física para la educación básica; organizar y promover en forma masiva, el deporte campesino, obrero, popular y juvenil, promover la investigación en las áreas de la Educación física, deporte, medicina del deporte; y promover las instalaciones deportivas publicas a la población escolar.

Al cuarto enfoque, se le denomina Orgánico Funcional, de 1988 a 1993, en esté periodo, se elaboran los objetivos que debe alcanzar el niño en la educación básica, a partir del conocimiento de su esquema corporal y su habilidad motriz, los planes de estudio se diseñan en forma de sesiones y se estipula que debe de haber dos clases por semana, con una duración de 80 horas por año, lo cual no es cumplido por el gran índice de crecimiento demográfico y la gran carencia de maestros de educación Física en el país. Las posibilidades curriculares de la Educación Física en México, sólo alcanza los siguientes niveles y modalidades educativas; educación inicial, educación preescolar, educación primaria, educación especial, educación indígena, educación rural, educación media básica, telé secundaria, educación normal y con un sistema interno, el tipo medio superior, para formar a los docentes y profesionales de la Educación Física. Por lo que el quehacer de le Educación Física de nuestro país, se contempla claramente por el esquema global para el programa para la modernización Educativa 1989-1994.

El ultimo enfoque y el que manejamos actualmente en los planes y programas es el llamado de Integración Dinámica que es establecido a partir de 1993 pero que comienza en el 89, por lo que a continuación lo revisaremos más ampliamente. Corresponde a la dirección General de Educación Física de la Secretaria de Educación Publica, establecer las particulares estrategias, lineamientos, objetivos y metas a través de una Política Nacional de la Educación Física que de integración, sentido, orientación y profundidad a las acciones de los organismos, dependencias

e instituciones que integran a la estructura nacional de la Educación Física en México. El planteamiento del enfoque actual, retoma algunas partes de los anteriores y los incrusta para un fin común, el movimiento corporal, como elemento generador y orientador de sus propósitos educativos⁸⁹. Así mismo la manifestación motriz como resultado de funciones y procesos biológicos, psicológicos y sociales, da al niño la capacidad de moverse, y lo interesa por participar en actividades que requieran su movimiento corporal, es así como surge la necesidad de la actividad física que le es indispensable para conservarse saludable e interactuar con su grupo social de manera eficiente. Ver el siguiente esquema.

El Militar 1940	El Deportivo 1960	El Psicomotriz 1974	El Orgánico funcional 1988	Motriz de integración Dinámica 1993
<p>-Caracterizado por la rigidez del trabajo docente.</p> <p>-Busco uniformidad de movimientos.</p> <p>-Dio énfasis a los ejercicios de orden y control.</p> <p>-Las marchas y evoluciones eran contenido relevante.</p>	<p>-Limito el proceso enseñanza-aprendizaje a fundamentos deportivos.</p> <p>-Su aplicación fue selectiva de talento deportivo.</p> <p>-Oriento su finalidad a la competencia.</p> <p>-Planteo actividades recreativas como complementarias.</p>	<p>-Elaboración por objetivos.</p> <p>-Resalto una relación indisoluble entre el desarrollo psíquico y motor.</p> <p>-Su aplicación optima implica un profundo conocimiento de técnicas psicomotrices y deportivas.</p> <p>-Distribución de ocho unidades de aprendizaje en algunos niveles.</p>	<p>-Programación por objetivos.</p> <p>-Considero a las habilidades motrices como su contenido general.</p> <p>-Fragmento contenidos de habilidades físicas y organización del esquema corporal en ocho unidades.</p> <p>-Busco el trabajo coordinado entre órganos, aparatos y sistemas.</p> <p>-Delego en el alumno, la tarea de contribuir, organizar e integrar la información segmentada de los contenidos pragmáticos.</p>	<p>-Concibe la formulación de los propósitos, en relación directa con la solución de los problemas, por lo que tales propósitos se plantean de manera general.</p> <p>-Brinda al profesor, la posibilidad de identificar y aprovechar al máximo, los beneficios que ofrece la educación física para el desarrollo de las habilidades, hábitos y actitudes relacionadas con el movimiento corporal.</p> <p>-Posibilita al alumno para participar integralmente a toda situación motriz.</p> <p>-Evita la fragmentación del conocimiento, ya que no limita la participación del profesor y el alumno al logro de un tema, abre la posibilidad de dar un sentido pedagógico a todas las situaciones que se generan alrededor de las actividades físicas, propuestas por el asesor o el mismo alumno, dentro de la clase.</p> <p>-Propicia un constante</p>

⁸⁹SEP. (1993). Planes y Programas de Educación física en Educación básica. Primaria. LEP-93. México. pp. 9-21

				replanteamiento del quehacer docente a partir de la conjunción del conocimiento del marco de sustento y la experiencia del docente.
--	--	--	--	---

Esquema 4. Etapas del desarrollo de la Educación Física en México. Tomado de: Planes y programas LEP-93. SEP. p. 8

La Educación Física, retoma al movimiento corporal y destaca sus bondades formativas para crear el enfoque "MOTRIZ DE INTEGRACIÓN DINÁMICA".

Es motriz por que toma como base el movimiento corporal del educando para proporcionarle aprendizajes significativos en él, donde el respecto a su capacidad de aprendizaje posibilita la proyección de experiencias motrices a diferentes situaciones de vida cotidiana.

Es de integración dinámica por la constante interrelación que existe entre los ejes temáticos, en los que se han seleccionado y organizado los contenidos de la asignatura a partir de componentes y elementos, el profesor deberá preparar al educando en su interacción con los sujetos y objetos, considerando esto un requisito imprescindible del aspecto formativo que caracteriza al enfoque curricular del proceso educativo actual.

Este enfoque "Motriz de integración Dinámica", brinda al profesor el identificar y aprovechar los beneficios que la actividad física tiene para el educando y lograr el desarrollo de sus habilidades, destrezas, hábitos y actitudes relacionados con el movimiento corporal; así como proporcionar al maestro el cambio de actitud metodología en donde el alumno es el centro del proceso educativo, en el participan tanto el educador como el alumno, para lograr los objetivos de los componentes o ejes temáticos de las actividades físicas, propuestas por el profesor o el alumno dentro de la clase.

Para lograr estos objetivos, el plan de clases a partir de 1993 se estructura de la siguiente manera para el nivel primaria:

- 40 sesiones semanales de trabajo por grado en donde se involucran los 5 ejes temáticos en los que se divide la Educación Física;

1) Estimulación Perceptivo Motriz, con los siguientes indicadores: conocimiento y dominio del cuerpo, de las sensopercepciones, y las experiencias motrices básicas.

- 2) Capacidades Físicas Condicionales: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.
- 3) Formación Deportiva Básica: Iniciación deportiva, deporte escolar.
- 4) Actividades Físicas Para la Salud: Nociones y conceptos sobre la práctica del ejercicio físico y sus efectos sobre el organismo.
- 5) interacción social: Actitudes y valores culturales.

- En este nivel se imparten dos clases o sesiones por semana, con una duración de 50 minutos cada una

Esta división por sesiones pretende posibilitar la formación integral del alumno y desarrollar en la medida de sus posibilidades, todas las capacidades (sociales, culturales, deportivas) que configuran su personalidad. Se trata de mejorar los condicionamientos motrices, anatómicos, fisiológicos y físicos de éste, para la mejora de las actividades deportivas e intelectuales, con movimientos establecidos, denominados técnicas, que componen las bases de los juegos denominados deportes.

Técnica y pedagógicamente, la Educación Física tiende al desarrollo de todas las capacidades que giran en torno a la formación corporal, para conseguir el grado más elevado de posibilidades físicas, corporales, expresivas, rítmicas y motrices, todo ello en función del desarrollo de la personalidad, la capacidad intelectual, afectiva y social que el niño debe tener para su mejora educativa. Además esta formación integral que supone la Educación Física deberá de abarcar las capacidades de crítica y la capacidad de elección indudablemente.⁹⁰

Aspectos Generales de la Educación Física

La Educación Física tanto en fines sistemáticos (enseñar por metodología), como intencionales, sobre como enseñar al ser humano con fines preestablecidos, es tan necesaria como la matemáticas en el proceso educativo del alumno.

La Educación Física se fundamente en dos vías de gran importancia como los son: una por la inmadurez del ser humano al nacer y otra por las exigencias de la sociedad en la que vive. Las dos afectan fundamentalmente al cuerpo, eje de toda actividad humana. Dentro de la escuela

⁹⁰ SEP. www.sep.gob.mx Apartado Sobre Educación Física. p. 1-23

primaria, el aprendizaje corporal se deberá de dar de manera espontánea, pero también mediante la intervención sistemática del adulto.

Entre estas actividades corporales, Mc Graw distingue a las filogenéticas de las ontogenéticas, es decir, las primeras se deben más a la maduración que al ejercicio y al aprendizaje, en las segundas se deben sobre todo al aprendizaje, esto es, el andar se consigue más por maduración de las distintas estructuras anatómicas y nerviosas que porque ensayemos con el niño como ponerse de pie, pero el andar bien o mal, de una manera u otra, con gracia o coordinación se debe a un proceso de aprendizaje, este es el principio fundamental de la enseñanza de la Educación Física en el niño.

Por lo tanto, lo biológico no garantiza por si sólo el buen funcionamiento socialmente esperado en las capacidades corporales, es decir en el hombre lo corporal se presenta como una tarea que tiene que resolver el base a lo que aprende.

Objetivos Generales de la Educación Física en el nivel primaria.

Es en la educación primaria en donde el niño adquirirá y reafirmara los hábitos, los conocimientos y las habilidades que sean la base y el soporte para el eficiente desempeño a lo largo de la vida escolar, es en este ciclo, donde la Educación Física toma relevancia, pues a través de sus actividades el niño logra el conocimiento y el control de su cuerpo, afianza nociones espacio temporales, afirma su literalidad y desarrolla la coordinación motora general y fina todo ello necesario en el aprendizaje escolar. A continuación vemos los objetivos:

- Favorecer la consecución de una motricidad más rica, rítmica y armoniosa, así como el desarrollo de las cualidades motoras; flexibilidad, resistencia, fuerza y velocidad.
- Estimular los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor; esquema corporal, lateralidad, noción espacio temporal y coordinación motriz.
- Estimular el proceso de crecimiento y desarrollo.
- Satisfacer la necesidad y el gusto por el movimiento y el juego.
- Propiciar con oportunidad el desarrollo de destrezas deportivo motoras.
- Coadyuvar en el adecuado proceso de socialización, promoviendo una mayor conciencia del grupo.

- Contribuir en el control y la estabilidad emocional⁹¹.

Propósitos generales de la Educación Física en el nivel primaria.

- 1.- Mejorar la capacidad coordinativa: basada en las posibilidades dominio y manifestaciones eficientes del movimiento que repercuten en la solución de problemas en los ámbitos cognoscitivos, motriz, afectivo y social.
- 2.- Estimular, desarrollar y conservar la condición física del educando, a través de la ejercitación sistemática de características individuales del mismo.
- 3.- Propiciar la manifestación de habilidades motrices a partir de la práctica de actividades físico-deportivas y creativas que le permitan integrarse a interactuar con los demás.
- 4.- propiciar el educando la confianza y seguridad en si mismo mediante la realización de actividades físicas, que permitan la posibilidad de control y manejo del cuerpo en diferentes situaciones.
- 5.- promover la formación y estimular la adquisición de hábitos de ejercitación diaria, higiene, alimentación, descanso y conservación del medio ambiente, con la práctica de actividades complementarias que condicionan su efectividad repercusión en la salud individual y colectiva.
- 6.- Fomentar la manifestación de actitudes positivas individuales y grupales, así como la adquisición de valores a partir de aquellas actividades que utilicen el movimiento como una forma de expresión.
- 7.- Incrementar las actividades sociales favorables de respeto, la preparación y confianza en los demás mediante las actividades físicas recreativas tradicionales y regionales, que faciliten al fomento de valores culturales relacionados con todo tipo de manifestación motriz.
- 8.- Fortalecer la identidad nacional al practicar actividades físicas recreativas tradicionales y regionales, que faciliten el fomento de valores culturales relacionados con todo tipo de manifestación motriz⁹².

Contenidos Generales de la Asignatura de Educación Física.

⁹¹ MAGRANER, R. Xavier (2000). Los Alumnos Y La Clase De Educación Física. Programa Nacional de Carrera Magisterial. SEP. México. pp.70-72

⁹²SEP. (2000). Programa de Educación física (Extracto). Educación básica. México. p.10

Las actividades a realizar dentro de la Educación física se agrupan en cinco campos o ejes temáticos, que a se vez se dividen en indicadores y componentes:

- El nombre nos sirve para identificar el eje temático al que nos referimos.
- El indicador se refiere a lo que queremos que aprenda al final del ciclo escolar.
- Los componentes hacen mención al motivo de aprendizaje de la sesión.
- Los eventos se refieren al medio por el que se va a dar el aprendizaje del componente

Ejemplo:

Nombre → estimulación perceptiva motriz

Indicador → Capacidad coordinativa

Componente → Conocimiento y dominio del cuerpo (equilibrio, respiración, relajación, postural)

Sensopercepciones (orientación, recreación, equilibrio, rítmico, sincronización, diferenciación, adaptación).

Experiencias Motrices Básicas (no cuanta con elementos)

Desarrollo Perceptivo Motriz

El Objetivo de estos contenidos es estimular es desarrollo de percepción y coordinación motriz (ubicación en el espacio y el tiempo, equilibrio, lateralidad, coordinación psicomotriz). Estos contenidos se enfatizan en los tres primeros grados de la educación primaria y continúan en los grados superiores para estimular las capacidades físicas coordinativas.

Desarrollo de las capacidades físicas.

Comprende los procesos de estimulación, incremento y mantenimiento de la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria, la velocidad, la flexibilidad articular y muscular. Las actividades que se proponen para este eje se presentan gradualmente considerando los periodos biológicos en los que se presenta cada capacidad, según el ritmo de desarrollo de cada alumno.

Formación deportiva básica

Aquí se aprovecha el interés y el entusiasmo del alumno por el deporte, su práctica sistemática atendiendo al momento de desarrollo individual. Durante los primeros grados se utiliza el juego como expresión natural y se continúa con actividades Pre-deportivas que incorporan cada vez mayor grado de dificultad motriz y de relación interpersonal en una formación deportiva inicial.

Protección de la salud.

En este aspecto se agrupan los contenidos cuyo propósito específico es la formación de hábitos, se considera a la educación física un medio valioso que junto con la alimentación balanceada, el descanso, la higiene personal y la conservación del medio, condicionan la salud del ser humano.

Interacción Social.

Se entiende por interacción social toda aquella relación dinámica que se generan en dos o más personas en el grupo social a través de la comunicación al tipo de relación y la realidad de estas relaciones que se establecen entre los miembros de un grupo social, en el cual se deben establecer actitudes y valores culturales.

Como vemos en todos estos ejes temáticos, el movimiento corporal resulta imprescindible para su cobertura. Con estos contenidos programáticos se debe ejercer una acción pedagógica encaminada a satisfacer las necesidades individuales y sociales generadas por el crecimiento y desarrollo del alumno. A continuación conoceremos los contenidos de Educación Física por ciclos (un ciclo se conforma de dos años escolares)

Programas de Educación Física por Ciclos.

Primer ciclo.1º Y 2º				
Desarrollo perceptivo Motriz	Desarrollo de las Capacidades Físicas.	Formación básica deportiva.	Protección para la salud.	Interacción social
-Exploración de diferentes formas de equilibrio corporal.	Manifestación de la fuerza General.	-Reacción de movimientos básicos para iniciación al deporte.	-La educación Física como actividad saludable y de diversión.	-La importancia de las actitudes individuales mediante juegos tradicionales.
-Exploración de posibilidades de movimientos con uno y otro lado del cuerpo.	-Manifestación de velocidad de reacción.	-Juegos organizados para la iniciación en la práctica del deporte.	-Importancia de la higiene después de la práctica de ejercicios o deportes.	-Realización de movimientos básicos para realizar bailes regionales.
-Experimentación del ritmo interno	-Manifestación de resistencia en acciones continuas (caminar, trotar, correr sin detenerse, por -tres minutos)	-Movimientos Básicos identificados como fundamentos deportivos.	-Importancia del descanso para recuperar energía.	-El canto como juego para desarrollo de actitudes sociales.
-Exploración de				

oído y la vista. -Experimentación del predominio motor. -Experimentación del ritmo interno y externo en forma alternada en juegos tradicionales, como las sillas y las ardillas del bosque. -Estructuración del espacio y el tiempo. -Movimientos secuenciados con diferentes partes del cuerpo. -Conocimiento y diferenciación de la contracción y la relajación. -Respiración mixta (torácica y abdominal). -Ejercicios para mantener el equilibrio corporal sin emplear la vista. -Percepción de la contracción y relajación al ejercitar la respiración. -Experimentación del ritmo externo en acciones que involucren orientación y sincronización. -Adopción de posturas corporales adecuadas.	torso. -Fortalecimiento de la velocidad en carreras cortas. -Estimulación de la resistencia en acciones continuas durante cinco minutos en juegos tradicionales. -Estimulación de la flexibilidad en movimientos amplios involucrando articulaciones y músculos de todo el cuerpo. -Manifestación de la fuerza enfatizando grupos musculares, brazos, piernas, abdomen y torso. -Manifestación de la velocidad en movimientos variados. - Estimulación de la resistencia con trote continuo durante cinco minutos. -Estimulación de la flexibilidad en articulaciones y músculos del cuerpo.	-Formación de fundamentos deportivos. -Deporte escolar.	nerviosa. -Importancia de la higiene personal antes y después del ejercicio físico. -Importancia del cuidado del medio ambiente para conservar la salud. -Cambios que experimenta el cuerpo durante y después de la actividad física: frecuencia respiratoria, pulso y sudoración. -Acondicionamiento de áreas para realizar la actividad física.	que ayuden a conocer nuestro cuerpo. -Realización de movimientos mediante juegos tradicionales para reforzar las actividades individuales. -Conocer mediante la formación de grupos el valor de la amistad. -Importancia del respeto a los compañeros mediante actividades individuales.
--	---	--	---	---

Tercer ciclo. (5° y 6°).				
Desarrollo perceptivo-motriz	Desarrollo de las capacidades físicas.	Formación deportiva básica.	Formación deportiva básica.	Interacción social.
-Experimentación del equilibrio corporal empleando el tacto y el oído sin que intervenga la vista. -Percepción de la contracción y relajación al respirar.	-Manifestación de fuerza en diferentes grupos musculares. -Manifestación de la velocidad. -Estimulación de la resistencia en	-Formación de fundamentos deportivos. -Práctica de deportes básicos, de conjunto, individual, en los que se utilicen los fundamentos	-Identificación del pulso. -Importancia de la higiene personal y la higiene de la escuela. -Importancia del ejercicio para ayudar	-Importancia de un elemento dentro del trabajo en equipo. -La importancia del trabajo en equipo para elaborar un producto.

