



# **UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**“PROGRAMA DE APOYO PARA REFORZAR LA  
PSICOMOTRICIDAD EN NIÑOS DE PREESCOLAR”**

**TESIS**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**PRESENTAN:**

**GONZÁLEZ HUERTA AARÓN  
VEGA CERVANTES ANA LAURA**

**ASESORA**

**MTRA. MAGDALENA AGUIRRE TOBÓN**

**ABRIL 2012**

Gracias **Dios** por colmarme de bendiciones y permitirme llegar hasta este momento

Gracias **Mamá y Papá** porque siempre me han apoyado y aunque hemos pasado momentos muy duros siempre han estado allí para mí, los amo incondicionalmente y les agradezco todo.

Gracias **Hugo** por ser mi compañía, mi amigo, mi cómplice y el mejor hermano del mundo, te quiero mucho

Abuelitos **Marcos y Francisco**, abuelitas **Esperanza y Guadalupe** gracias porque me han enseñado cosas tan importantes como el trabajo, el esfuerzo, la superación, el valor y la alegría de la vida; son mi mayor inspiración

**Tíos, Tías**, gracias porque siempre han sido un modelo a seguir y un gran apoyo en todos los sentidos

**Primos, Primas**, son mis hermanitos y los quiero mucho, deseo que algún día alcancen todas sus metas y sueños porque al final siempre se cumplen

**Amigos, Amigas** gracias por regalarme momentos tan importantes y tan memorables, por estar conmigo siempre y por no dejar de apoyarme, los llevo en el corazón

**Aarón** sin ti esto no hubiera sido posible, gracias por ser parte de mi vida y por no dejarme caer nunca, por apoyarme, por compartir mis sueños y por estar siempre a mi lado

¡GRACIAS POR HACER MI VIDA TAN FELIZ!

*Ana Laura*

Les agradezco a mis padres y mis hermanos **Tania, Israel** y mi sobrino **Emi** por ayudarme a terminar este proyecto, por preocuparse por mí en cada etapa de mi vida por brindarme la fuerza y coraje para hacer este sueño realidad, por ponerme en este mundo loco, y por contagiarme de sus mayores fortalezas.

Mamá, **Paty**, tú me pusiste como ejemplo el ser “luchador” y decidido, y el pelear contra la adversidad, me enseñaste a levantarme después de cada tropiezo, gracias por tu paciencia y esas palabras sabias que siempre tienes para mis enojos, mis tristezas y mis momentos felices, por ser mi amiga y ayudarme a cumplir mis sueños, te quiero mucho.

Papá, **Aarón** me enseñaste a ser perseverante y paciente, a ponerme pasos fijos para alcanzar mis metas a ver los problemas con la cabeza fría, gracias por tu apoyo y la orientación que me has dado, por iluminar mi camino y darme la pauta para poder realizarme en mis estudios y mi vida. Agradezco los consejos sabios que en el momento exacto has sabido darme para no dejarme caer y sobre todo gracias por el amor tan grande que me das.

Pero antes de ser profesionista quiero ser siempre su hijo, ya que es el mayor privilegio que puedo tener, más valioso que todos los títulos de la tierra.

Por último, a **Ana Laura**, por su paciencia, por su comprensión por su empeño, por su fuerza, por su amor, por ser tal como es... porque la amo. Es la persona que más directamente ha sufrido las consecuencias del trabajo realizado. Realmente ella me llena por dentro para conseguir un equilibrio que me permita dar el máximo de mí. Nunca le podre estar suficientemente agradecido, quien lloró y rió en cada momento junto a mí y fue capaz de contenerme cuando todo iba mal. Gracias por amarme como solo tú lo puedes hacer.