<p>-Sincronización de movimientos que involucren orientación, trayectoria, dirección y ubicación, siguiendo un ritmo propio o externo.</p> <p>-Ejercicios de ubicación y orientación que contengan los elementos de distancia, dirección y trayectoria, en actividades de iniciación deportiva.</p> <p>-Consolidación del equilibrio corporal con ejercicios combinados.</p> <p>-Manifestación de la relajación como parte importante de la respiración.</p> <p>-Ejecución de movimientos involucrando sincronización, orientación, trayectoria, dirección y ubicación, combinando ritmo interno y externo.</p>	<p>actividad constante. }</p> <p>-Estimulación de la flexibilidad movilizand las articulaciones y los músculos de todo el cuerpo.</p> <p>-Fortalecimiento de la fuerza de diferentes grupos musculares.</p> <p>-Desarrollo de la velocidad. Estimulación de la resistencia en actividad constante.</p>	<p>deportivos adquiridos y se apliquen las reglas de juego.</p> <p>-Practica de juegos organizados y predeportivos.</p> <p>-Ejecución de fundamentos deportivos en situaciones de juego.</p>	<p>al desarrollo físico del cuerpo.</p> <p>-Importancia de la higiene personal y de la higiene en la comunidad.</p> <p>-Importancia de mantener en condiciones adecuadas el lugar donde se realiza la actividad física.</p>	<p>-La importancia del conocimiento mediante la interacción de los alumnos formando parejas.</p> <p>-Fortalecimiento del movimiento mediante pasos de baile jaliscienses.</p> <p>-Importancia del compartir las cosas entre los alumnos.</p> <p>-Estimulación del espacio mediante juegos que son propios de la región o ciudad en la que se vive.</p> <p>-La importancia de conocer los valores culturales mediante, cantos, rondas, danzas, bailes, deportes regionales etc.⁹³</p>
---	--	--	---	---

Esquema 5. División del programa de Educación Física por ciclos. Tomado de: Planes y Programas de Educación Básica Primaria. Pp. 151-162.

Como observamos, la Educación Física en estos cinco ejes programáticos, abarca todos los aspectos del desarrollo del niño, con un enfoque netamente científico y psicológico, la educación física tiene la tarea de analizar los efectos biológicos que produce la activada y el movimiento al organismo para aplicar una metodología que ayude a una buena evolución de este, la aplicación de la metodología educativa de la Educación Física, debe de ser consciente y fuera de todo subjetivismo y que aplicada al alumno funcione en los aspectos:

Aspecto técnico: selección y aplicación técnica de los ejercicios más adecuados a cada situación y alumno.

⁹³ SEP. (1993). Fuente de información. Plan y Programas de Estudio. Educación Básica. Primaria. México. pp. 151-162.

Aspecto científico: conocimiento de los efectos biológicos y otros que el ejercicio produce en el organismo.

Aspecto metodológico: dominio de la técnica metodológica correspondiente para que enseñanza sea fluida, amena, y progresiva en lugar de áspera y abrupta.

De lo anterior derivamos que el profesor debe ser conocedor del área que está impartiendo como clase, pero dentro de la realidad estos aspectos muchas veces tiene carencias por falta de una correcta planeación educativa dentro de la institución escolar, el plan de clases de Educación física se ve afectado enormemente por las constantes interrupciones que hay de las clases, ya sea por días festivos, huelgas o por asistir a carrera magisterial en donde se darán a conocer las nuevas técnicas educativas dentro o fuera del salón de clases. El rezago educativo dentro de la Educación Física, es enorme en el país y por lo tanto lo va a ser la forma de enseñar al alumno, se le debería de dar por lo menos 30 minutos de actividad física diaria, organizada dentro de la misma instancia escolar. Dentro de la realidad escolar, al niño solamente se le dan dos sesiones de clase por semana, cada sesión tiene una duración de 40 minutos y no alcanza a cubrir las necesidades básicas de movimiento que el niño requiere en la educación básica en el nivel primaria.

Apartado IV

La gimnasia general dentro del área de la Educación Física, para el desarrollo motor del niño de educación primaria

Apartado IV. La gimnasia general dentro del área de la Educación Física, para el desarrollo motor del niño de Educación Primaria.

Durante el desarrollo del apartado II, de la presente investigación, observamos como el niño comienza a conocer lo que es su esquema corporal a través de un proceso de crecimiento y desarrollo evolutivo y constante, los autores manejados nos dan un panorama amplio sobre el desarrollo del niño dentro de un contexto principalmente psicológico, por lo que ahora nos adentramos a la que es el conocimiento que tendrá el niño de su cuerpo a través de un proceso

educativo y pedagógico, con la intervención de la Educación Física como medio para desarrollar las cualidades básicas de movimientos y destrezas que el niño debe de adquirir para su rendimiento escolar, además de contar con medios como la gimnasia general que ayuda a reafirmar movimientos básicos (reptar, gatera, rodar o girar) que se ha perdido a través de la creciente urbanidad de las ciudades en el país y que ha orillado a la gente a utilizar ciertos implementos en el niño como las andaderas, los corrales, las carreolas o el simple hecho de no dejarlos andar en el suelo por que no se ensucien, evitando a si las necesidades básicas de movimiento que el niño debe tener.

4.1. Elementos de la Educación Física y su relación con la gimnasia general.

Como toda actividad es inducida por un motivo que busca cubrir alguna necesidad; le corresponde al adulto ver los intereses del niño como verdaderas necesidades, esté es el principio de la enseñanza-aprendizaje, en donde los intereses y las necesidades del educando deben ser observadas por el profesor y este ofrecer recursos didácticos para ayudarlo a cubrir esos intereses y así mejorar su labor pedagógica.

El comportamiento del alumno se mejorará constantemente de manera consciente, ya que el proceso enseñanza-aprendizaje en forma sistematizada, ayuda a que esto sea más fácil, por esto se da el interés que como maestro, mejore la forma de practicar la enseñanza de acuerdo a las características presentadas por cada alumno y a los problemas motores que se detecten en ellos, con uno solo que tenga algún problema motriz, es más que suficiente para intentar mejorar mi practica docente, para proporcionarle al niño a través de los dominios que integran su personalidad (cognitiva, psicomotriz, afectivo, social y cultural), los medios necesario para lograr el desarrollo integral y correcto en su proceso educativo. Al ser el niño una totalidad, ocupa todas sus acciones tanto físicas como mentales para aprender de todo lo que lo rodea, es decir, es una globalidad que ha de expresar constantemente las actividades colectivas e individuales que se le enseñan.

Como sabemos, el cuerpo es el origen de todo conocimiento y movimiento en el individuo, es además la parte que ayuda al alumno a la comunicación con su mundo exterior. La experiencia del cuerpo con su entorno ayuda a mejorar constantemente el símbolo del "YO", que es el sustento progresivo en la elaboración de su esquema corporal, por lo que la educación le ayudará a identificarse como persona. Esta identificación esta ligada con la concepción que el

niño establezca de su propio cuerpo.

A través de la actividad motriz el niño logra elaboración progresiva de la imagen de su cuerpo, esta actividad motriz la identificamos como actividad tónica (actitudes y posturas) y actividad cinética generada durante el movimiento, es a través de sus acciones que se ubica y se separa de los demás. Dentro del programa de educación física (ver apartado II, tema III), además de estas acciones físicas, también implica los procesos intelectuales.

La Educación Física ayuda a que este proceso de integración entre lo físico y lo mental se ajuste a los procesos motores que el niño debe desarrollar en su constante actividad corporal, como por ejemplo al jugar o al realizar una tarea manual. Este ajuste lo podemos dividir en tres grandes campos que a continuación se explican:

1.- Ajuste Postural

El ajuste⁹⁴ postural, esta relacionado, en forma directa con la actividad cinética y se traduce como el compromiso del “YO” en la acción (el movimiento adquiere sentido). Este ajuste postural se compone de tres elementos funcionalmente interrelacionados entre si, los cuales son:

- Relajación.

Después de realizar alguna actividad física o mental, el niño necesita una relajación total para concienciar la acción muscular de su cuerpo, es decir logra quitar el estado de hipertensión muscular (dureza muscular), alcanzando la oxidación, eliminando el ácido acumulado en el cuerpo que trae la fatiga. El principio para enseñar al niño a relajarse se centra en que conozca la diferencia entre contracción (apretar) y descentración (soltar) los músculos, con lo que fortalecerá el conocimiento de su esquema corporal al diferenciar las diferentes partes de su cuerpo.

⁹⁴ Entendemos como ajuste a la integración conciente por el niño de los elementos que posee y la relación de estos elementos nuevos y diferentes como la adaptación al proceso de socialización del niño en el que el profesor juega un papel de gran importancia. SEP. Primaria, (1997). p. 112

La relajación no sólo se logra en forma muscular, sino también de forma respiratoria (inhalar, exhalar), y a través de la relajación muscular global en forma mental (con un dialogo), para que logre la interiorización consigo mismo y su cuerpo (concientización de su cuerpo).

- Postura

El hacer conocer al niño que la adopción de malas posturas (sentarse mal, caminar doblado, encorvarse) trae consigo ciertos problemas en su actividad motriz y en su aprendizaje intelectual, es trabajo del profesor el hacerlo entender que toda actitud de su cuerpo está controlada por su mente, por lo que es indispensable hacerle saber al niño la importancia de su cuerpo y como utilizar el tal y cual postura. Es aquí donde entra la importancia del fortalecimiento muscular en sesiones de desplazamiento o en forma de contracción muscular continua, es decir, abajo el principio de continuidad, el niño ejercitara ciertas partes de cuerpo con periodo de descanso alternados. Piaget nos dice:

"La realización del movimiento, lleva a la asimilación que se transforma en elemento de comprensión de la practica y al mismo tiempo de la comprensión de la acción"⁹⁵

Es decir la constante interacción que el niño establece con el mundo a través del movimiento y la repetición sistematizada, le permite un control sobre su cuerpo y una intencionalidad progresiva que posibilita los conocimientos de los pormenores de la acción y la postura.

La educación Física en su responsabilidad de ayudar a la postura debe poner mayor énfasis a lo que se refiere a la cobertura de la columna vertebral, con relación a la posición de la pelvis (alineados verticalmente), en el contorno del abdomen, en relación con el ángulo costal (hacia dentro), el centro de gravedad del cuerpo, con relación a la forma en que cae el peso de este sobre los pies, y la forma en que los pies sostienen el cuerpo, es decir, todo el peso del cuerpo se debe distribuir sobre los dos pies, para abstener el llamado Equilibrio Funcional.

Los ejercicios que fortalecen los músculos se pueden dividir en las siguientes formas:

- Ejercicios de flexibilidad de la columna vertebral.
- Ejercicios de fortalecimiento del tono (músculos abdominales, extensores del raquis y fijadores de los omóplatos).

⁹⁵ DA FONSECA, Víctor. (1997). Estudio y Génesis de la Psicomotricidad. España. INDE. p. 46

- Ejercicios de equilibrio que deben respetar las fases de la enseñanza de la adopción de posturas del niño, a continuación se explican:

1. Primera fase: ejecución global, al sentarse, acostarse o mantenerse de pie.
2. Segunda fase: concientización de la acción de tal o cual parte del cuerpo que requiere la atención interiorizada del niño.
3. Tercera fase: concientización de la educación del esquema corporal (conocimiento de las partes de su cuerpo).
4. Cuarta fase: culminación de la educación del esquema corporal que se traduce en el control responsabilizado y concientizado por el niño de su propio cuerpo (el movimiento ejecutado a partir de un análisis de la acción).

- Respiración

Se refiere a la entrada y salida continua de aire en las alvéolos, el cual mantiene el suministro de oxígeno alveolar. Esta es la función más importante del organismo, siendo la actividad física la oportunidad de fortalecerla en gran medida.

El hombre respira por sí solo sin necesidad de que se le enseñe, pero por el estrés actual es difícil que lo haga correctamente, lo que permite que el nivel de oxígeno en su cerebro disminuya y por lo tanto su habilidad motriz también lo haga. La Educación Física mediante ejercicios de inspiración y espiración ayuda a regular esta función en el niño y lograr una mejor oxigenación en todo su cuerpo (músculos, pulmones, cerebro y entre otros) la parte donde se ejecuta el acto de respirar se encuentra en la caja torácica, formada por el esternón al frente, el raquis atrás y las costillas a los lados. Una buena postura asegura una buena respiración.

Los tipos de respiración se pueden distinguir en respiración abdominal (ampliación del vientre) y respiración torácica (ampliación del tórax). La función correcta para que el niño respire es la forma horizontal por ser la menos fatigosa para él, finalmente cuando logre una correcta respiración en forma de acostado dorsal (boca arriba), el niño estará listo para tomar conciencia de su cuerpo en distintas posiciones.

2.- Ajuste Perceptivo.

El ajuste perceptivo está relacionado con la actividad tónica y actividad cinética en forma simultánea, pues hacia un lado proporciona estímulos dirigidos hacia las percepciones del niño a través de vivencias y representaciones corporales y por otro lado le ayuda a ir dentro del contexto espacio-tiempo.

Las percepciones sensoriales pueden ser de formas visuales, auditivas, olfativas, gustativas y táctiles, en donde los sentidos obran como receptores sensoriales. Las percepciones se registran en el cerebro, recogiendo estímulos sensoriales y afectivos y creándose en la corteza cerebral códigos para cada uno de ellos (estímulos mentales). La codificación de las percepciones en el cerebro permite al individuo distinguirlas y reconocer su naturaleza, por lo que se denomina conceptualización, por ejemplo, en el caso de los bebés cuando están aprendiendo a reconocer a su madre.

El niño va adquiriendo estos códigos de la educación de su esquema corporal ubicándose desde el punto de vista perceptivo como el centro del universo, es decir todas las relaciones perceptivas las codifica en relación de sí mismo, la posibilidad de representación propia da al niño el hecho de la concientización de cada parte de su cuerpo, pero también al mismo tiempo se manifiesta la conciencia de integración de cada parte de un ser único, que se identifica como la percepción de somáticos internos o conciencia perceptiva. Esto es, el concepto de esquema corporal con respecto a la estructura perceptiva en el niño, esta hecha de sensaciones y movimientos. La acción, sea cual fuere el objetivo perseguido, implica el uso del cuerpo por el niño y este uso se realiza obligadamente en un contexto espacio-temporal.

a) Ajuste espacial

La presentación del "yo" corporal se va extendiendo de una forma progresiva a la del cuerpo en el movimiento, la noción del espacio y las relaciones espaciales se conjugan para distribuir la acción en concordancia con el movimiento ejecutado. La importancia máxima del esquema corporal, en cuanto a la percepción del espacio, es que constituye un marco referencial interno gracias a la cual alguna parte del cuerpo se ubica en relación con los otros, la aparición de este

marco precede y condiciona la del marco de referencia exterior. El dominio del espacio inmediato implica la apreciación de las direcciones, la orientación en el espacio, las relaciones entre el cuerpo y los objetos y entre el cuerpo propio y las demás personas.

En educación física, el espacio se percibe en función de la acción o sea, la adaptación del movimiento a distancias determinadas, en dirección, intervalos, dimensiones, trayectorias y cantidades, de igual manera la gimnasia general toma estos elementos y los incluye en el proceso de desarrollo motor mediante movimientos simples como el rodar o el gatear.

b) Ajuste temporal.

Es de gran importancia en la ejecución motriz. Dentro de la conceptualización del esquema corporal, consiste en la percepción y apreciación de un orden sucesivo de tiempos, durante los cuales el cuerpo del niño permanece sin ninguna alteración corporal. La percepción y apreciación de este tipo de tiempo lo manifiesta el niño a través del oído y de la percepción del movimiento, creando por este medio su propio sentido cinestésico. Los patrones mentales que intervienen son la duración del sonido y silencio, solos o en conjunto, que ayudan a la ejecución motriz mediata, la velocidad e intensidad del movimiento corporal.

c) Ajuste espacio- temporal.