*Aarón*

## ÍNDICE

Introducción.....	1
Delimitación del tema	
• Planteamiento del problema.....	3
• Justificación.....	3
• Objetivos.....	5
<b>Capítulo 1 Aspectos generales de la psicomotricidad</b>	
1.1 Psicomotricidad.....	6
1.1.1 Definición de psicomotricidad.....	6
1.1.2 Etapas del desarrollo psicomotriz del niño.....	9
1.1.3 Importancia e influencia de la psicomotricidad en el desarrollo del niño.....	12
1.2 Elementos de la psicomotricidad.....	15
1.2.1 Esquema Corporal.....	16
1.2.2 Lateralidad.....	19
1.2.3 Equilibrio.....	21
1.2.4 Locomoción y Manipulación.....	23
1.2.5 Espacialidad.....	26
1.2.6 Temporalidad y Ritmo.....	29
1.2.7 Coordinación.....	32
1.2.8 Respiración y Relajación.....	36
1.3 Programa de Educación Preescolar (PEP) 2004.....	40

## **Capítulo 2 Método**

2.1 Tipo de estudio.....	46
2.2 Diseño de investigación.....	46
2.3 Participantes.....	47
2.4 Criterio de selección de los participantes.....	47
2.5 Escenario.....	47
2.6 Instrumentos.....	49
a) Pretest y Postest.....	49
▪ Registro de conductas motrices.....	51
b) Programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad en niños de preescolar.....	51
c) Hoja de registro por sesión del programa de psicomotricidad.....	55
2.7 Procedimiento.....	56

## **Capítulo 3 Resultados**

3.1 Análisis cuantitativo.....	58
3.2 Análisis cualitativo.....	67
Conclusiones.....	95
Recomendaciones.....	98
Referencias.....	100
Anexos.....	102

## RESUMEN

El objetivo de este trabajo consistió en diseñar, aplicar y evaluar un programa de apoyo psicomotriz dirigido a un grupo de niños de educación preescolar, el cual se trabajó bajo un diseño de pretest y postest que incluía 22 ejercicios en donde se trabajaron elementos psicomotrices tales como, lateralidad, esquema corporal, coordinación, motricidad fina, entre otras. El programa de apoyo psicomotriz constó de 18 sesiones con una duración de 50 minutos cada una y se aplicó a una muestra de 3 niños y 3 niñas cuyas edades son de 5 años 7 meses.

Entre los resultados más relevantes se encontró que hubo un incremento y una mejora en los elementos psicomotrices como lateralidad, esquema corporal, equilibrio, espacialidad, coordinación, motricidad fina, etc.

Cabe destacar que el uso de reforzadores de tipo social y material ayudó a incrementar las conductas que se trabajaron con los niños.

Se puede concluir que el programa alcanzó el objetivo de manera satisfactoria y sobre todo que se logró reforzar de manera apropiada la psicomotricidad en los niños.

## Introducción

Dentro del proceso de desarrollo del ser humano, la psicomotricidad juega un papel fundamental ya que de ella dependerá la evolución de diferentes capacidades y habilidades que como personas hemos de potencializar a lo largo de la vida. Por esta razón es de vital importancia que en edades tempranas se lleven a cabo actividades escolares y extraescolares que ayuden a que los niños desarrollen sus habilidades psicomotrices por medio de actividades como juegos, talleres, técnicas y ejercicios que complementen la educación dentro y fuera de la escuela.

De este modo, así como la motricidad es fundamentalmente la capacidad de generar movimientos (entendiendo por movimiento toda acción que permita el desplazamiento desde un lugar o espacio a otro y los efectos que de ello resulte), la psicomotricidad es esencialmente la educación del movimiento, o por medio del movimiento que procura una mejor utilización de las capacidades psíquicas (De Quirós y Schragger, 1979).

Así pues, la psicomotricidad, como su nombre indica, trata de relacionar dos elementos hasta ahora desconectados de una misma evolución: el desarrollo psíquico y el desarrollo motor. Parte por tanto, de una concepción del desarrollo que hace coincidente la maduración de las funciones neuromotrices y de las capacidades psíquicas del individuo, de manera que ambas cosas no son más que dos formas, hasta ahora desvinculadas, de ver lo que en realidad es un único proceso (García y Berruezo, 2002).

Así definida, la psicomotricidad desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral y armónico de la personalidad humana (Palomero, 2008).

Esta investigación se encuentra estructurada de la siguiente forma: en primer término se presenta la delimitación del tema, en donde se incluyen el planteamiento del problema, la justificación y los objetivos que dan pie a la realización de ésta investigación.

En un segundo apartado, se encuentra el marco teórico en el cual se abordan diferentes conceptos referentes a la psicomotricidad y sus elementos tales como el esquema corporal, lateralidad, equilibrio, temporalidad, ritmo, etc.; así como la importancia que tienen en el desarrollo del niño tanto físico como mental, social y afectivo.

En el tercer apartado se describe el método, dentro del cual se encuentra el tipo de estudio y diseño de la investigación, el escenario en el que se llevó a cabo la investigación, los participantes, los instrumentos que se utilizaron para llevar a cabo el programa de apoyo psicomotriz, el procedimiento que se siguió para la realización del mismo, y el análisis de los datos del programa de apoyo psicomotriz en niños de preescolar.

Finalmente, se presentan los resultados obtenidos dentro de esta investigación.



## **Delimitación del tema**

### *Planteamiento del problema*

Dentro de esta investigación se abordó el tema de la psicomotricidad en niños de preescolar y la importancia y beneficios que trae consigo para el desarrollo integral de los individuos.

En el Programa de Educación Preescolar 2004 se le otorga gran peso a la psicomotricidad incorporándola dentro del campo formativo denominado *desarrollo físico y salud* pero, desde nuestra perspectiva, se considera que dentro del nivel educativo preescolar no se le da la importancia que realmente tiene, dándole prioridad a otras actividades como el lenguaje o las habilidades sociales.

Es por ello que surge nuestra pregunta de investigación:

¿En qué medida un programa educativo sobre psicomotricidad apoyará a un grupo de niños para tener un mejor desarrollo psicomotriz?

### *Justificación*

En los primeros años de vida, la psicomotricidad juega un papel muy importante, porque influye valiosamente en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño favoreciendo la relación con su entorno y tomando en cuenta las diferencias individuales, necesidades e intereses de los niños y las niñas.

La práctica psicomotriz debe de ser entendida como un proceso de ayuda que acompañe al niño en su propio itinerario madurativo, que va desde la expresividad

motriz y el movimiento hasta el acceso a la capacidad de descentralización (Arnaiz, Rabadán y Vives., 2001).

De este modo, la psicomotricidad tiene por objeto favorecer y potenciar la adaptación armónica de la persona a su medio, a partir de su “identidad que se fundamenta y manifiesta a través de las relaciones que el cuerpo establece con el tiempo, el espacio y los otros” (Rota, citado en Arnaiz et. al., 2001).

Esencialmente, la psicomotricidad favorece a la salud física y psíquica del niño, por tratarse de una herramienta que el docente puede utilizar y la cual ayudará a los niños a dominar de una forma sana su movimiento corporal, mejorando su relación y comunicación con el mundo que lo rodea, tal como se puede observar en las investigaciones realizadas por Delia Martín y Antonio Soto, Begoña Ruiz, y Cori Camps.

Tomando en cuenta a diversos autores como Conde, García, Berruezo, Arnáez, Jiménez, etc., la psicomotricidad permite al niño explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, enfrentarse a las limitaciones, relacionarse con los demás, conocer y oponerse a sus miedos, proyectar sus fantasías, vivir sus sueños, desarrollar la iniciativa propia, asumir roles, disfrutar del juego en grupo y expresarse con libertad.

De este modo, se considera que un programa de apoyo psicomotriz enriquece el trabajo de los docentes al complementar las actividades académicas haciendo significativo el aprendizaje para los niños e influyendo directamente en el desarrollo infantil; es por ello que el presente programa se diseñó para fortalecer la psicomotricidad en los alumnos de preescolar.