Es la adaptación integral del niño al medio ambiente a través de la relación de su cuerpo con el espacio y el tiempo, que se requiere la creación de imágenes mentales, por ejemplo cuando el niño aprende a manejar un instrumento o un objeto como la pelota para realizar un movimiento como atraparla o aventarla.

3.- Ajuste motor.

Aquí podemos distinguir al ajuste motor general y al ajuste motor especial. Podemos decir que por medio de la motricidad o actividad motora se cuidan la integración del organismo con el medio, el movimiento es la expresión de un acto reflejo motriz, en el que participan tres componentes, el sensitivo, el sensorial y el motriz. La debilidad mental que corresponde al campo motriz, se traduce en torpeza de comportamiento, con intervención de las neuronas nerviosas.

Los movimientos voluntarios tienen como características principales la coordinación, como resultado de una serie de ajustes previos, cuando esta coordinación, no exige al niño un razonamiento especial, sino que se realiza dentro de un contexto natural, como resultado de una evolución normal recibe el nombre de ***ajuste motor general***.

Cuando los movimientos requieren de un razonamiento correcto por parte del niño, así como de la obligación de un comportamiento motriz determinado o de un reglamento que se le impone recibe el nombre de ***ajuste especial***.

A la coordinación motriz gruesa se le denomina al movimiento global, sin tomar conciencia de los movimientos específicos que lo compone (no hay especialización en un movimiento). La coordinación motriz fina se obtiene por el refinamiento de movimientos gruesos y que proporcionan al niño destrezas manuales, de lenguaje y oculares.

La asimilación técnica de un movimiento no se puede lograr sin la formación de costumbres motoras (desde que se nace), pero que también se pueden aprender durante el periodo de aprendizaje escolar como en el preescolar o la primaria. La gimnasia general como apoyo de la Educación Física debe tomar en cuenta todos estos puntos para lograr en el niño desarrollar los hábitos, destrezas y cualidades físicas que pudo haber perdido en los primeros años de edad, antes de obtener la marcha y después de esta, debe de haber una coordinación entre lo que se aprende y se enseña para obtener mejores resultados del comportamiento personal del niño, sobre todo en las áreas afectivas y cognoscitivas (actividades, hábitos y conocimientos) para logra el afecto deseado de la enseñanza de la gimnasia general en el aprendizaje motor del educando..

La gimnasia general y sus orígenes.

Podemos comenzar a decir que la gimnasia general es una de las actividades mas ocupadas en todos los quehaceres que el ser humano realiza. Dentro del ámbito educativo, es tal ves ,una de las más nobles actividades que el niño puede realizar. Es donde se realizan un conjunto de ejercicios agrupados de forma que cumplan ciertos principios fundamentales dentro de la Educación Física, como obtener mayor movilidad articular, flexibilidad, elasticidad y sincronización en sus movimientos.

Los niños a través de su vida van perdiendo ciertos movimientos básicos y primitivos como el reptar o gatear que son indispensables en su posterior coordinación motriz y que usualmente son detectables por los maestros cuando el niño comienza su aprendizaje escolar, pero incluso así, muchas de las veces los educadoras o profesores lo dejan pasar por no tener el suficiente conocimiento sobre este problema. Por otro lado aún antes de que el niño comienza la etapa de la marcha es obligada por sus familiares a realizar actividades no adecuadas a su edad con tal de demostrar la fuerza y el valor del bebé, como por ejemplo, pararlos antes de los seis meses de edad⁹⁶, meterlo a la andadera o mantenerlo constantemente dentro de un canguro. Tanto la represión de movimientos, como lo son el envolver al niño como “tamal”, tenerlo en un corral o encerrarlo en un cuarto, así como la estimulación muy temprana y mal realizada ocasiona deficiencias de movimientos en el niño, es aquí donde la gimnasia general básica centra su estudio, en la recuperación de movimientos para el niño de manera simple, coherente, racionalizada y secuencial. Por lo tanto, se puede definir a la Gimnasia como:

“El conjunto de ejercicios físicos seleccionados para su correcta aplicación, ésta tiene como propósito solucionar los problemas del desarrollo Físico integral, el perfeccionamiento de las capacidades y el estado de salud de los que la practiquen”.⁹⁷

Al implementar la gimnasia, dentro del ámbito educativo, buscamos que las habilidades que el niño adquiera, lo ayuden a integrarse de manera más real al mundo en que vive. Como docentes vivimos en un ambiente escolar en que el rol educativo que tenemos, es percibido y valorado en forma en como sabemos proyectar la acción (educar). El saber educar a los niños de la manera más eficazmente posible sobretodo en ciertas edades, conocer el comportamiento de este, principalmente en las clases de educación Física en donde a través de la educación del cuerpo se enseña, ya que es el medio fundamental para que el educando se conozca a si mismo, conozca a los demás y todo a su alrededor. Un planteamiento para desarrollar el proceso psicomotor en el niño implica de una didáctica aplicada en su beneficio sea afectiva, para lograr las vías de comunicación del niño consigo mismo, los objetos y los demás. Las habilidades que desarrolla la gimnasia general, son muy variadas, se trabajan tiempos, espacios y velocidades de desplazamiento o de reacción, elasticidad y resistencia, además del desarrollo de la coordinación general así como la orientación, alineación, rotación y también del sentido de equilibrio entre otras.

⁹⁶ PEREZ, Carrilla Miguel. (1979). Gimnasia en la Infancia. Ed. Hispano Europea. Barcelona España .pp. 7-8

⁹⁷ SEP. (1993). Apoyo Didáctico para Educación Física. México. pp. 77 -80

Historia de la gimnasia y su relación con el desarrollo de la educación física en México.

Es en la Grecia clásica, donde la gimnasia fue considerada no sólo como simple educación del cuerpo sino como un instrumento eficaz del desarrollo del organismo en función de la inteligencia, el sentido patriótico, el gusto estético, el amor propio y la personalidad.

La gimnasia se compone del latín *gymnasia*, que a su vez deriva del griego *gymnazein*: ejercitar, donde el cuerpo es el elemento de mayor importancia para realizar toda actividad deportiva. Para obtener lo que hoy se conoce como **gimnasia moderna** tuvieron que haber varios cambios en su creación, un personaje importante para este logro es J. J. Rousseau (1762) que en su obra **Emilio**, se pronuncia por el ejercicio natural de la niñez, para formar una juventud sana y fuerte. Tiempo después con Juan Federico Guts Mutis (1759-1839) cuyo libro **Gimnasia Para Jóvenes** sentó las bases de las actuales prácticas gimnásticas alemanas e inspiró las de Suecia, Dinamarca y Estados Unidos.

Las bases más importantes sobre la gimnasia en general las cimienta Pedro Enrique Ling (1776-1834) donde aplica la anatomía, la Fisiología y la Kinesioterapia a los ejercicios corporales para que nazca la gimnasia medico-curativa, y así fundar en 1814 el Instituto Real Central de Gimnasia.

En México el 25 de diciembre de 1849, Mariano Arista, secretario de Marina y Guerra, decreta la obligatoriedad de la Gimnasia en los cuerpos del ejército y de la Guardia Nacional y Territorios Federales con fundamentos en la escuela de gimnasia francesa, con Benito Juárez (1863) se introduce la gimnasia en el Colegio Militar de Perote. Para 1908 con iniciativa de Justo Sierra se crea la Escuela Magistral de Esgrima y Gimnasia, pasando de un sentido militarizado a uno educativo con fundamentos pedagógicos, instaurándose en las escuelas de nivel básico la ejercitación corporal en los planes educativos nacionales.

En 1920 es sustituido por la escuela elemental de Educación física para dar así inicio la cultura educativa deportiva en el país. En el año de 1923 es creada la dirección General de Educación Física, dependiente de la SEP y que trabajan conjuntamente para introducir los elementos deportivos que los niños necesitaban en ese momento, en el año de 1927 la Universidad Nacional Autónoma de México abrió la escuela Nacional de Educación Física pero es cerrada en 1934 por falta de presupuesto por parte del estado. En 1936 el departamento Autónomo de

Educación física de la SEP, crea la escuela Normal de Gimnasia utilizando los métodos europeos de enseñanza, pero tiempo después pasa a ser la Escuela Nacional de Educación física, en la actualidad la promoción y desarrollo gimnástica esta a cargo de la SEP y de la iniciativa privada, así como de la Federación Mexicana de Gimnasia dependiente de la Confederación Deportiva Mexicana.⁹⁸ Por lo que los planes y programas hacen obligatoria la introducción de la gimnasia básica dentro del desarrollo físico del educando.

Como vemos el desarrollo de la Educación física y de la Gimnasia, van ligados al desarrollo educativo del niño dentro del Plan Educativo Nacional, pero se han dado demasiadas carencias en este proceso, por lo que en la actualidad el plan no cubre las expectativas reales de educación, tanto en el desarrollo del movimiento corporal así como en el plano intelectual del niño por lo que hay que recurrir a procesos didácticos que ayuden a esté mejoramiento

La gimnasia moderna comprende dos escuelas.

La Sueca: Es la base de la gimnasia general, en función de los métodos propuestos por Ling, en la que los ejercicios generalmente son sin aparatos, pero si se utilizan implementos como bancos, aros, cuerdas entre otros, que están encaminadas a conseguir efectos fisiológicos derivados de un conocimiento anatómico y funcional del cuerpo para lograr tener la mejor articularidad posible en el ser humano.

La Gimnasia Alemana o Atlética: Es el proceso siguiente de la gimnasia sueca, se ocupa para dominar aparatos con el logro de una gran fortaleza y robustez de los músculos, ésta es sobre todo deportiva competitiva y se pone de manifiesto toda la sincronía muscular que el niño puede lograr con un plan adecuado de trabajo físico.

Dentro del marco educativo actual en el país, la gimnasia se clasifica de la siguiente manera:

Educativa: Gimnasia básica higiénica y rítmica que se aplica dentro de los programas educativos de nivel básico (preescolar, primaria, secundaria y en menor grado en el bachillerato).

Deportiva: Gimnasia artística (olímpica), rítmica deportiva y acrobática (se ocupa dentro del

⁹⁸ CONADE. (2000). www.conade.gob.mx. Fuente de Información Federación Mexicana de Gimnasia. pp. 2-13

alto rendimiento a nivel competitivo.

Aplicada: Gimnasia terapéutica, laboral, deportiva auxiliar, militar y para el hogar (se ocupa para cualquier persona sin necesidad de tener un conocimiento previo del deporte en general).

De estas tres modalidades la gimnasia general básica toma una parte de cada una de ellas para integrarlas a su sistema y modificarlas conforme se requiera en el niño, las tres modalidades de gimnasia más importantes en el ámbito educativo nacional son:⁹⁹

Gimnasia básica: Constituye la base de sustento para la práctica de la educación física y deportes. Mejora el rendimiento Físico (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y agilidad), además de fortalecer la salud y la estimulación fisiológica.

Gimnasia rítmica: Se realiza mediante actividades físicas acompañadas con música o sonidos, su propósito fundamental es desarrollar las capacidades coordinativas, especialmente el **ritmo**, como elemento importante en el desarrollo armónico y estético. Se utilizan diferentes utensilios para su práctica (pelotas, aros, cuerdas o listones). La danza es parte importante de esta modalidad gimnástica.

Gimnasia acrobática: Desarrolla las cualidades físicas y el aparato vestibular (sentido del equilibrio que se encuentra integrado en el cerebro). Perfecciona las capacidades coordinativas. Para el dominio de un deporte es indispensable por la integración de ejercicios estáticos y de equilibrio, ya sean combinados, de manera individual, por parejas, tercias y grupos.

Para un desarrollo adecuado de la gimnasia en los educandos, los músculos son los motores celulares que mueven cada una de las partes del cuerpo de este, al ejercitarse mediante la gimnasia, los músculos se vuelven más fuertes y resistentes además de obtener la **flexibilidad**, indispensable para todo movimiento mínimo del cuerpo.

“La flexibilidad es la capacidad de mover las articulaciones mediante una serie de movimientos (flexionar, girar, extender), la flexibilidad es la amplitud de movimientos de una articulación o una serie de articulaciones y en ella influyen los músculos, los tendones, los ligamientos los huesos y las estructuras óseas”¹⁰⁰

⁹⁹ SEP. (1993).Secretaria de Educación, Cultural y Bienestar Social. Material de Apoyo Didáctico. México. pp. 93-96

¹⁰⁰ ANDERSON, Bob, Ed Buke y Hill Peurl. (1997). . Barcelona. Ed. Oasis. pp. 122-123

La Flexibilidad es la base en la que se apoya la gimnasia general, para lograr los movimientos más simples o naturales en el niño como lo son el estirarse o doblarse, mas sin embargo, para algunos niños estos son muy complicados, ya sea por su falta de actividad corporal, indiferencia o por no tener la educación correcta dentro y fuera de la escuela.

Para poder ejecutar estos movimientos que vienen determinados por un número de factores que incluyen el nivel y el tipo de actividad que esta realizando, el niño deberá mejorar ampliamente su flexibilidad con un tipo y grado de movimientos simples, complejos y variados que proporcionen una mayor flexibilidad, evitando las acciones que la inhiban (como el sedentarismo o un ejercicio mal enseñado que provoque una lesión).

Para un mejor entendimiento de la flexibilidad esta se divide en:

Flexibilidad estática: que describe el grado de movimiento sobre una articulación sin referencia alguna a la velocidad del movimiento, se mide fácilmente por ejemplo la tensión de una pierna al estirarse o doblarse.

Flexibilidad dinámica: se refiere al grado de movimiento de una articulación en acción, más compleja de medir, por ejemplo, al girar y separar las piernas en un movimiento de maroma o giro corporal.

Es la flexibilidad la característica más sobresaliente del movimiento, es por eso que debemos aprovechar al máximo esta situación en los niños hasta antes de los 10 años, ya que después comienza un decrecimiento (disminución), de esta en forma continua si no se estimula constantemente.

Objetivos de la Gimnasia General en la escuela.

1.- Desarrollo armónico del organismo mediante:

- a) El perfeccionamiento de las capacidades físicas.
- b) El Fortalecimiento de la salud.
- c) Con fines de alargar la vida en el ser humano.

2.- Formación de destrezas motoras para utilizarlas en:

- a) La vida cotidiana

- b) la aplicación de juegos y deportes.
- c) proporción de conocimientos especiales (seguridad, confianza.)

3.- Educación de las cualidades sociales como las:

- a) Morales
- b) Estéticas
- c) de Voluntad

4.- Por ultimo de las capacidades cognitivas como:

- a) Propiedad de pensar (ante una acción)
- b) Propiedad de conocer
- c) Propiedad de resolver problemas, en donde aplicaran todo lo que han aprendido, mediante la técnica¹⁰¹, la táctica y la teoría.

Es así como el perfeccionamiento de los movimientos y el aprendizaje de una capacidad dentro del proceso de valoración de los conocimientos, forman una unidad de educación y formación que es el resultado de la posición pedagógica del profesor y la participación activa del educando. Tomando en cuenta que los contenidos de aprendizaje en este, mediante la enseñanza de la gimnasia general se basa en dos puntos.

1. Los conocimientos especiales relacionados con el movimiento específico de un deporte cualquiera.
2. Los conocimientos generales, relacionados con la didáctica aplicada en los movimientos básicos del niño, los cuales ocupa la gimnasia general para su desarrollo.

La idea de transmitir estos conocimientos debe tener una función productiva y otras reproductivas. Es decir la efectividad de los movimientos enseñados al niño, viene dada mediante la elevación de los conocimientos esenciales en el proceso de los ejercicios físicos, esto es, solamente se puede tener éxito cuando estos movimientos o ejercicios estén basados en conocimientos efectivos teóricos-recientes para su aplicación en las diferentes fases del desarrollo motor del niño.

¹⁰¹ Se le denomina técnica a la enseñanza de un movimiento o acción con parámetros establecidos científicamente por medio del estudio de la mecánica u otros aspectos corporales del ser humano, en donde se pretende mejorar el movimiento paso a paso. La técnica no es exclusiva del deporte, pero es la más utilizada junto con la táctica.

No se puede aprender ni rendir sin los conocimientos reales de enseñanza, estos conocimientos para la optimización en el complejo del rendimiento motor, corresponde a las funciones productivas a continuación mencionadas.

- Relación entre la educación física y la gimnasia general.
- Clasificación de los datos.
- Conocimiento amplio de lo que se enseña.
- Aplicación correcta de las medidas de higiene.
- Conocer las diferentes formas de regeneración.

Dentro de las funciones reproductoras podemos ver cuales son:

- a) Dar a conocer las relaciones existentes entre la educación física, la gimnasia general y el proceso de educación.
- b) Dar a conocer lo que se va a enseñar: temáticas y ejercicios que estén relacionadas con las situaciones sociales, la salud y la cultura, para la formación de la personalidad en el niño.

La relación entre estas funciones productoras y las reproductoras debe ser siempre de manera que se estructuren correctamente los procesos educativos, es decir, que el profesor analice lo que está enseñando y el educando entienda mejor lo que se le enseña. En el siguiente apartado hablaremos sobre, los procesos especiales y generales de la enseñanza y los patrones básicos de movimiento que conforman a la gimnasia general como un medio educativo eficaz para el desarrollo motor del alumno.

4.2. Fases de la enseñanza-aprendizaje de la gimnasia general y los patrones básicos de movimientos que se pretenden desarrollar en el niño dentro de la escuela primaria.