## Objetivo

Diseñar, aplicar y evaluar un programa de apoyo psicomotriz dirigido a un grupo de niños de educación preescolar, con la finalidad de reforzar las conductas psicomotrices; mismas que más adelante le permitirán enfrentar de mejor forma otras conductas académicas, sociales y afectivas.

# CAPÍTULO 1

## Aspectos Generales de la Psicomotricidad

### 1.1 Psicomotricidad

#### 1.1.1 Definición de psicomotricidad

El niño a partir de su nacimiento comienza un aprendizaje motor continuo y toda habilidad o destreza adquirida con posterioridad está compuesta y se apoya en destrezas simples aprendidas previamente.

Stamback (citado en Jiménez y González, 1998), considera a la psicomotricidad como una rama de la psicología referida a una de las formas de adaptación del individuo al mundo exterior: la motricidad. La psicomotricidad, desde este punto de vista, se ocuparía “del rol del movimiento en la organización psicológica general”, estableciendo las conexiones de la psicología con la neurofisiología.

Por otra parte, para García y Berruezo (2002), “la psicomotricidad, como su nombre indica, trata de relacionar dos elementos hasta ahora desconectados: el desarrollo psíquico y el desarrollo motor. Parte, por tanto, de una concepción del desarrollo que hace coincidente la maduración de las funciones neuromotrices y de las capacidades psíquicas del individuo, de manera que ambas cosas no son más que dos formas, hasta ahora desvinculadas, de ver lo que en realidad es un único proceso.”

Del mismo modo, Berruezo (citado en Llorca, Ramos, Sánchez y Vega, 2002), define a la psicomotricidad como un enfoque de la intervención educativa o

terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

Otra definición de psicomotricidad es la formulada por Antoine Porot (citado en Jiménez y González, 1998) en el Manual Alfabético de Psiquiatría bajo el título de *Psicomotricidad, perturbaciones y síndromes psicomotores* donde menciona que las funciones psíquicas y las funciones motrices son los dos elementos fundamentales de la actividad serial y del comportamiento individual del hombre. En principio se van desarrollando, luego se van especializando y diferenciando, pero continúan sometidos a interacciones recíprocas. A medida que el niño controla su cuerpo, mejora sus capacidades de desplazamiento y de entrar en relación con los objetos y personas que le rodean.

El propio cuerpo es en el niño el elemento básico de contacto con la realidad exterior. Para llegar a la capacidad adulta de representación, análisis, síntesis y manipulación mental del mundo externo, de los objetos, de los acontecimientos y de sus relaciones, es imprescindible que tal análisis, síntesis y manipulación se hayan realizado previamente por el niño de forma concreta, y a través de su propia actividad corporal (Llorca y Navarro, 1998).

Por lo tanto, todos los conceptos derivados del movimiento, es decir: actividad motriz, movilidad, motilidad, etc., encuentran su adecuada relación con la motricidad y, por ende, con la psicomotricidad a través de los procesos de

aprendizaje. La psicomotricidad sería, fundamentalmente, una educación relacionada con el movimiento, la cual trataría de desarrollar las capacidades psíquicas (De Quirós y Schrager, 1979).

También Lapierre y Aucouturier (citados por Jiménez y González, 1998), parten del supuesto de que la educación psicomotriz es la base de toda la educación. Definen la educación psicomotriz como un proceso basado en la actividad motriz, en la que la acción corporal, es espontáneamente vivenciada y se dirige al descubrimiento de las nociones fundamentales que aparecen en sus inicios como contrastes y conducen a la organización y estructuración del yo y el mundo.