Para el desarrollo y buen funcionamiento de la gimnasia general, es indispensable conocer y saber como se encuentra el estado de salud del educando, saber si no tiene problemas, musculares, esqueléticos o de aprendizaje y así determinar que grado de condicionamiento

físico¹⁰² puede o no aplicarse en él.

El **condicionamiento** físico en el niño es de gran importancia para su desarrollo general, es decir, si consideramos al estado de condición como una situación de capacidad de rendimiento físico en el ser humano, con sus factores físicos y psíquicos limitativos, el contenido de las actividades que llevaran a este estado deberán estar compuestos por tareas que conduzcan al rendimiento óptimo de cada edad.¹⁰³ Será factor integrante de esta formación la continua implicación de las habilidades motoras innatas (aprendidas), así como el desarrollo objetivado de las capacidades motoras, las de coordinación y anticipación que son indispensables en la resolución de problemas para el educando.

El condicionamiento físico puede estar dado de manera general y de forma especial, con el objetivo de alcanzar el aumento de capacidades de rendimiento (fuerza, velocidad, resistencia) para la práctica de alguna deporte y lograr niveles de optimización y rendimiento a gran escala en el alto o bajo rendimiento competitivo, incluida dentro de estos deportes la disciplina de la gimnasia rítmica o artística, todo esto partiendo de un nivel de aprendizaje básico de los movimientos corporales del niño.

En el desarrollo de las cualidades físicas básicas de los alumnos de primaria, los profesores, debemos de tomar en cuenta a las dos formas de condicionamiento físico para un mejor rendimiento del niño, por lo que a continuación mencionare los objetivos deseados de la aplicación de la gimnasia general con respecto a la enseñanza de movimientos en los alumnos.

Primero.- Desarrollo Sistemático de los factores físicos de rendimiento (fuerza, velocidad y resistencia, incluyendo sus formas complejas de aparición) esto es que la actividad muscular y el rendimiento orgánico deben ser llevados, por medio de practicas y entrenamiento, a un estado que corresponda a las posibilidades especificas de cada edad (de menor a mayor grado) de modo que con esa base puedan lograrse los limites de rendimiento óptimo individual.

¹⁰² Se entiende como condicionamiento físico a la capacidad que tiene el niño para resistir ciertas cargas de ejercicio de acorde a su edad, peso y tamaño. La finalidad de este es estimular y fortalecer de manera general al cuerpo del individuo.

¹⁰³ K. Koch. (1973). Condicionamiento Físico para la Salud. Buenos Aires. Ed. Kapelusz. pp. 8-10

Segundo.- Desarrollo Variado y Múltiple de las cualidades motrices (destrezas, habilidad, movilidad, elasticidad, agilidad). Como factores de la conducción y expresión de movimientos con ayuda de tareas de movimiento apropiadas, desarrollo de la coordinación y de las capacidades motoras existentes en relación con esquemas de movimiento siempre disponibles (movimientos naturales del niño).

Tercero.- Por ultimo, el carácter de cada tarea de movimiento, que de caso a caso lleve a los límites de la capacidad de rendimiento, es decir, deberá de dar posibilidades para el desarrollo psíquico de las componentes de rendimiento con especificación en fundamentos pedagógicos para acentuar los medios de práctica y enseñanza de los movimientos básicos en el niño.

Dentro de la introducción en el plan de clase, el condicionamiento general deberá ensamblar en la totalidad del aprendizaje, esto es, debe figurar en la planificación diaria, semanal, mensual o anual del profesor, no como una obligación por cumplir, sino más bien como algo que debe realizar para el mejoramiento de la función educativa.

La gimnasia general junto con una preparación física básica o un condicionamiento físico general sobre una base amplia, no sólo ofrece las condiciones requeridas para toda disciplina que sea medible, sino que favorece el aprendizaje de nuevas formas de movimiento tecnomotor de origen gimnástico o deportivo. Entre la formación física y el desarrollo de movimientos tecnomotores (ejercitación técnica), deberá existir una íntima relación como por ejemplo al ejecutar un movimiento de elefante caminando (cuatro puntos, pies y manos) y realizar una rodada al frente, para levantarse hay que tener fuerza abdominal y velocidad de reacción para poder incorporarse rápidamente. Por lo tanto, hay una coherencia entre lo que se aprende básicamente (elefante) y las cualidades de destreza necesarias para ejecutar el movimiento, como la fuerza ocupada en ese ejercicio.

Podemos decir, que la ejercitación constante en los niños conduce a múltiples incentivos del aparato motor y de todo el organismo. Al presentar variadas secuencias de movimiento en diferentes tareas deportivas, tanto mayor y variado será el efecto sobre los factores complejos de rendimiento físico y las cualidades motoras del alumno, ya que la capacidad de redimiendo físico y la suma de las posibilidades de rendimiento de los sistemas orgánicos, incluyendo al muscular y el nervioso, llevan a un rendimiento físico e intelectual óptimo en el educando.

La práctica variada de movimientos implica una planeación, por lo que en las escuelas primarias el condicionamiento físico general juega un papel relevante dentro del plan de clases de educación Física. El cuerpo se beneficia con los movimientos organizados y secuenciales del juego y el deporte, por lo que es indiscutible que entre más ordenado sea el plan de actividades corporales para el niño mejores serán los resultados.

El ejercicio físico dentro de la gimnasia general actúa sobre el organismo como un poderoso agente que modifica la nutrición y acelera la asimilación de conocimientos, por esta causa el aumentar la actividad de los órganos del cuerpo, constituye un poderoso medio terapéutico en ciertas enfermedades ya que el ejercicio modifica las actividades nutritivas y producen mayor desarrollo del tejido muscular y esquelético, por ejemplo en el aparato digestivo aumenta los movimientos peristálticos (movimientos circulares) lo que ayuda a la digestión de alimentos, pero también ayuda a aumentar las contracciones cardíacas y por lo tanto al aumento de oxigenación en todo el cuerpo, por la constante irrigación de sangre a todos los órganos de éste.¹⁰⁴

A continuación estableceremos cual es la diferencia entre la enseñanza de movimientos corporales en el niño de manera general y cuales son los movimientos especializados para la práctica de un deporte.

1. La diferenciación entre el aprendizaje motor general y el especial dentro de la educación.

Los patrones motores más complejos que el niño puede desarrollar a lo largo de su vida se van formando desde que se nace, pero estos patrones, pueden atorarse en ciertas etapas de su vida; ya sea por factores interiores como los genéticos o exteriores como el mal cuidado de los padres o familiares cercanos a él. La introducción de la gimnasia general, para recuperar estos movimientos básicos, repercute en las facultades elementales de movimiento del niño, en la mejora de su rendimiento escolar y de su capacidad física general.

La formación de movimientos en forma general crea y amplía las bases y condiciones físicas necesarias, para después poder desarrollar una especialización en cualquier área deportiva como por ejemplo (fútbol, voleibol entre otros). En la presente investigación el principal objetivo

¹⁰⁴ SEP. Complemento Didáctico Op. Cit. p. 5.

es hacer que el niño retome las habilidades más generales o básicas de movimiento que ha perdido con el paso del tiempo, para que pueda retomar después el entrenamiento especial, dentro o fuera de la escuela.

En un proceso educativo metódico, el proceso de enseñanza general de movimientos es el que procede al movimiento especial, es decir siempre debe de haber una relación orgánica funcional complementaria, entre los movimientos básicos del niño y los movimientos complejos que se van desarrollando y aprendiendo durante un entrenamiento de forma especial.

La formación general de movimiento en el niño deberá tener las características del desarrollo indiferenciado de cualidades y aptitudes que crearan niveles adecuados de técnicas y tácticas para el movimiento especializado. La formación general de la acción corporal deberá de abarcar los medios que garanticen eficazmente un desarrollo corporal total, con la integración de ejercicios que fomente positivamente el desarrollo de todas las cualidades cinéticas deportivas (fuerza, velocidad, resistencia, agilidad y elasticidad), y amplíen la base de los hábitos cinéticos del educando. Por lo tanto la gimnasia deportiva complementaria o general es de gran ayuda con la implementación de ejercicios gimnásticos con lastres que ayudan a la obtención de las diferentes resistencias en el educando, los ejercicios con instrumentos y aparatos que ayudan a la obtención de la coordinación y la orientación. En general, la utilización de cualquier tipo de ejercicio puede utilizarse eficazmente en la formación corporal del niño y aplicarlos en las diferentes especialidades deportivas.¹⁰⁵

Para la educación general de movimientos básicos en el niño, se debe permitir la libre ejecución de estos sin forzarlos en caso de que no los pueden hacer. Entre los diferentes ejercicios pueden establecerse relaciones de signo positivo o negativo, que dependen de las leyes de transferencia positiva o negativa de las diferentes cualidades corporales del niño.

Evidentemente podemos decir a manera de conclusión, que en la enseñanza general de movimientos básicos en el niño no se pretende la perfección máxima sobre las diferentes propiedades de movimiento en hábitos y aptitudes, sino que se busca en si el mejoramiento de la capacidad corporales coordinación, flexibilidad, fuerza, resistencia y otros que ayuden al educando a una mejora educativa dentro y fuera del aula. Mientras en la especialización si se encamina a un nivel máximo de desarrollo dentro de un ámbito relativamente reducido de

¹⁰⁵ PLATANOV, Vladimir N. (1988). **El Entrenamiento Deportivo**. Teoría y Metodología. Ed. Paidotribo. Barcelona. pp. 61-63

cualidades, aptitudes y hábitos especiales de movimiento en alguna actividad deportiva. Por esto es indudablemente para un proceso educativo deportivo efectivo no debe de haber una separación entre la preparación general del movimiento y la formación especial de este en el educando.

Dentro de la gimnasia general existen diferentes fases o etapas del desarrollo motor que deben tener en cuenta para la obtención de un mejor resultado en su aplicación a continuación las señalaremos tratando de hacer ver a importancia de estas fases:

Fase A:

1. La importancia del ejemplo.

La primera impresión sobre un movimiento nuevo es a través de la vista, para que el niño pueda formarse una idea de lo que hay que realizar.

2. Coordinación Primitiva ¹⁰⁶

Caracterización General

a) Cuando se ejecuta un movimiento por primera vez, el educando, adúlese de todas las características intrínsecas del movimiento (ya los conoce).

b) La coordinación primitiva contiene ya en si todas las posibilidades de presión, refinamiento, diferenciación y especializaron, pero también de afirmación y estabilización.

c) El movimiento toscamente coordinado debe tener la siguiente característica.

- Antieconómica: no debe hacer gran esfuerzo en su realización.

d) Los rasgos de la ejecución de movimientos óptimos deben tener:

- Fluidez

- Elasticidad

- Reestructuración optima espacio temporal y dinámica

- La transmisión del movimiento

- La predicción del movimiento

- La anticipación.

Todos estos elementos son necesarios para una mejor capacidad motora y motriz en el niño.

¹⁰⁶ En el caso de movimiento, se le considera primitivo a toda acción o movimiento que es conocido, pero que no se le ha dado un enfoque selectivo o técnico.

3. Inicio de la coordinación primitiva.

El educando se inicia en la coordinación primitiva de un movimiento a través de dos vías que a continuación explicare.

a).- La adquisición libre o sin tuterazgo: en donde la adquisición libre de movimientos se caracteriza por la creatividad y la iniciativa del niño.

b).- La adquisición dirigida o entrenada: Que se caracteriza porque al niño se le dan indicaciones precisas sobre el nuevo movimiento y las formas de como debe ir corrigiendolo.

Es en esta fase, donde se conocen los problemas o dificultades que tienen algunos alumnos con respecto a un desenvolvimiento corporal correcto, aquí podemos determinar la calidad o nivel de ejercicio que el niño puede ejecutar con o sin ayuda.

Fase B

Esta fase es la intermedia entre la torpeza y la destreza, porque aparecen paulatinamente las características intersecas del movimiento por lo que continuación los vemos:

a) Característica general: El aprendizaje motor primitivo va adquiriendo formas más refinadas, ya no es saltar por saltar. Los movimientos se hacen más armónicos y más unitarios, es decir se deben suprimir los movimientos superfluos (sin interés) y fuera de control. La dirección de los movimientos se hace mas controlada, precisa y mas dirigida a su objetivo.

b) Dirección consiente de la atención. Es un estado de práctica y aprendizaje consiente, al realizar el movimiento tosco, la atención se dirige hacia el objetivo, ahora se produce un desplazamiento de la atención hacia el movimiento propio del cuerpo. La atención debe dirigirse a analizar y comprender las órdenes que se le dan, así como las sensaciones que se producen para poder interpretar el movimiento.

c) Todos los movimientos de evitación, protección y agresión que sean aprendidos, deben reorientarse, pues pueden inhibir el aprendizaje de nuevos movimientos útiles. Por lo tanto, los movimientos innecesarios deben desecharse cuando se presenta la ejecución de una técnica básica.

d) Corrección por explicación oral. La corrección consiente, el afinamiento y diferenciación de los movimientos, sólo es posible por la explicación oral cuando pasa la etapa de la enseñanza

visual. El alumno que aprende necesita que se le señalen las fallas que tiene para que corrija el movimiento de acuerdo a las explicaciones oportunas y claras del profesor.

e) Regulación senso-motora periférica. La afirmación y corrección de los movimientos es facilitada por la influencia reguladora procedente de los instrumentos aparatos, objetivos y sujetos que tocamos, vemos y oímos. Al ejecutar un movimiento, lo vamos a hacer sobre diferentes superficies y aparatos que tengan que manipular, además de nuestro propio cuerpo, debemos franquearlos (usarlos) y apoyarnos en ellos, de modo que se necesita entrenar en diferentes condiciones para que el alumno ajuste sus movimientos y los realice con mayor precisión.

f) Afinación por influencia Acústico-rítmica. En todos los ejercicios corporales y en todos los movimientos difíciles que exigen la participación de todo el cuerpo, debe haber una relación entre lo que se oye y lo que se ejecuta, por ejemplo al indicarle al niño que de un salto al frente cuando se palmea, el niño debe organizar todo su cuerpo y la acción al oír el sonido de la palmada.

h) Aprendizaje conceptual y no sólo por imitación. La repetición y la práctica solo adquieren un sentido de representación cuando hay un aprendizaje de lo que se ejecuta. Para el aprendizaje motor no basta la pura acción, sino que se necesita de igual manera la reflexión sobre lo que se esta haciendo para que el movimiento este bien ejecutado. Como mencione en el apartado 3.1, al aprendizaje motor no se basa en una acción que el niño lograra al ir creciendo, sino en la perfección de esa acción, mediante un proceso de mejoramiento en la acción motriz (proceso de inteligencia)

Fase C.

Afinación y adaptación a condiciones de cambio, es decir se da la estabilización del movimiento.

El centro de gravedad del aprendizaje motor en esta fase radica en la fijación del movimiento, su estabilización por el entrenamiento, el ejercicio y la repetición. Estos dos puntos importantes dentro de un movimiento destinado a mejorar la movilidad del niño se definen así.

Por la fijación y estabilización, se entiende como proceso de establecer una figura espacial, temporal y dinámica del cuerpo al ejecutar un movimiento. Además de la seguridad contra

perturbaciones del medio interno y externo incluidas las de la mente, en donde pueden existir ciertos bloqueos o predisposiciones para ejecutar un movimiento complicado o no. La figura del movimiento se verifica por automatización (repetición constante de una acción), lo que hace más sólido los nexos reflejos condicionados como la coordinación, la agilidad y la orientación

1. Características del movimiento automatizado.

Cuando más se repite un movimiento en el curso de los ejercicios en la clase se adquieren los rasgos de movimiento automatizado. En cierto momento se debe pasar de este movimiento a una acción de reflexión y creatividad por parte del alumno y es cuando se le puede enseñar a jugar un deporte. Los movimientos técnicamente perfectos, se caracterizan por su elaboración especializada que no son ahora objetivo de estudio. Las características del movimiento automatizado son:

a) Cuando el niño va a adquirir un movimiento, deberá tener las siguientes características para su buen funcionamiento.

Espacial.- espacio requerido para su ejecución.

Temporal.- ritmo que se requiere para su ejecución, mayor o menor tiempo.

Dinámico.- al conjugar los anteriores deberá de haber un cierto ritmo de fuerza.

Estabilización.- Hacerse inmunes a las influencias perjudiciales del medio exterior e interior.

b) A continuación se recomienda diferentes pasos para tener una mayor fijación y estabilización de un movimiento.

- Poder variar la realización de movimientos gimnásticos en diferentes horarios escolares.
- Pude salir a diferentes escenarios deportivos para que el niño vea la diferencia entre la gimnasia general y otro tipo de gimnasia mas complejas.
- Utiliza diferentes implementos e instrumentos en su aprendizaje y desarrollo motor, como aros, bancos, cuerdas y anillos.
- Combinar los movimientos actuales con los ya aprendidos, con tutoría o de manera natural.
- Ir paulatinamente dejando a los niños que realicen movimientos que a ellos les gusten, pero con los elementos básicos enseñados, como gatera, rodar, girar y otros.
- Superar los factores psicológicos internos (miedos, fobias, coraje, ira o soledad)
- Superar los factores externos psicológicos como por ejemplo:

Familiares

- El hacer ejercicio o deporte no sirve para nada.
- No salgas a Educación física por que te ensucias.
- No le pongas tanto cuidado a los deportes, como a las matemáticas, español y otros que si son importantes.
- No puedes hacer ejercicio por que estas muy gordo, muy flaco, cansado, no sirves para eso, nunca serás un campeón olímpico.