De este modo, la práctica psicomotriz, debe ser entendida como un proceso de ayuda que acompaña al niño en su propio itinerario madurativo, que va desde la expresividad motriz y el movimiento hasta el acceso a la capacidad de descentralización. En este proceso son atendidos los aspectos primordiales que forman parte de la globalidad en la que se hallan inmersos los niños en esta etapa, tales como la afectividad, la motricidad y el conocimiento, aspectos que irán evolucionando desde la globalidad a la diferenciación, de la dependencia a la autonomía y de la impasibilidad a la reflexión (García Olalla, 1995, citado por Arnaiz et al, 2001).

Tomando en cuenta las definiciones anteriores, se propone que la psicomotricidad es una rama de la psicología que trata de relacionar dos elementos fundamentales para el desarrollo integral de un individuo: el elemento psíquico y el elemento motor. Ambos elementos se irán desarrollando, especializando y diferenciando

pero continuarán dependiendo uno de otro a lo largo del desarrollo de las personas. De este modo, la psicomotricidad es una habilidad desarrollada por aprendizaje y no puede ser entendida únicamente como una aptitud o talento innato.

Por lo tanto, la psicomotricidad en los niños se expresa de manera cotidiana ya que los niños la desarrollan corriendo, saltando o jugando con la pelota. Se pueden aplicar diversos juegos orientados a desarrollar la coordinación, el equilibrio y la orientación del niño, ya que mediante estos juegos los niños podrán desarrollar diversas áreas que los lleven a alcanzar un desarrollo integral.

En síntesis, podemos decir que la psicomotricidad considera al movimiento como medio de expresión, de comunicación y de relación del ser humano con los demás; además desempeña un papel importante en el desarrollo armónico de la personalidad, puesto que el niño no sólo desarrolla sus habilidades motoras sino que también integra las interacciones a nivel de pensamiento, emociones y socialización.

#### 1.1.2 Etapas del desarrollo psicomotor del niño

La etapa educativa infantil es una etapa característica por la importancia del desarrollo en todos los procesos madurativos del niño desde los puramente motores a los afectivos, socializadores y cognitivos (Conde, Andrés, Ayudarte, García, Justicia, Megías y Sáez, 2001).

Así pues, el niño desde que nace (e incluso ya antes, durante el periodo intrauterino) experimenta una serie de cambios morfológicos y fisiológicos que desembocan en su transformación en un individuo adulto (Conde y Viciano, 1997).

El desarrollo es el proceso que engloba la maduración, la evolución y el crecimiento de un ser. Al referirse al ser humano, el desarrollo es el proceso por el cual un individuo humano recién nacido llega a ser adulto, para ello lleva a cabo la maduración de sus capacidades y el crecimiento de sus órganos en un proceso ordenado de carácter evolutivo, es decir que va de lo simple a lo complejo, de lo espontáneo a lo evolutivo, de lo más rudimentario a lo más funcional y adaptativo (García y Berrueto, 2002).

Del mismo modo, el concepto de desarrollo, implica diferenciación y especialización de estructuras corporales, con el consiguiente aumento en la complejidad morfológica y funcional del organismo (Conde y Viciano, 1997).

Por lo tanto, el niño, a partir de su nacimiento, comienza un aprendizaje motor continuo y toda habilidad o destreza adquirida con posterioridad está compuesta y se apoya en destrezas simples aprendidas previamente (Conde et al, 2001).

En el cuadro 1, se puede observar claramente cómo van evolucionando los movimientos de los niños durante el periodo que abarca la educación preescolar.