Educativos (profesores).

- Prefiero que estudien y acaben sus tareas de matemáticas a que salgan a educación física.
- Niño ya no comas tanto por que no vas a poder ni correr en educación física.
- Te quedas castigado en la clase de educación física, al fin que ni es tan importante.¹⁰⁷

Como podemos observar, dentro de un proceso educativo correcto, debe de haber una constante relación entre el profesor, el alumno y el padre de familia para poder llevar acabo procesos educativos que ayuden al mejoramiento de las habilidades escolares y deportivas en el niño, la gimnasia general puede ofrecer que este aprovechamiento se efectué mas sencilla y eficazmente.

Como la intención es de integrar a la gimnasia general como un apoyo a la educación para resolver problemas de movimientos básicos en el niño, es necesario conocer cual puede ser el principio de esos desordenes en el movimiento. Comencemos con decir que es durante la infancia donde se conforma la acción postural, en donde el tejido cartilaginoso (huesos) es preponderante; es aquí donde la columna, cadera y arcos del pie determina su relación geométrica y estructural, que favorece o no, a la respiración, la circulación y la digestión.

Como mencione anteriormente las posiciones ociosas al sentarse, acostarse o el uso de implementos inadecuados a largo plazo puede tener incisión sobre el retorno venoso, comprensión nerviosa, elongación, atrofia de aligamientos y tendones, deficiente empleo de la musculatura paravertebral y desalineamiento articular que pueden limitar el desarrollo motriz deseado, aunque esto no es una regla constante en todos los niños, pero si pueden evitarse, seria lo mejor para el niño. En las figura 6, podemos ver las posturas correctas e incorrectas

¹⁰⁷ CONADE. www.conade.gob.mx. Sección de Gimnasia General. p. 2-12

que se observan en el infante. Ver fig.

Fig. 6. Posturas correcta e incorrectas en el niño. Tomada de: Manual de estimulación temprana. p. 10

Así mismo podemos ver en la figura 7, los implementos inadecuados que pueden afectar en la actividad motriz del niño antes de caminar o cuando es menor de los doce meses

Fig. 7. implementos inadecuados para el niño. Tomada de: Manual de estimulación temprana. p. 9

Dentro de los objetivos de la gimnasia general están los de recuperar los movimientos de la motricidad primaria en el niño, que se pudieron perder por lo mencionado en el párrafo anterior, dentro de esta motricidad primaria es donde encontramos que se origina el control postural, la estabilización física, orgánica y emocional. Como lo vemos en el esquema 6.

El bebé transita de la consolidación de sus reflejos innatos a la consolidación de reflejos adquiridos, de ahí las acciones motrices voluntarias hasta el control y consolidación de patrones posturales motores, pero esto puede variar según factores ambientales y culturales como los de la herencia e incidencias patológicas pre y postnatales, aunados a experiencias de aprendizaje, es aquí donde entra la gimnasia general para estimular las diferentes capacidades y patrones motores en el educando de nivel primaria.

El retomar acciones de movimiento que el niño puede no tener, o que no interioriza correctamente, lleva a un aprendizaje de las estructuras del conocimiento del esquema corporal y de la acción motora, mas eficaz y útil para el educando. El canto, el ritmo, la percusión la gesticulación, el juego, la rima, nos llevan a una carga efectiva en el movimiento, mientras que el acariciar, cargar, conversar, cantar y aplaudir estimulan la confianza y seguridad, por ultimo al ejercitar el cuerpo con maromas,, correr, saltar, reptar, flexionar, estirar ayudan al movimiento coordinado en el niño.

Esquema 6. Motricidad primaria. Tomada de: Manual de estimulación temprana. p. 12

Ahora bien, cuales son los patrones básicos de movimiento que el niño debe tener y aunque no los tenga, se pretende ejercitar mediante el uso de la gimnasia general como medio didáctico de apoyo en la Educación Física, a continuación se explican.

2. Patrones básicos de movimiento que la gimnasia general ayuda a desarrollar principalmente en el niño.

Estos patrones¹⁰⁸ básicos de movimiento, se desarrollan ampliamente con las acciones naturales de movimiento que el niño va adquiriendo durante su desarrollo y que abarcan los tres diferentes tipos de movimiento en el ser humano como lo son: el reptar, gatear y mantenerse en pie, esto lo podemos ver en el caminar, marchar, correr, saltar, trotar en superficies reducidas,

rodeando en zig-zag o saltando objetos , en suelos diferentes como el cemento, colchones, arena, pasto, en planos inclinados, rectos, desviados y otros.

A continuación mostrare los ejemplos de combinación entre estos tres elementos de movimiento que el niño puede realizar en su aprendizaje escolar:

- Gatear, hacia delante, atrás, arriba, abajo, entre objetos, debajo de estos, usando cuerdas, aros, llantas, cojines o combinaciones.
 - Subir y bajar, pequeños escalones, muebles, con o sin ayuda.
 - Jalar objetos, botes, juguetes, ropa, pelotas, en diferentes posiciones (hincado de rodillas, sentado) con o sin desplazamiento
 - Empujar diversos objetos (aros, pelotas, llantas y globos) en todas las partes del cuerpo.
 - Golpear también los objetos suaves y duros con todo el cuerpo
 - Lanzar, hacia arriba, adelante, atrás, abajo y en medio de, con las manos, los pies, la cabeza.
 - Cachar: en diferentes posiciones (pie, sentado, acostado), todo tipo de objetos que pueda agarrar.
 - Reptar: imitando a diferentes animales, como las víboras y el cocodrilo.
 - Equilibrarse: sobre la cabeza, sus, manos, espalda; al gatear o imitar animalitos llevando algún objeto.
 - Saltar: en su lugar, hacia delante, hacia atrás, con ayuda y cuando lo logre sin ella. imitando animales, ir hacia abajo, atrás, en pequeños escalones y otros.
-
- Rodar de leño, barril u ovillo, ya sea para adelante, atrás y otras direcciones.
 - Tregar: todo objeto que sea seguro y en diferentes inclinaciones.
 - Suspender con elementos aéreos, pasamanos, barra fija, anillos, entre otros.
 - Cargar: objetos y juguetes de diferentes formas y tamaños.

Como vemos, todos estos patrones básicos de movimientos, son comunes en todos los individuos, pero en algunos casos pueden existir alguna carencias marcadas como pueden ser

¹⁰⁸ Se entiende por patrones de movimiento a las acciones que el individuo ejecuta con su cuerpo, que ya están establecidas desde antes de su nacimiento y que se van perfeccionando con el paso del tiempo por medio de la actividad corporal.

muy poca coordinación, flexibilidad, fuerza, articularidades muy rígidas, falta de delimitaciones espaciales y temporales además de los problemas genéticos que el niño puede tener desde su nacimiento. Es por esto que debemos adecuar las actividades gimnásticas que se proponen para que el desarrollo motor en el niño se incremente de manera más compleja e interesante para el propio educando. Ver la figura 8, de patrones motores básicos de movimiento en el niño.

Fig. 8. Patrones motores básicos de movimiento del niño. Tomada de: Manual. Op. Cit. p. 26

4.3. Elementos auxiliares como el juego y la danza en la gimnasia general, para el apoyo educativo de la Educación Física y actividades para el desarrollo de habilidades motrices en el niño, en la escuela primaria “Gabriela Mistral.”

Como mencione en el apartado anterior, la gimnasia general busca en recuperar en el niño los patrones motores básicos que el niño debe de tener desde su nacimiento y que van mejorando con el tiempo. ¿Pero cuáles son los esquemas de ejercitación que se deben aplicar para el educando de acuerdo a su nivel de desarrollo?

Estos esquemas¹⁰⁹ se van a estructurar, de manera que lleven un seguimiento continuo en su educación, el nivel con el que se le enseña al niño debe formar parte de su crecimiento y desarrollo, esto es, no es lo mismo la enseñanza de un niño de sexto año de primaria que uno de primer grado, pero aún así, existen niños de primero que tienen patrones básicos de movimientos más elevados que los niños grandes o de otros grados, ya sea por su complexión, interés o poco miedo a ejecutar un movimiento difícil. A continuación se ilustran en la figura 9, los esquemas de ejercitación que se van a desarrollar en el niño mediante la integración de la gimnasia general en el desarrollo motor.

Fig. 9. Esquemas de movimiento en el niño. Tomada de: Manual. Op. Cit. p.29

Lo fundamental en la integración de este tipo de ejercicios en el niño de primaria, es que no se enmarquen en el aprendizaje del alumno como una preparación para un deporte en especial, más bien, estos esquemas deben centrarse en el proceso general del desarrollo motor en el niño, además de considerar los ejercicios que se introducen al área de la percepción, la memoria, coordinación fina, y lenguaje sin olvidar su reacción con el estímulo afectivo (abrázalo, cárgalo, acarícialo y peinarlo.). Así como el fortalecimiento físico, para el beneficio de la salud que esté propicia, por esto son indispensables las relaciones afectivas y emocionales entre el

¹⁰⁹ Los esquemas de trabajo presentados en la siguiente figura representan las formas de cómo se deben dividir las diferentes secuencias de aprendizaje de la actividad motora del alumno, separando y dividiendo las áreas corporales para cada parte específica del cuerpo.

niño y los que lo rodean (padres, compañeros y maestros), para que su desarrollo motor sea mas correcto.

Para el desarrollo motor dentro de la escuela, las actividades que desarrollan los patrones motores básicos del movimiento, se estructuran en un esquema por categorías, el cual da la oportunidad de comprender y llevar a la práctica de manera organizada y sencilla dichas actividades, esto es , de lo más simple o elemental a la obtención de elementos motrices mas complejos. A continuación veremos estas categorías de movimiento, el esquema 7 lo explica.

Esquema 7. Categorías de movimiento del niño. Tomada de: Manual. Op. Cit. p. 33

Estos esquemas de movimiento, pueden parecer, sencillos, pero aplicados de manera metódica puede mostrar muchas carencias que al niño pueden tener en su movimiento.¹¹⁰

Dentro de la Educación Física, la gimnasia general prepara al niño para la iniciación deportiva básica, ya que se considera que esta debe llevarse a partir de las posibilidades y características

¹¹⁰ SEP. (2000). Comisión Nacional del Deporte. (CONADE). dirección General de Desarrollo del Deporte. Dirección de Deporte Popular. México. pp. 10-33

de crecimiento y desarrollo del niño o el adolescente, además, toma en cuenta las diferentes fases del desarrollo motor por las cuales transitan, ya que estas no pueden saltarse salvo casos excepcionales. En el siguiente esquema 8, podemos ver cuales son las fases de desarrollo motor en el niño.

Esquema 8. Fases del desarrollo motor del niño. Tomada de: Iniciación y enseñanza deportiva. p. 9

Al igual que la gimnasia general como un proceso de inicio para la gimnasia de alto rendimiento para competencias, la iniciación deportiva es un proceso de educación o formación básica en el educando para la resolución de problemas en su vida cotidiana. La gimnasia general, es un proceso de iniciación básica de movimientos en el niño, estos movimientos son aquellos que el educando va aprendiendo desde que comienza su vida como el gatear, para luego ocuparnos en otros movimientos más complejos y variados, para mejorar las fases motoras arriba mencionadas..

La integración de la motricidad básica l ampliamente en movimientos y de gran riqueza motora, permite al niño múltiples posibilidades de movilidad corporal, pues su formación debe ser multilateral y no de especialización de alguna disciplina deportiva, esta oferta de movimientos deben ser lo más variable posible con la inclusión de los patrones básicos de movilidad articular del niño, para lograr objetivos cada vez mas complicados en su hacer cotidiano. Al ser la gimnasia general un medio de desarrollo de habilidades y capacidades en el niño, debemos analizar que son las capacidades de rendimiento en el educando.

Dentro de la escuela en el marco de la Educación Física, el rendimiento deportivo no sólo se caracteriza por ser un proceso pedagógico, sino también por el grado de desarrollo de las capacidades motoras (también llamadas cualidades físicas o habilidades).

La gimnasia general, retoma estos mismos conceptos de la Educación Física, pues el proceso de desarrollo de las capacidades depende de la relación entre los conocimientos de las técnicas deportivas y la propiedad de resolver los problemas técnicos mediante el empleo correcto del conocimiento, del pensamiento y de la acción en un momento determinado denominadas **capacidades cognitivas** (capacidad de aprender una acción y poder adaptarla a una situación o problema). Las capacidades se dividen de la siguiente manera:

1. Capacidades condicionales ¹¹¹

Se caracterizan por el proceso energético en el organismo, el cual está influido por el proceso de alimentación, herencias y medio ambiente. Tiene su base en el proceso docente educativo y las mismas se desarrollan en diferentes grupos. Por lo anterior se puede señalar cuál es el comienzo de las capacidades condicionales, que son de gran importancia para la gimnasia general.

- Flexibilidad: 6 años en adelante
- Rapidez: 8 a 12 años
- Resistencia: 10 a 12 años en adelante

- Fuerza: 14 años en adelante

En el proceso de la enseñanza deportiva del niño se va integrando mediante ejercicios sencillos y prácticos como ser el levantarse y pararse trabajando el abdomen y las piernas conjuntamente.

¹¹¹ SEP. (2000). Comisión Nacional Del Deporte. (CONADE). Desarrollo De las Capacidades Condicionales Y Coordinativas. México. pp. 3-10.

Debo señalar que estos principios de capacidades pueden variar de acuerdo al sexo del niño y puede ser observado principalmente en la flexibilidad y la fuerza, mientras una niña de seis años alcanza un máximo de estiramiento en un arco, a un niño le causa muchos problemas dicho movimiento. Por lo tanto a continuación mencionare los elementos que estaré trabajando en las actividades propuestas para el desarrollo motor del niño, como lo vemos en la figura 10.

Fig. 10. Ejercicios profilácticos de fuerza y flexibilidad para el niño. Tomada de: Manual de. Op. Cit. p.10

- Rapidez

No confundir con la velocidad, la velocidad es un concepto de la rama de la mecánica que sirve para determinar el tiempo que se necesita para el desplazamiento de cualquier objeto en el espacio. Podemos decir que la velocidad sirve para medir el grado de rapidez, la rapidez depende de determinados procesos bioquímicos y psicológicos del organismo, pero también de los fenómenos de reacción del propio sujeto. La rapidez me sirve para medir los niveles de reacción que tiene el niño al realizar un ejercicio con características como son el correr, levantarse, etc.

- Fuerza

La fuerza se divide en:

- a) Fuerza a la tensión, que se produce al reducirse las fibras musculares.
- b) Fuerza es la tensión que puede desarrollar los músculos durante su concentración.
- c) Fuerza es la capacidad de superar la resistencia exterior.

En la gimnasia general, los tipos de fuerza que se utiliza van acorde al tipo de movimiento realizado, estas fuerzas pueden ser de manera estática (sin movimiento), dinámica (lento o rápido), rápida (de tiempo corto o largo), absoluta (con peso corporal), relativa (en relación al peso corporal) y la fuerza máxima que es la mas elevada que puede ejecutar el sistema neuromuscular durante una contracción máxima, por ejemplo una abdominal carpada o en V.

- Resistencias

Esta estancia se conoce como la capacidad de realizar un esfuerzo físico durante un tiempo prolongado, sin que disminuya su efectividad, por ejemplo cuando queremos conocer la resistencia de un niño el ponerlo a correr de 3 a 7 o mas minutos sin sobrepasar el nivel o capacidad de acuerdo a la edad en que se encuentre el niño. La resistencia es básica en forma general y es especial cuando se determina el rendimiento en las diferentes etapas y deportes

- Flexibilidad.

Como ya lo mencioné en el apartado 3.2, la flexibilidad es el medio más ocupado en la gimnasia general, pues aquí determinamos la capacidad del niño para realizar movimientos de gran amplitud. La flexibilidad se determina en gran medida por las formas de las articulaciones (ver apartado III), por el roce interarticular e intramuscular y por otros factores antagónicos, fundamentalmente por el grado de coordinación de los distintos grupos musculares. La flexibilidad puede ser, activa, pasiva y anatómica, la primera es donde el individuo logra por si solo la amplitud de movimientos en determinadas articulaciones y la fuerza depende de la elasticidad intrínseca de los músculos y los ligamientos. Esta varía de acuerdo con la influencia del sistema nervioso central con la ayuda de las otras dos.

2. Capacidades Coordinativas.

Dentro de estas capacidades encontramos las básicas y las especiales, en este estudio, solamente nos ocupan las capacidades básicas como proceso de desarrollo motor en el niño de primaria por lo que podemos decir al respecto lo siguiente:

a) Capacidades de Aprendizaje Motor: Es el tiempo que conlleva el proceso de aprendizaje, de la sumatoria del número de repeticiones que necesita un alumno para lograr un nivel de desarrollo de un hábito motor determinado.

Los métodos de entrenamiento deportivo de las capacidades motoras, son las de aumento progresivo de las cargas, el de ejercicios, el del juego, el de intervalo, el de circuito y el de competencias, dentro de todos estos métodos, la gimnasia general ocupa con más frecuencia el método de juego y el de circuito ya sean solos o de forma conjunta, pero de todas las demás se toman ciertas características para complementar a los otros.

- Método de juego

Utilizado para la resistencia general, la rapidez y las capacidades coordinativas. Este método nos permite captar la uniformidad de los ejercicios y relacionarlos con la velocidad, el tiempo la distancia y otros.

El juego dentro de la Educación Física: Para la gimnasia general el modelo lo componen las siguientes formas:

- Juego Tradicional.
- Juego Organizado
- Predeporte
- Circuito.

Las principales características de diferencias de intereses de juego en el niño se dan al principio como una experimentación en la primera infancia, de fantasía y símbolo en la segunda infancia y por ultimo juego socializador en la tercera infancia, los criterios en las etapas del juego se dan por el tipo de juego, el interés, el ritmo y las reglas de este. Piaget establece tres periodos del juego.

1.- El juego senso-motor o funcional:

Es la manifestación de una actividad que implica a los sistemas de movimiento y de percepción coordinados entre si y constituye cualquier conducta elemental susceptible de ser repetida y de ser aplicada a nuevas situaciones por ejemplo: agarrar un objeto, moverlo o sacudirlo. Al punto de vista propio de un movimiento se le denomina asimilación, cuando es visto de forma exterior se le llama acomodación, al establecer una relación de equilibrio entre estos dos se denomina asimilación, cuando es visto de forma exterior se le llama acomodación, al establecer una relación de equilibrio entre estos dos se denomina “adaptación” desembocando en la actividad inteligente. Es decir la constante repetición de acciones de juego, se explica en procesos superiores de la mente, se especifican tres leyes para este proceso:

- Ley de efecto: repetición y supresión de una actividad
- Ley de la monotonía: un efecto conocido de antemano es buscado para su repetición
- Ley del efecto imprevisto: esperar un resultado ante una acción ejecutada, el niño no cae en la rutina por encontrar efectos agradables y también por la madurez de su sistema nervioso, estas leyes se dan los de 0 a los 24 meses de edad en el niño.

2.- Juego Simbólico

El símbolo es una representación externa que posee un significado personal u convencional. Los símbolos constituyen las muestras por las que detectamos y entendemos la fantasía, el engranaje con el niño constituye su realidad lo que lo diferencia de la fantasía de los adultos.

Piaget define distintos estadios después de los 24 meses de edad, los cuales son: por imitación sistemática, imitación de los movimientos no visibles y de modelos nuevos e imitación representativa y evolución ulterior. Existe una gran imaginación una mayor imitación de la realidad (juego de papeles), terminándose a los 8-9 años por el acceso a la realidad del niño, orientando el juego hacia acciones adaptadoras, en detrimento de los educandos.

3.- El juego de reglas.

La regla es consecuencia del juego colectivo, es decir la socialización se da de manera fundamental, el niño coopera, capta cambios en el juego, comprende la función de este, de sus reglas, por lo que se da el reflejo de la capacidad del niño para su desarrollo intelectual y

realizar abstracciones e hipótesis, en los once años en adelante dentro de la gimnasia general lo más importante es el proceso senso-motor y el simbólico por la acción de sentirse e imitar lo que el profesor le enseña y mejorarlo por la acción repetida.

Al ser el juego una actividad física espontánea, placentera y creadora que contribuye al desarrollo físico, intelectual y emocional del niño, además del participar en juego tradicionales y organizados se desarrollan aspectos fundamentales como:

- Patrones motores y las habilidades motrices básicas; caminar, corre, gatear, reptar, lanzar, rodar o patear.
- Capacidades físicas; coordinación, velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia.
- Procesos psicológicos; percepción, atención, memoria y aspectos de socialización.

Como vemos, el juego es el gran auxiliar de la Educación Física y la gimnasia general en el desarrollo motor del educando.

- Método de circuitos

Es el proceso por el cual la gimnasia general establece sus fundamentos en forma organizada en cada sesión de trabajo, en donde se observan las diversas conductas motoras, ayuda a clasificar la carga de trabajo, a tener un tiempo efectivo de trabajo y permite una gran variedad de actividades para niño.

Los circuitos se dividen de la siguiente manera.

- De patrones Motores: Movimientos básicos del niño
- De capacidad Física: Resistencia del niño a las cargas de trabajo físico
- De fundamentos deportivos: Conocimiento técnico de algún deporte

- Por posición del juego: Ubicación espacial-temporal del niño en un espacio.

En la figura 11, podemos ver estas cuatro etapas del desarrollo del movimiento por medio de circuitos¹¹², a partir del juego como un proceso educativo.

Fig. 11. Circuitos de movimiento en el niño. Tomada de: Iniciación y. Op. Cit. pp. 14-15

Este método ayuda a desarrollar las capacidades coordinativas y las conductas como el equilibrio, orientación, adaptación además de las capacidades condicionales como la fuerza, rapidez y la resistencia general, estas capacidades pueden ser:

- Capacidad de coordinación motora: Realizar movimientos combinados dentro de la tarea de ejercicio físico, antes o en la tarea misma.

¹¹² SEP. CONADE. (1994). Iniciación y Enseñanza Deportiva, México. p. 6

- Capacidad de Adaptación y cambio: Es la capacidad de programar, adaptar, cambiar y corregir en un caso dado, la acción motora dentro del ejercicio físico de forma eficaz.

En la gimnasia general, el acoplamiento, la orientación, el equilibrio, la diferenciación, el ritmo y la adaptación son de gran importancia por que podemos establecer que las capacidades coordinativas representan de modo general, el proceso de orientación y control del sistema físico en el alumno, utilizando los ejercicios corporales para este desarrollo.

Al final, las capacidades básicas coordinativas son de vital importancia para todos los deportes, en su primera etapa y las otras capacidades se determinan atendiendo la condición del grupo al que pertenecen. La gimnasia general aprovecho estas capacidades y las adapta a su enseñanza como un método eficaz de desarrollo motor básico en el alumno. Los métodos tanto del juego como de circuitos conforman una parte central dentro de la gimnasia general. Por otro lado ¿cómo se involucran a la danza dentro del proceso del desarrollo motor del niño?

La Danza en el desarrollo motor del niño.

Comencemos por decir que la danza es un complejo de movimientos de diferentes formas y características que tiene que ver con la capacidad del niño para mover su cuerpo en posiciones muy variadas, además de poseer las cualidades intrínsecas del ritmo a respuestas y estímulos exteriores, como lo son los ruidos, la danza en su contexto educativo, trata de perfeccionar en el niño, los movimientos en situaciones que reflejen cierta satisfacción y placer al ejecutar un ejercicio en forma individual o grupal.

Aún cuando a un individuo le sea difícil ejecutar un movimiento de baile la sensación que siente su cuerpo al oír o escuchar algún ritmo cadencioso le es inevitable el moverse para manifestar esa sensación. El cuerpo humano es la materia prima de la danza, todas sus partes y habilidades que lo conforman resultan los principales protagonistas de esta actividad.

“El arte de la danza consiste en mover el cuerpo, guardando una relación consiente con el espacio e impregnando de significado al acto o acción que los movimientos desatan”¹¹³.

Aunque no se menciona la música en ésta cita, esta va implícita en tal proceso educativo. El ritmo es fundamental en tal proceso, cuando el niño empieza la etapa de la educación primaria,

¹¹³ SEP. (1988). Como Acercarse A La Danza. Gobierno de Querétaro, Plaza y Valdés por Alberto Dallal. México. pp. 12-16.

es difícil que tenga los elementos suficientes para realizar un acto complejo de baile con precisión y elegancia, el fin de integrar la danza a la Gimnasia general, es para complementar al deporte y del juego, es decir, concretaremos una unión entre la imaginación y lo placentero, una pausa entre el movimiento rudimentario y el organizado, que es una ayuda insustituible dentro del quehacer del desarrollo motor del niño.

La danza, es el campo idóneo para el desarrollo corporal y espiritual de los seres humanos, incluso desde antes de nacer, por ejemplo: cuando una madre oye alguna melodía, las sensaciones pasan al bebé por medio de las ondas de radios y le producen cierta reacción por lo que puede moverse con singular alegría.

Dentro de la danza todo el cuerpo es utilizado aunque no lo parezca como son los ojos y los párpados, la boca, la espalda, los dedos de pies y manos están en constante movimiento, esto puede ayudar al alumno a mejorar su coordinación general, insustituible en todo proceso educativo, ya sea corporal o deportivo, por que es aquí donde se requieran todas las habilidades físicas y cognitivas que el niño utilizará para el aprendizaje de cualquier acto o ejercicio por muy lento o rápido que sea, para después llevarlo a niveles de complejidad más alta de acuerdo a su edad. La danza dentro de un circuito, nos dará la posición el espacio y el tiempo requerido para ejecutar un movimiento.

Dentro del juego toma su parte en el ritmo y la sincronización al hacer una actividad grupal, por ejemplo: en el canto de “marcha soldado cabeza de papel, sino marchas derecho te regresas al cuartel”, debe existir una sincronía entre el movimiento ejecutado y lo que se pide en el canto, la danza, en este nivel da el movimiento organizado con acciones básicas, como el desplazamiento frontal o lateral y otros elementos fáciles de ejecutar.

A continuación, se describirán el tipo de actividades que se deben realizar para ayudar a que el niño de primaria mejore su actividad corporal en todos sus aspectos como lo son la sincronización, la organización tanto temporal como espacial, la coordinación general, el desarrollo motor grueso y fino, el esquema corporal entre otros que son de gran importancia en el desarrollo y psicomotor de todo individuo.

Apartado V

Estrategias y actividades de gimnasia general, para el desarrollo psicomotor del niño en la escuela primaria “Gabriela Mistral”

Apartado V. Estrategias y actividades de gimnasia general, para el desarrollo psicomotor del niño en la escuela primaria “Gabriela Mistral”

En el siguiente apartado, se darán a conocer algunas actividades y juegos que el maestro puede aplicar con sus alumnos y tratar de mejorar las deficiencias motoras que el niño pueda tener, estas actividades se basan principalmente en el conocimiento y desarrollo de cada una de las partes del cuerpo del niño. Estos ejercicios básicos, la gimnasia general los utiliza para comenzar una actividad deportiva avanzada en cualquier individuo que desee realizar un deporte. Estos movimientos deberán de establecer mediante la asociación de las sensaciones motrices y cinestésicas a los otros datos sensoriales, especialmente los de tipo visual, que ayudara al niño, a pasar progresivamente del cuerpo en movimiento, a la representación e integración de éste a su medio.

Por lo tanto como se menciona en el apartado II, el conocimiento del esquema corporal, su relación con la activada motriz y el acto motor son el principio básico en el que se basa la gimnasia general para obtener un proceso psicomotor más correcto en el alumno.

5.1. Actividades y juegos para el reafirmamiento del esquema corporal del niño de educación primaria.

La enseñanza de las actividades debe proporcionar al alumno los medios necesarios para el descubrimiento y el conocimiento de su medio y de si mismo, es decir como menciona Pierre Vayer:

“La actividad educativa no consiste en transmitir un saber y unas conductas, sino en imaginar una situación psicosocial que incite al alumno a descubrirlas por si mismo y a integrarlas a una obra verdaderamente original”¹¹⁴

De acuerdo a esta definición, el niño al poner en acción cada una de las partes de su cuerpo debe ser capaz de asimilarlas y transportarlas a la formación de nuevas acciones con objetivos preestablecidos, por ejemplo: cuando un niño aprende a rodar en posición de bolita, anteriormente debió de haber un conocimiento previo del movimiento como lo fue el reptar, sentarse, gatear, rodar y otros, para poder ejecutar dicho movimiento y así avanzar en su movilidad articular en pro, del conocimiento previo.

Es por esto que, al utilizar a la gimnasia general como medio del desarrollo psicomotor en el niño, los principios básicos del movimiento, que el niño aprende cuando comienza a reptar,

¹¹⁴ VAYER, Pierre. (1972). El dialogo corporal. Edit. Científico Médica. México. pp. 46-57.

rodar, gatear y finalmente a ponerse de pie, son de gran ayuda. En las actividades propuestas, los principios pedagógicos de reeducación corporal de Robert E. Valett y los principios deportivos de Miguel J. Pérez Carrillo, son utilizados dentro de los juegos y ejercicios propuestos.

Es necesario tomar en cuenta que, de las actividades y ejercicios a realizar, en su ejecución, pueden derivar muchas más formas de realizar el movimiento, cambiando solamente el nombre y la forma de dicha acción, por ejemplo al rodar como tronco, la variación del mismo movimiento pero con diferente nombre, sería la de posición de barril, esto es, en la primera acción el niño rueda con las manos y los pies extendidos, mientras en la segunda acción el niño tiene que tomarse las rodillas para poder rodar, incrementando el grado de dificultad, por lo que en las actividades propuestas, solamente indicaré las actividades o ejercicios más representativos o básicos que el niño debe aprender para reestructurar más correctamente su esquema corporal y lograr así un desarrollo motor más eficiente.

En este caso sugiero para el lector de esta tesina leer más a fondo a Robert. E. Valett, para darse una idea sobre las características intermedias y avanzadas de un movimiento básico y poder adaptarlas a su plan de trabajo semanal. A continuación conoceremos los ejercicios y actividades propuestas:

1.- Ejercicios y juegos para el desarrollo del esquema corporal en el niño de nivel Primaria:

A). Juegos y ejercicios para el dialogo tónico

Acostado:

Definición operativa: Habilidad para mantenerse en una posición supina (boca arriba), sin confundirse con su medio.

Ejemplo: Desde una posición supina, el niño elevará las piernas, las manos, la cabeza y la espalda, puede ser de forma separada o en forma conjunta. Con las piernas dibujara círculos, líneas rectas, onduladas u otras formas para mantener un control sobre éstas, lo mismo realizara con las manos y luego tratará de combinar ambas partes para lograr una sincronía corporal.

Razonamiento Pedagógico: El acto de mantenerse acostado- esta actividad lleva al niño a un control neurofisiológico y manejo de las partes altas y bajas del cuerpo en forma organizada para lograr un nivel ascendente de control corporal y prepararse para el acto de rodar, reptar, gatear y caminar (para el niño de primaria solamente se requiere perfeccionar o corregir un mal movimiento).

Actividad recomendada: “El juego del gateo aéreo”

- a) Acostado sobre una colchoneta o una manta el niño levanta los pies y las manos al mismo tiempo, imaginar que tienen al cielo como piso y tratar de gatear en él.
- b) En la misma posición, imaginar que saltan en el piso, impulsar fuertemente las manos y los pies al mismo tiempo para separarse de este, lo más posible sin mover la espalda del piso imitando a un gato.
- c) Con las manos en la cabeza, levantar los pies y tratar de hacer círculos en el aire imaginando que el cielo es agua y tratar de hacer remolinos en el. Realizar lo mismo con las manos y la cabeza.

Estos movimientos pueden ir creciendo en complejidad intermedia o avanzada, cuando el niño logre realizar los círculos, cruzados (abrir y cerrar las manos al mismo tiempo) o gateo combinando los pies y las manos. La posición boca abajo (decúbito prono), se tiene que combinar alternadamente para que el niño trabaje la parte de la espalda (dorsal) y las piernas, ya sea que el niño imita que está nadando, volando o reptando.

Finalidad: Dar movilidad a las articulaciones de los codos, las rodillas, cadera (coxo-femoral), espalda, cuello. Manos y tobillos, tonificando músculos y ligamentos de estas mismas partes.

Observaciones: Al realizar los ejercicios debe existir una sincronización y coordinación entre las partes que se mueven, además de ver el nivel de flexibilidad, elasticidad y fuerza que el niño va adquiriendo con el paso del tiempo (para todos los niños varia de acuerdo a su estructura corporal, anatómica y fisiológica).

B). Juegos y ejercicios para el control corporal.

Rodar.

Definición operativa: habilidad para rodar el cuerpo en varias posiciones y lograr controlarlo sin que el niño se maree.

Ejemplo: Desde una posición supina, con los brazos sobre la cabeza, el alumno puede girar desde atrás hacia el estomago, puede dar vueltas de izquierda a derecha, estirado totalmente o hecho bolita (posición fetal), en forma de tronco o barril, ya sea en un plano inclinado o recto, con una colchoneta o una sabana.

Razonamiento pedagógico: El acto de rodar- al igual que la primer actividad, este acto desarrolla el control neurofisiológico y mejora su funcionamiento. Para los niños con dificultad motriz, inmaduros y con poca coordinación deben trabajarse con este tipo de ejercicios, aumentando su grado de dificultad gradualmente para que sea mejor su aprovechamiento y lograr así más rápidamente el control corporal que el niño necesita para su adaptación escolar, principalmente de los niños que no tuvieron una educación preescolar antes de la primaria.

Actividad recomendada: “El tronco rodador”.

- a) Acostar al niño boca abajo (decúbito dorsal) o boca arriba (decúbito ventral), e incitarlo a que gire a su derecha o a su izquierda al ritmo del canto: Rueda, rueda tronco, rueda sin para, un giro a la derecha o a la izquierda tu darás, si te equivocas tu turno perderás.
- b) En formas intermedias de dificultad el alumno se tomara de las rodillas con las manos y giraran o rodaran en forma de barril, indicando un número determinado de vueltas a la izquierda o la derecha evitando que el niño se maree.
- c) En formas avanzadas se le enseñara al alumno a rodar de frente o atrás en posición de bolita “C”, en posición “V” con piernas juntas o separadas, en posición de escuadra o en posición de embarrada, tocando el estomago con el piso al pasar abriendo totalmente los pies en posición de compás de 90° y jalando las manos como si estuviera nadando para tomar impulso.

Finalidad: Que el niño recupere lo más posible el equilibrio corporal, sin que se maree o desubique del lugar en donde realiza la actividad. Además de obtener el máximo de flexibilidad y elasticidad al trabajar con las piernas separadas y flexionar el tronco hacia delante o hacia atrás, además de obtener fuerza en el abdomen.