**Cuadro 1. CARACTERISTICAS PSICOMOTRICES DE LOS NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR**

3 años	4 años	5 años
Concreta una etapa de maduración nerviosa	Mayor seguridad en su actividad motora	Periodo de consolidación motriz
Realiza la totalidad de las formas elementales de movimiento, aunque hay que seguir estimulándolas	Mejora su postura	Es exacto y preciso en sus movimientos
Control corporal desarrollado	Mejoría considerable del equilibrio	Aumenta su equilibrio
Mejora en el equilibrio	Se balancea sin problema sobre los dedos de los pies	Mayor control corporal
Posesión de control corporal	Mejoría en sus saltos	Movimientos eficaces
Capacidad para desplazarse hacia atrás	Mayor dominio segmentario	Corre a mayor velocidad, su técnica es buena.
Disociación de los movimientos de los miembros inferiores con respecto a los de los miembros superiores	Mayor control de su función tónica	Esquiva y cambia de dirección bruscamente
Provoca voluntariamente aceleraciones y desaceleraciones en la marcha y cambios de dirección	Mejora su considerablemente la marcha y carrera	Coordina el salto con la carrera
Perfecciona los giros sobre el eje longitudinal y transversal	Corre y cambia de dirección con mayor velocidad	Mejoran sus saltos
Perfecciona la trepa	Realiza desplazamientos rítmicos	Mejoran su coordinación óculo-pédica
La manipulación es más fina	La motricidad fina se desarrolla considerablemente	Los movimientos de rotación se ven mejorados
Alcanza autonomía a la hora de comer	Mayor precisión en sus actividades manuales	Mejora la manipulación fina
Intenta representar su cuerpo en el dibujo	Adquiere disociación en sus dedos	Las construcciones son cada vez más complejas
Mejora la coordinación en los brazos	Las construcciones son mejoradas	Mejora la manipulación gruesa
Mayor independencia en sus movimientos	Manipula objetos aun más pequeños	Lanza con puntería y regulando la potencia
Emplea más energía de la necesaria a la hora de realizar actividades que impliquen movimiento	Mejora la motricidad gruesa	Cacha con mayor seguridad
	Mayor coordinación en el movimiento de todos los segmentos corporales	Combina la carrera con el lanzamiento
	Mejoran sus lanzamientos y recepciones	Dominio de su cuerpo

Fuente: Conde y Viciana, 1997.

Por otra parte, Durivage (citado en Jiménez y González, 1998), asegura que “los factores biológicos y sociales que determinan el desarrollo del niño son múltiples y complejos. Ambos aspectos son indispensables para la evolución: se puede decir que los aspectos heredados (biológicos) contienen el potencial real del niño, el medio ambiente (principalmente social) puede influir en ellos positiva o negativamente, pero no puede cambiarlos.”

Desde esta perspectiva, la idea de que el recién nacido depende completamente del medio es relativa. Se considera que el desarrollo y la futura personalidad del niño son el resultado de esta interacción. La maduración depende, por un lado, de la evolución de las estructuras neurofisiológicas y, por otro, de los estímulos afectivos y relacionales que provienen del mundo exterior. En otros términos, “la personalidad del niño y sus capacidades de adaptación intelectual y motriz son el producto de la interacción entre su organismo y el medio ambiente” (Durivage, citado en Jiménez y González, 1998).

### 1.1.3 Importancia e influencia de la psicomotricidad en el desarrollo del niño

En los primeros años de vida, la psicomotricidad juega un papel muy importante porque influye significativamente en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño, favoreciendo la relación con su entorno, tomando en cuenta las diferencias individuales, necesidades e intereses de los niños y las niñas.

Según Tasset (1987), la psicomotricidad influye en los niños en tres áreas específicas:

- Rendimiento Escolar: el niño que no conoce adecuadamente su esquema corporal y cuya orientación espacial es deficiente, encuentra dificultad en adquirir determinados automatismos necesarios para su aprendizaje escolar.
- Inteligencia: la psicomotricidad ejerce una influencia dominante sobre el cociente intelectual. Está demostrado que en la base de la inteligencia se encuentra la suma de las experiencias físicas de débil tensión energética vividas por el individuo.
- Afectividad: gracias a las técnicas psicomotrices es posible cambiar el comportamiento de los niños haciéndolos participar en actividades agradables para ellos. Dentro del marco de estas actividades, el niño es inducido para que cumpla tareas completamente nuevas para su experiencia anterior. Gradualmente el niño adquiere soltura y rapidez en sus movimientos. Su confianza en sus propias aptitudes y en su valía personal resulta notablemente incrementada, y esto, a su vez, se refleja en sus actitudes y en su relación con el entorno.

Del mismo modo, se propone a la psicomotricidad como un instrumento de prevención en los aspectos de trastornos o dificultades en el desarrollo del niño. Se debe procurar aprovechar la etapa de educación infantil, cuando el niño se encuentra en preescolar, para la realización de estímulos en el desarrollo psicomotor y en el proceso de adquisición de habilidades psicomotrices básicas.

Esto se realiza para la mejora de capacidades cognitivas, simbólicas y representativas que propone la educación psicomotriz (García y Berruezo, 2002).

Estos autores apuntan que la psicomotricidad:

- Posibilita la toma de conciencia de las partes del cuerpo; la utilización y regulación en funcionamiento del objetivo inhibiendo movimientos innecesarios.
- Conduce a la construcción del esquema corporal, con todos sus elementos y a la organización de las percepciones y acciones en una estructuración espacio-temporal adaptada a la realidad.
- Permite el conocimiento de las cualidades de los objetos para elaborar imágenes mentales. La manipulación de los objetos dará lugar, posteriormente, a las operaciones mentales.
- Hace posible, mediante la percepción de relación entre la propia actividad y los resultados de la misma, la anticipación de la acción, la programación de los movimientos a realizar en función de unos deseos o necesidades.

A través de la psicomotricidad se pretende que el niño, mientras se divierte, desarrolle y perfeccione todas sus habilidades motrices básicas y específicas, potencie la socialización con personas de su misma edad y fomente la creatividad, la concentración y la relajación. (Tasset, 1987).

Por lo tanto, es de suma importancia que durante su formación preescolar se le otorgue al niño una educación psicomotriz adecuada tomando en cuenta sus habilidades, capacidades y necesidades.

Finalmente, la evolución psicomotriz del niño va a determinar en gran medida el aprendizaje de la lectura y escritura, pues para fijar la atención necesita el dominio del cuerpo y la inhibición voluntaria (Jiménez y Jiménez, 2002).

## 1.2 Elementos de la psicomotricidad

Por medio de la actividad motriz, el hombre puede actuar en su medio para modificarlo y modificarse; en pocas palabras, el movimiento adapta a los seres humanos a la realidad. Todo tipo de movimiento es resultado de la contracción motriz que produce el desplazamiento del cuerpo, o de los segmentos que lo componen y el mantenimiento del equilibrio. Cuando el cuerpo se mueve despacio, tiene como base de sustentación la regulación del tono, el cual se refiere a los diferentes niveles de tensión muscular. Wallon (citado por Zapata, 1991), demostró que el desarrollo motor, que surge de la sensibilidad, se conforma durante el desarrollo de las personas. El movimiento siempre resulta de la coordinación del esquema corporal en relación con el espacio y el tiempo. Tanto el movimiento como el dialogo tónico, cumplen un papel fundamental en la vida afectiva y en la vida social.

La psicomotricidad está conformada por una serie de elementos interrelacionados, que ayudan a entenderla y desarrollarla de mejor manera ya que, se pueden

trabajar ordenada y sistemáticamente todos sus componentes y de este modo se identifica con mayor facilidad cuál es el área menos trabajada y menos desarrollada en los niños.

A continuación se describen brevemente dichos elementos así como sus objetivos y la importancia que tienen dentro del desarrollo humano.

### 1.2.1 Esquema Corporal

El cuerpo es el primer medio de relación que tiene el ser humano con el mundo que le rodea. Por ello, cuanto mejor lo conozca, mejor podrá desenvolverse en él. El conocimiento y dominio del cuerpo, es el pilar a partir del cual el niño construirá el resto de los aprendizajes. Este conocimiento del propio cuerpo supone para la persona un proceso que se irá desarrollando a lo largo del crecimiento.