Observaciones: Es importante lograr que el niño se estire lo más posible para lograr la conciencia de sí, asociada a la acción, es decir, lograr la extensión del cuerpo en forma coordinada pero evitando hacerse daño golpeándose en la cara u otras partes del cuerpo, en este caso el profesor evitara que el niño realice el ejercicio con una fuerza excesiva.

C). Juegos y ejercicios para el equilibrio del cuerpo.

Caminar

Definición: Habilidad para caminar en forma coordinada sin apoyo, después de un proceso anterior de gateo.

Ejemplo: Con la cabeza erguida y los hombros hacia atrás, el alumno camina por un tramo especificado y a lo largo de una línea. Puede caminar hacia atrás o hacia adelante, a los lados en forma diagonal sin que le provoque dificultad.

Razonamiento pedagógico: El acto de caminar constituye una acción neuromuscular que requiere equilibrio y coordinación. Se les debe ofrecer oportunidades a los niños para que desarrollen esta destreza, en tareas de dificultad ascendente.

Actividad recomendada: “Camina, camina sin parar y tu mundo conocerás”

- a) Caminar descalzos; sobre barro, agua, arena, tierra, roca y cemento. Describir las sensaciones que el niño tiene al contacto con estos elementos.
- b) Caminar hacia delante; caminar un tramo recto o curvo, hasta llegar a una meta y volver hacia atrás, el profesor contara el tiempo que tardo. Caminar hacia delante, subiendo y bajando escalones o cajas de diferentes tamaños, para sentir los diferentes niveles de altura y detectar los miedos de los niños a estas.
- c) Caminar hacia los lados; dar un paso a la derecha y después cruzar el pie izquierdo sobre el derecho. Repetir el mismo ejercicio dirigiéndose hacia la izquierda.
- d) Variaciones; caminar y marchar siguiendo una musica y/o el toque de un tambor, palmadas o el sonido de algún metal, pararse de puntillas y avanzar o atrasarse de acuerdo a las órdenes del maestro y las inquietudes de los alumnos. Caminar con los brazos extendidos hacia los lados, sobre la cabeza. Caminar sobre un trampolín o colchón que tenga mucho movimiento como los de aire evitando caerse.

- e) Caminar siguiendo una línea; caminar punta-talón (el talón del pie que está adelante toca la punta del pie que está atrás), equilibrándose conforme se camina sobre una línea con un marcador o cinta canela.
- f) Caminar siguiendo órdenes; Paso ligero, con pasos largos, lentamente, rápidamente, saltando o corriendo.
- g) Reafirmar todos estos ejercicios combinándolos con sus compañeros para que tengan una mayor movilidad y comiencen los trabajos grupales organizados.

En estados intermedios de dificultad el alumno tratará de imitar a diferentes tipos de animales, como las ranas, los cangrejos, elefantes, gallos, osos, avestruz, perritos y canguros. Para determinar el grado de coordinación y de madurez que el niño va adquiriendo con las primeras actividades propuestas.

En estados avanzados de ejecución corporal, el alumno será capaz de caminar en tres puntos (un pie y dos manos o al revés), cuatro puntos (elefantes), posición en “V” sin doblar las rodillas manteniendo un constante contacto con el piso y manteniendo la espalda recta con la cabeza erguida y sin dejarla caer, en seis puntos (gateando con codos, manos, pecho tierra), caminar sobre aparatos o instrumentos como sillas, bancas, vigas, tablas y otras a diferentes alturas, tamaños y dimensiones, poniendo obstáculos, para subir o bajar, saltar y esquivar sin problemas.

Finalidad: La finalidad de estos ejercicios es dar al niño mayor sentido de equilibrio y de ubicación en un punto o elemento para que obtenga mayor confianza en si mismo para superar obstáculos, perdiendo el miedo a estos y que participe con los demás para trabajar grupalmente para que se socialice más rápidamente. Además de fortalecer todas las partes de su cuerpo, obteniendo, velocidad de reacción, elasticidad y fortaleza mental.

Observaciones: Estos tipos de ejercicios son muy convenientes para los niños que tienen miedo a las alturas y a correr en espacios estrechos sin ofrecer algún peligro. La dificultad del mismo puede ir aumentando a medida que los va ejecutando, ya sea con velocidad, levantando rodillas lateralmente, subir algún objeto con inclinación

D) Juegos, ejercicios y actividades para la salud física general, el control del cuerpo y de la respiración.

Definición: Habilidad para comprender y aplicar los principios de salud e higiene y el cuidado de la buena salud general.

Ejemplo: El alumno tiene una buena salud y hábitos de higiene. No presenta ausencias crónicas a la escuela debidas a las razones de salud. No tiene accidentes atípicos en su historia personal, carece de disfunciones físicas que interfieren en su aprendizaje (no tiene problemas respiratorios crónicos y no tiene malformaciones congénitas corporales)

Razonamiento pedagógico: EL niño debe aprender los hábitos adecuados de salud que facilitaran la eficacia en su aprendizaje. Se debe dar una consideración pedagógica a las limitaciones significativas de salud, nutrición y defectos físicos.

Idea recomendada.

A- Limpieza personal:

a) Enseñar la importancia de lavarse las manos antes de las comidas, bañarse con movimientos agradables, limpiarse las uñas de pies y manos. Limpieza de los dientes con técnicas que se les enseñan con un odontólogo y realizar un concurso de cómo se cuidan los dientes.

b) como curar el catarro: es importante enseñarle al niño mediante ejemplos de cómo el catarro si no se cuida correctamente puede ocasionar enfermedades crónicas en el niño como asma, que puede limitar su actividad física posterior. Se le debe enseñar que el arreglo personal es importante y de acuerdo a cada época del año, además de como puede mantener su habitación limpia y sin polvo.

B- Alimentación:

a) Nutrición General: Enseñarle al niño la importancia de los alimentos cantando la canción "Toda la energía que en el día vamos a ocupar, de todas las verduras las vamos a tomar, la leche a mis huesos fortalecerá, las frutas a mi cuerpo beneficiara y la carne de pescado listo me podrá".

b) Señalar que el desayuno es el alimento más importante del día y que una comida equilibrada es mejor, distribuyéndolas en calorías, carbohidratos, vitaminas y minerales. Los dulces son importantes pero en ingestiones adecuadas.

C- Seguridad y prevención

a) Enseñar al niño los cuidados que debe tener en la calle, su casa y otros lugares cuidándose del fuego, las drogas y el alcohol de acuerdo a la edad del niño, esté ara dibujos de su familia, lugar donde vive y su escuela.

D- Descanso y relajación.

a) El niño debe descansar durante la noche adecuadamente.

b) Practicar técnicas de relajación como por ejemplo: “Acostado boca abajo, poner un papel en la cara y tratar de levantarlo lo mas posible y luego relajarse hasta recuperar el aliento armoniosamente”

Finalidad: Que el niño por medio de estas actividades conozca si tiene algún problema de salud y comunicarlo a sus padres. Al mantener el cuerpo en posturas simples, sin espasmos, aprecia la ausencia de movimiento, es decir, aprende a inhibir y controlar su yo corporal. Esta misma noción de inhibición voluntaria se utilizara para tomar conciencia y controlar su respiración, lo que conduce a una forma natural a la acción a sonarse la nariz.

Observaciones: Para algunos niños el aseo personal les resulta tedioso y aburrido por lo que es importante ayudarlo con una acción grupal, como el cepillarse los dientes, cortarse las uñas, peinarse para que le sea agradable, además de empezar a tomar en cuenta mas seriamente los deportes al aprender a respirar correctamente.

5.2 Actividades y juegos para el desarrollo de habilidades motoras en el niño de educación primaria.

Las siguientes actividades son los derivados de las actividades del tema 5.1 y reforzarán la educación corporal del alumno para que tomen conciencia de su cuerpo más armoniosamente.

A). Juegos para el desarrollo motor.

1. El juego del espejo

El maestro demuestra frente al grupo una serie de movimientos en cámara lenta y les pide a los alumnos que los imiten conforme se va moviendo. Los niños entonces buscan pareja poniéndose frente a frente relativamente cerca uno del otro. Uno de los debe empezar a moverse y el otro lo sigue. Después de un período de experimentación, las parejas cambian de papel.

Desarrollo motor perceptivo: Conciencia corporal; imagen corporal (conocimiento de las partes del cuerpo, su localización y relación); control corporal (equilibrio, coordinación, movimiento de imitación); direccionalidad (conocimiento de las direcciones en el espacio y sus relaciones abajo, arriba, detrás o izquierda). Lateralidad (conciencia de dos lados diferentes en el cuerpo); praxia, (la capacidad de organizar una respuesta motriz); conciencia del espacio (estimación, relaciones); ritmo

Capacidad de atención y concentración: Continuo implicarse; compartir un reto; clarificar y simplificar los objetivos.

Descarga de la tensión y del exceso de energía: Mediante el reto; cambio de ritmo; movimiento y extensión

Autocontrol: Al reproducir un movimiento en cámara lenta; constante auto evaluación.

Desarrollo de los procesos de pensamiento: Mediante la creación; observación visual minuciosa; transformación; reproducción exacta de la información visual

Desarrollo social. Al trabajar con otros y ser responsables de seguir y conducir; ser capaz de trabajar sin la supervisión constante del adulto.

Capacidad física: Control corporal.

Comentarios y sugerencias

Puede iniciar a los alumnos haciéndoles realizar algún movimiento lento que ellos elijan para ver lo más lentamente que se puedan mover.

Este es el momento ideal para descubrir cuáles niños tienen dificultades en poner las diferentes partes del cuerpo en posiciones específicas, que será un indicador de que se debe hacerles ulteriormente pruebas motoras y perceptivas, o de que necesitarán un progreso simplificado. Si experimentan dificultades con esta actividad véase el juego "Sígueme".

Variantes

Vaya de lo más simple (mover sólo una parte del cuerpo) a lo más complejo (varias partes del cuerpo se mueven a la vez). Muévase contando (rítmicamente) en cada nueva posición que se tome: 1-2-3-4 o con movimientos "fluidos" (moviéndose lenta y continuamente de una posición a otra).

-Que los alumnos practiquen esta actividad sentados.

-Que los niños se pongan detrás del conductor y se muevan conforme él se mueve. Esta variante también puede incluir cierta manera de caminar (por ejemplo, de pie, hacia adelante, hacia atrás)

2. Zig-zag

El grupo forma un círculo, y una persona se pone en medio. Dando vueltas a la rueda, ésta señala a otra diciendo "zig" o "zag". Si dice "zig", el niño señalado debe nombrar al que está a su izquierda antes de que el retador cuente hasta diez. Si dice "zag", debe nombrarse al de la derecha o él que falla cambia de lugar con el retador.

Desarrollo perceptivo motor: Discriminación auditiva

Capacidad de atención y concentración. Al esperar pero mantenerse alerta, una prueba de atención y concentración más difícil que el involucramiento constante.

Capacidad de escuchar: Rápida interpretación de una pista verbal

Descarga de la tensión y del exceso de energía: Por la excitación; cambio de la rutina; sobrellevar una tensión específica y limitada en el tiempo

Autocontrol: Al funcionar bajo tensión

Desarrollo de los procesos del pensamiento: Al hacer rápidas y sencillas opciones bajo tensión y responder apropiadamente.

Comentarios y sugerencias

Si el contar hasta diez no es suficiente, que el retador ciente "mil ciento uno, mil ciento dos. Cambie las posiciones de los participantes para Introducir mayor dificultad; así deben recordar nuevos nombres. Esta actividad será útil cuando un nuevo alumno se integra al grupo o cuando usted está intentando aprender sus nombres.

Variantes

Si "Zig" y "Zag" son demasiado complicados, utilice "izquierda" y "derecha". El retador dice zig y señala a un participante, que nombra al jugador a su derecha, continuando alrededor del círculo lo más rápidamente posible hasta que el retador dice zag (se invierte la dirección) o señala a un nuevo retador.

3. Sonidos y movimientos

Se combinan con sonidos específicos, amplios movimientos sin desplazamiento, como saltar sobre un pie, marcar el paso, dar palmadas, saltar con los dos pies, hacer amplios círculos, rotar la cabeza (en ambas direcciones), hacer círculos con los hombros (en ambas direcciones).

Ejemplos (estos pueden ser difíciles)

Tambor	Tren	Pájaro Carpintero
Cucharas	autobús	Mirlo
Palillos	Barco de motor	Rana
Campana	Gato	Grillo
Coche	Violín	

Cuando los alumnos oyen un sonido, tratan de responder con el movimiento correspondiente. Por ejemplo, si la campana se ha combinado con el marcar el paso, deberán hacerlo al sonar la campana. Al parar la campana, se detienen los niños. Al oír el siguiente sonido, se mueven según el movimiento correspondiente.

Capacidad de atención y concentración: Reto (difícil para algunos) de oír y hacer (si alguien no puede captar las pistas inmediatamente al oír el sonido, puede moverse a partir de la información visual tomada de los demás; así aceptará el reto a más de un nivel)

Capacidad de discriminación auditiva: Como base de la actividad

Descarga de la tensión y del exceso de energía: Que permite optar por participar a diferentes niveles; respeta e impulsa a la superación

Autocontrol: Al tomar decisiones para sí mismo (elección personal)

Desarrollo de los procesos del pensamiento: Memoria; reconocimiento de sonidos

Aptitud física: Según la selección hecha por el maestro

Comentarios y sugerencias

Si el ambiente conduce a una elección dentro de la capacidad del alumno, y si nosotros, en tanto que maestros, podemos ser pacientes, los niños buscarán el desarrollo y la superación (progresivamente) a su nivel. Si un alumno no está atento o está fuera de control, la causa será por factores que estén más allá de la situación inmediata o la situación puede ser" amenazante más que estimulante. (Un ambiente amenazante es aquél en que la persona no tiene posibilidad de elección para lograr el éxito.) Habrá que comenzar con menos de cinco sonidos y posiblemente añadir más después.

-Hacer que los niños respondan con movimientos les permite aprender unos de otros y le facilita a usted comprobar que sus respuestas son correctas, así como observar su funcionamiento.

-Al principio será útil dar pistas para los movimientos (mediante dibujos, fotos y otros), en algún sitio donde los niños podrán verificarlos. Conviene que ensayen primero el movimiento que va con cada sonido.

Variantes

Cuando los alumnos ya hayan aprendido las bases de la actividad y empiecen a familiarizarse con el sonido que corresponde a cada movimiento, añadir más estímulo invitándolos a cerrar los ojos cada vez que puedan, confiando así sólo en sí mismos y en sus oídos. Al principio algunos necesitarán mantener los ojos abiertos todo el tiempo o buena parte de él, pero obsérvelos a lo largo de varias sesiones para anotar su progreso. Los sonidos se pueden utilizar también para indicar la dirección en que se han de mover los niños (p. ej., gato a la izquierda; cucharas, a la derecha). Los ojos estarán abiertos en esta versión y los niños deberán haber alcanzado un nivel bastante avanzado, ya que los errores son más serios (posiblemente choquen unos con otros).

Se pueden utilizar pistas visuales en lugar de auditivas. Cree su propia versión de esta actividad.

4. Dormir de mentiritas

Los alumnos hacen que están dormidos. Camine entre ellos para comprobar lo relajados que están.. Al escuchar un sonido al propósito, se levantan de un salto y se desplazan rápidamente a otro lugar, donde pretenden volver a dormirse. (Debe comprobar de nuevo su relajación).

Descargar de la tensión y del exceso de energía: Respuesta repentina y explosiva; práctica de los dos extremos

Autocontrol: Cambio de los niveles de excitación y de tensión.

Capacidades físicas: Habilidad para relajarse, de moverse armoniosamente y de manera coordinada

Comentarios y sugerencias

La habilidad de relajarse rápidamente y en cualquier momento disponible es valiosa y debe ser desarrollada cuanto sea posible. El stress y la tensión residuales desgastan la energía y aumentan la sensación de fatiga.

Variantes

Mientras que los chicos están tendidos en el suelo o sentados en una silla, pídeles que pongan tensa una zona particular del cuerpo (el puño, la cara, los hombros) y luego que aflojen la tensión, tratando de sentir la diferencia entre los dos estados.

5. Movimientos en clave

Seleccione o haga que los alumnos seleccionen movimientos (como saltar, sentarse, levantarse, trotar en el sitio, levantar los brazos lo mas alto posible, círculos con la cabeza, rotación de las caderas) y asígnele una señal o un número a cada acción. El objeto es tratar de recordar qué número o señal corresponde a cada movimiento.

Capacidad de atención y concentración: Aprender qué acción va con cada número; recordar esta información

Descarga de la tensión y del exceso de energía: Reto actividad vigorosa

Desarrollo de los procesos del pensamiento: Establecer relaciones

Aptitud física: Buen ejercicio básico

Comentarios y sugerencias

Desanime a los participantes a valerse de las pistas sopladas siempre que sea posible. Sin embargo, recuerde que la filosofía es ayudar a los niños a satisfacer sus necesidades, es decir, que se respeta la capacidad de ellos de conocer sus propias necesidades y de ser los mejores jueces del nivel de estímulo apropiado a su superación. Si las personas son realmente libres de elegir, se retarán a sí mismas a su mayor nivel de habilidad. La tarea de usted reside en hacer disponibles las más opciones de progresión posibles, para que los niños puedan elegir, lograr lo que se proponen, ganar confianza en sí mismos y aprender. De esa forma los maestros jugamos un papel primordial en ayudar al alumno a ser libre de aprender.

Variantes

Como la precipitación suele interferir con el desarrollo real de la memoria (si el niño o niña se tiene que apresurar, puede simplemente seguir a los demás en lugar de tratar de recordar), será útil hacer pausas (tiempo para recordar) antes de la señal del comienzo cuando se introduzca

esta actividad por primera vez. Otra técnica que se utiliza con la pausa es pedirles a los alumnos que cierren los ojos tan pronto como crean recordar qué acción tienen que desempeñar. Aquellos que no consiguen recordar podrán tomar pistas del resto del grupo cuando empiecen a moverse. Además así tendrá usted una mejor idea de quién tiene dificultades. Empiece con sólo unas cuantas señales y añádales otras cuando el grupo esté preparado.

Los signos básicos utilizados por los sordos pueden reemplazar otras señales, paso que le enriquece a la actividad. La biblioteca o la asociación a favor de los sordos disponen de manuales sobre los signos.

6. Relevé chino

Los niños forman equipos de tres o cuatro. Cada equipo tiene un vaso de papel, que puede ser mantenido en equilibrio en diferentes partes del cuerpo en cada relevé (p. ej., la cabeza, la frente, el codo, la mano, los dedos del pie). Cada jugador avanza hacia la línea designada y regresa a su equipo. Este paso se repite hasta que todos hayan completado la tarea. Si se cae el vaso, el jugador debe detenerse, recuperar el vaso, y continuar. De otra manera, el vaso no se puede tocar.

Desarrollo perceptivo motor: Conocimiento corporal; conocimiento táctil (se recibe la información a través del sentido del tacto)

Capacidad de atención y concentración: Problema específico que requiere atención constante

Autocontrol: Físico y emocional; los niños deben conocer sus limitaciones

Desarrollo social: Responsabilidad ante el grupo; sensación de pertenecer a un equipo; participar dentro de las reglas

Habilidad física: Control corporal

Comentarios y sugerencias

Como la prisa parece reducir la posibilidad de cubrir algunos objetivos válidos (control y conocimiento corporal), a veces he cambiado el enfoque de correr por el de ser capaz de completar la tarea dentro de cierta cantidad de tiempo, con las menos caídas de la taza

posibles. Trate de dar tiempo suficiente para evitar la necesidad de precipitarse, pero también de evitar que uno o dos niños jueguen tan lentamente que el resto del grupo esté obligado a esperar demasiado tiempo.

-Que cada grupo se sienta al terminar su tarea. Los niños deben tratar de desarrollar nuevas posturas de equilibrio para la taza mientras esperan que terminen los otros equipos.

-Que los niños hagan sugerencias sobre cómo y sobre [, qué parte del cuerpo se puede mantener la taza en equilibrio. En esta actividad el niño debe concentrarse sobre la taza pero también seguir consciente del espacio que rodea. Esta es una habilidad importante, y es utilizada para ganar en muchos deportes].

Variantes

Se puede poner tanto el lado ancho de la taza como el estrecho sobre la parte del cuerpo utilizada, el niño puede caminar como cangrejos (sobre las manos y los pies y boca arriba) con la taza en equilibrio sobre el estómago.

-Dos compañeros de equipo pueden transportar la taza presionándola entre las dos partes extremas de sus rodillas (requiere mucha habilidad y cooperación).

-La distancia sobre la cual va de ser transportada la taza ha de ser ajustada según la dificultad que se quiera crear.

-Cree un obstáculo o una carrera de obstáculos.

-Se utiliza un tubo de cartón de papel higiénico u otros objetos en el lugar de la taza.

-Para mayor excitación, añada unas gotas de agua a la taza mientras es mantenida en equilibrio sobre la cabeza.

Finalmente las actividades propuestas en el punto 5.1, son las actividades más básicas que el niño de primaria debería de tener desde que comenzó su vida, y que en esta investigación recuperamos, para trabajar con los alumnos y tratar de reeducar al organismo para que los interiorice más ampliamente. Las actividades las separe en cuatro categorías de movimientos, primeramente el niño aprende a mover manos y pies junto con la cabeza (etapa inicial del bebe hasta los 4 meses de edad), después empezó a rodar y reptar hasta los 7 meses, después comenzó a gatear, sentarse y rodar hasta los 9 meses, después comienza a sostenerse en pie con apoyo e intentar soltarse hasta la los 11 ½ o 12 (en caso de no tener problemas de coordinación o retraso mental) y finalmente comienza a caminar sin apoyo para lograr la

independencia y comienza así la integración a su mundo por medio del conocimiento o descubrimiento de lugares, espacios, formas y otros.

Evidentemente a los niños del nivel primaria, se les ayudara en caso de tener algún problema motor o por no haber pasado por alguna etapa mencionada anteriormente. La gimnasia general en su concepción trabaja con ciertos ejercicios derivados del tema 5.2, pero con propósitos diferentes, por lo tanto solamente se describieron las actividades más importantes para que sean útiles en caso de ocuparlos en la clase.

Conclusiones

Conclusiones.

Después de haber terminado el presente trabajo de investigación, y presentar a la gimnasia general como una propuesta para el desarrollo psicomotor del niño, en un proceso de enseñanza –aprendizaje, en donde el alumno y el profesor se ven involucrados para poder desarrollar de manera integral al proceso físico y el proceso intelectual dentro de un contexto educativo, podemos decir que, la Educación Física, por si sola, tiene ciertas carencias en su aplicación en las escuelas, ya sea en su aplicación o por su contenido atrasado por esta causa, hay que tomar diferentes alternativas educativas que refuercen los propósitos particulares y generales de esta materia dentro de la escuela.

Como lo planteo en el problema que dio pie a esta investigación, la falta de movilidad coordinada o correcta en el alumno, se puede deber a una mala estructuración del aparato motor del niño, así como de una mala estructuración e interiorización del esquema corporal en su infancia, además de factores familiares, sociales, culturales, genéticos y otros que pueden alterar el buen desarrollo físico del niño que evidentemente puede repercutir en el desarrollo motriz intelectual de éste, aunque esto no es una regla general para todos los individuos de una sociedad.

Es así que debido a esta problemática, se da la necesidad de incrustar diferentes actividades y juegos que puedan ayudar al niño, a un desarrollo psicomotor más eficaz y productivo, En. La escuela, la Educación Física dentro de sus objetivos pretende desarrollar las capacidades coordinativas, motrices, de salud sociales y afectivas que ayuden al alumno a su desarrollo y crecimiento en forma armoniosa y continua, como lo explican Piaget y Wallón en sus teorías psicogenéticas y que dentro de esta investigación explicamos.

Por otro lado la introducción de la gimnasia general al marco educativo de la Educación Física, trae consigo el beneficio del desarrollo de las habilidades motoras básicas que el niño requiere para ejecutar actividades cada vez más complejas de acuerdo a un proceso continuo de aprendizaje y ejecución. Precisaremos que el desarrollo de las capacidades motoras en el niño, son importantes para el rendimiento físico de éste, por lo que el nivel individual de las capacidades particulares de cada individuo, inciden especialmente en el proceso educación-aprendizaje del sistema escolar actual y se define como “educación-deporte y cultura”.

Dentro de este proceso de educación, el profesor juega un aspecto relevante e insustituible, pues es él quien lleva de manera pausada y continua el desarrollo físico-intelectual del alumno, principalmente en la escuela primaria, que es en donde se detectan a tiempo las diferentes carencias físicas y de salud, que afectan al alumno repercutiendo en su cuerpo y por lo tanto limitan considerablemente dentro de la escuela.

Es cierto que la escuela primaria, es fundamental para un buen desarrollo físico del alumno, pero también es sabido que muchas veces puede ocasionar problemas de interés en este por la falta de preparación de los profesores, es por esto que constantemente debemos prepararnos para dar al alumno los mejores beneficios de la educación actual. Es decir, al conjunto de habilidades adquiridas por el niño que le permiten el desarrollo intrínseco del aprendizaje. El desarrollo físico regulado permite el proceso del deporte formativo, en esta investigación la gimnasia general como un proceso formativo deportivo sienta las bases para que el niño desarrolle las habilidades motoras básicas del movimiento coordinado, necesarias, para que posteriormente pueda especializarse en un deporte de bajo, mediano y alto rendimiento.

Por lo tanto podemos concluir que los profesores, alumnos y autoridades escolares estén concientes de los beneficios que otorga el desarrollo físico en el alumno y que es necesario incrementar las horas hábiles de Educación Física dentro de las escuelas, hacerles creer a todos los padres de familia, que la actividad física en sus hijos, es tan importante como las demás materias, hacerlo pensar que existen alternativas para el desarrollo físico, intelectual y salud de su hijo.

Podemos recomendar que el profesor se de cuenta de las diferentes posturas que el alumno tiene con respecto al deporte e intentar ayudarlo a superar problemas de cualquier índole, ofreciéndole actividades agradables para él, pues el principio fundamental de la educación es hacer al individuo un ser pensante y creativo que, se ayude así mismo y al mismo tiempo sea funcional dentro de una sociedad.

Bibliografía

Bibliografía general.

ANDERSON, Bob. Ed, Burke. Hill, Peurl. (1997). *Estar en Forma*. Edit. Oasis. Barcelona

BALLESTEROS Jiménez, Soledad. (1982). **Función Básica del Cuerpo en el Desarrollo Psicomotor y Educativo**. El Esquema Corporal. TEA. Madrid.

BANDRES Ungria, Maria del Pilar. (1985). **Métodos de Lecto-Escritura y Problemas de Aprendizaje**. La Influencia del Entorno Educativo. Cincel. Madrid.

BARRA, Luz María. (2001). *Gimnasia Cerebral*. Edit. Garnik. México.

BÄUMLER, Günther y Shneider, Klaus. (1989). **Biomecánica Deportiva**. Fundamentos Para el Estudio y la Práctica. 3ª. Ed. Roca. México.

BECERRIL Juárez, Leticia América. (2002). *Revista Psicológica*. Edit. Gedisa. México. DF.

BENAVIDEZ, Hilda. (1982). *Juegos Para el Desarrollo Motor*. Edit. Pax. México.

BIGGE, M.L. Hunt, M. P. (2001). *Bases Psicológicas de la Educación*. Trillas México.

BIJOU, Sydney. Y W. M. Baer Donal. (1976). *Psicología del Desarrollo Infantil*. 6ª. Ed. Trillas. México.

BOLIVAR, Antonio. (1999). **Hacer Reforma**. La evaluación de valores y actitudes. 4ª. Ed. Alauda Anaya. España.

CAZARES, Hernández. (1997). *Técnicas Actuales de Investigación Documental*. Trillas. México.

CORPAS R. Francisco J., Toro B. Salvador y Zarco R. Juan A. (1993). *Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Aljibe. Málaga.

CRATTY, Bryant J. (1979). Motricidad Y Psiquismo En La Educación Y El Deporte. Edit. Muñón. España.

D'AGOSTINO, Micheline y Raimbault, Anne-Marie. (2002). **El Juego en el Desarrollo del Niño**. Psicología del Juego. UNAM. México.

DA FONSECA, Víctor. (1997). Estudio y Génesis de la Psicomotricidad. INDE. España.

DARIO, Rubén. (2002). El Juego En La Escuela. Edit. Paidós. México.

DECROLY, O. y Monchamp, E. (1998). **El Juego Educativo**. Iniciación a la Actividad Intelectual y Motriz. 3ª. Ed. Morata. España.

DELVAL, Juan. (1994). El Desarrollo Humano. 6ª. Ed. Siglo XXI. México.

DIAZ B. Nayeli. (2001). Fantasía en Movimiento. Limusa. México

ELLIOT, J. (1996). El Cambio Educativo Desde la Investigación Acción. Edit. Morata. México

GARDNER, Howard. (1995). Inteligencias Múltiples. Edit. Paidós. Barcelona, Buenos Aires, México.

HIGASHIDA, H. Berta. (1990). Ciencias de la Salud. Mc. Graw-Hill. México.

IGLESIAS, I. Rosa Maria. (1998). Orientación Educativa Para Niños de 3 A 6 años. Bruño. España.

K. KOCH. (1973). Condicionamiento Físico Para la Salud. Edit. Kapelusz. Buenos Aires.

KAPIT Wynn, Elson y Lawrence, M. (2000). **Anatomía Crono dinámica**. Atlas Anatómico. Fernández Editores. México.

KUNS Hans-Ruedi, Schneider Wender, Spring Hans, Tristschler Thomas e Inaven, Edith Unold. (1991). Gimnasia, Entrenamiento de la Fuerza. Edit. Hispano Europea. España.

PEREZ, Carrillo Miguel (1999). Gimnasia en la Infancia. Edit. Hispano Europea. Barcelona España.

PIAGET, Jean. (1996). La Formación Del Símbolo En El Niño. Fondo De Cultura Económica (FCE) 13ª ed. México.

PLATANOV, Vladimir N. (1988). **Entrenamiento Deportivo**. Teoría Y Metodología. Edit. Paidotrobo. Barcelona.

REIGELUTH, Charles M. (2000). **Diseño de la Instrucción**. Teorías y Modelos. Parte II. Aula XXI. Madrid.

SCHONING, Francés. (1990). Problemas de Aprendizaje. Edit. Trillas. México.

TORRES Solís, José Antonio. (1976). Reflexiones Sobre Educación Física. Talleres Gráficos de la Nación. México.

VARGAS DE, Armando y Palacios V.P. (1992). Anatomía, Fisiología e Higiene. Edit. Continental México.

VAYER, Pierre. (1973) El Niño Frente al Mundo, en la Edad de los Aprendizajes Escolares. Edit. Científico Médica. México.

WALLON, H. (1989). La Evolución Psicológica del Niño. Edit. Grijalbo. México.

WALLON, Henry. (1980). Psicología del Niño. Edit. Pablo del Río. España.

ZAPATA, Oscar. (1999). La Psicomotricidad Y El Niño. Etapa Maternal Y Preescolar. 5ª. Ed. Trillas. México.

ZAPATA, Oscar y Aquino, Francisco. (1999). Psicopedagogía De La Educación Motriz En La Etapa Del Aprendizaje Escolar. 8ª. Ed. Trillas. México.

Bibliografía hemerográfica.

BIBLIOTECA PRÁCTICA. (2000). Pedagogía Y Psicología Infantil. La Infancia. Tomo II. Cultural. S. A. España.

CONADE. Asociación Mexicana de Gimnasia. (2001). Propuesta de Difusión Gimnástica en el Estado de México. FMG. México.

DALLAL, Alberto Plaza y Valdez. (1988). Como Acercarse a la Danza. SEP. Gobierno de Querétaro. México.

ENCICLOPEDIA DE MÉXICO. (2000). Tomo V. México.

GODINEZ Hernández, Sandra. (2000). Guía de Instrucción Para la Elaboración de Rutinas de Participación en la Modalidad de Gimnasia General. FMG. México

IMSS. Seguridad y Solidaridad Social. (1998) Características Motrices en Niños de 4 a 11 Años. México.

RAMIREZ Ávila, Roberto Iban. (2002). **Fin De La Pedagogía Y Espectros De La Conciencia Como Senderos De Lo Emergente.** 1ª. Parte. Gaceta. Momento Pedagógico UPN 098. México.

SANCHEZ, G. Mario y Jiménez G. Argelia. (2000). Complemento Didáctico de Educación Física. SEP. México.

SEP. (1993). Apoyo Didáctico De Educación Física. México.

SEP. (1993). Programa Pedagógico Experimental Para el Niño en Etapa Maternal. México

SEP. (2001). Programa Nacional de Educación Básica. Subprogramas Sectoriales. Gobierno De La Republica (2001-2006). México.

SEP. (2002-2003). Fichero de Actividades. Educación Física, Primer, Segundo y Tercer ciclo de Primaria. México.

SEP. (2002-2003). Secretaria De educación básica y normal (2002). Fichero de Actividades de Educación Física 2ª. Ed. México.

SEP. (2003). Programa Nacional de Carrera Magisterial. Antología de Educación Física. México.

SEP. (2001). Programa Nacional De Educación 2001-2006. **Orientaciones Pedagógicas.** México.

SEP. CONADE. (1994). Desarrollo De las Capacidades Cognitivas. Dirección General de Deporte Selectivo. México.

SEP. CONADE. (1994). Desarrollo De las Capacidades Condicionales y coordinativas. DGDS. México.

SEP. CONADE. (1994). Iniciación y Enseñanza Deportiva. DGDS. México.

SEP. CONADE. (1994). Manual de Estimulación Temprana y Matrogimnasia. DGDS. México

SEP. CONADE. (1994). Principios Pedagógicos del Entrenamiento. DGDS. México.

SEP. Departamento De Educación Física. (1994). Planes De Sesión Para Aplicar El Programa De Educación Física En La Educación Primaria. México.

SEP. Estado Mayor. (1993). Artículo Tercero Constitucional. Ley General De Educación 1ª Edición. México.

UPN. Gaceta: Expresiones De Momento Pedagógico. (2001). Unidad 098 Oriente. Ed. Comote. México DF.

Consultas electrónicas

www.lberopsicomot.net.

Técnicas Corporales (2000)

www.conade.gob.mx.

Teorías y técnicas de gimnasia (2000)

www.federacióndegimnasia.gob.mx.

Gimnasia General.

www.sep.gob.com.

Programa Nacional De Educación Física.

Anexos

Anexo I. Diferentes posiciones del cuerpo.

Anexo II. Nombre de las articulaciones y huesos del ser humano.