Para Conde *et al* (2001), el esquema corporal es el conocimiento de las partes del cuerpo y la toma de conciencia de ellas, conociendo sus posibilidades de acción y manifestación con el objeto de desenvolverse con armonía en el espacio que los rodea y en relación con sus iguales.

Comellas y Perpinyá (2003), sugieren que el esquema corporal se plantea como la posibilidad de comprender tanto el propio cuerpo como a uno mismo, tener una imagen propia y de los demás, ya sea en posición estática o dinámica, ya que, esto permite el conocimiento de la globalidad y favorece la comprensión y orientación en un espacio determinado.

Por su parte, Ballesteros (citado en Jiménez y González, 1998), dice que el concepto de esquema corporal en cada individuo va a venir determinado por el conocimiento que se tenga del propio cuerpo. El cuerpo es un todo en el que pueden aislarse distintos componentes. El niño en un comienzo siente su cuerpo como un todo difuso, pasando después a otra fase en la que a través del movimiento vive su cuerpo y el del otro como si fuese lo mismo. Más tarde comprende que los distintos miembros de su cuerpo pertenecen a un todo que es su propio cuerpo.

Así mismo, Le Boulch (1979), considera que el Esquema Corporal es la intuición global o conocimiento inmediato del propio cuerpo, ya sea en reposo o movimiento, en función de la interrelación de sus partes y de la relación con el espacio y objetos que nos rodean.

Así pues, Fernández (citado en Jiménez y González, 1998), dice que el esquema corporal le da al sujeto la conciencia de ser él; esa autoconciencia del propio cuerpo es la base para la autoafirmación de uno mismo como persona y de las capacidades personales.

A partir del concepto de esquema corporal (Jiménez y González, 1998), se construye la imagen mental del propio cuerpo, es decir, se lleva a cabo un proceso de interiorización que se elabora a partir de sensaciones denominadas:

- Propioceptivas, que proceden de los músculos, tendones y articulaciones, proporcionándonos información sobre la contracción o relajación del cuerpo.

- Interoceptivas, que nos ofrecen datos sobre el estado de las vísceras.
- Esteroceptivas, actúan sobre la superficie corporal, como las táctiles y kinestésicas, facilitando información sobre los objetos exteriores.

Es por ello, que Conde *et al* (2001), mencionan que entre los objetivos del esquema corporal se encuentran:

- Aprender la denominación de cada segmento o parte corporal.
- Localizar los distintos segmentos corporales de uno mismo.
- Localizar los distintos segmentos corporales en el compañero.
- Aprender las funciones de cada parte o segmento corporal.
- Aprender a observar.

Cabe mencionar que, el desarrollo de la personalidad e inteligencia y el conocimiento de las personas y objetos que nos rodean tienen su punto de partida en la adecuada estructuración del esquema corporal, y si esta estructuración es inadecuada surgirán problemas personales, familiares, escolares y sociales (Jiménez y González, 1998).

La construcción correcta del esquema corporal se realiza, pues, cuando se acomodan perfectamente las posibilidades motrices con el mundo exterior, cuando se da una correspondencia exacta entre las impresiones sensoriales recibidas del mundo de los objetos y el factor kinestésico y postural. Los elementos fundamentales y necesarios para una correcta elaboración del esquema corporal son: el control tónico, el control postural, el control respiratorio y la estructuración espacio-temporal (Martínez, García y Montoro 1988).



Finalmente, Ajuriaguerra (citado en Da Fonseca, 2008), considera que la evolución del niño es sinónimo de concienciación y conocimiento cada vez más profundo de su cuerpo, el niño es su cuerpo, pues es a través de él como el niño elabora todas sus experiencias vitales y organiza toda su personalidad.

### 1.2.2 Lateralidad

El proceso de lateralización tiene una parte neurológica, y es un proceso más del sistema nervioso, por el que la dominancia de un lado del cuerpo sobre el otro va a depender del predominio de uno u otro hemisferio. El niño desde un primer momento, va a ir definiendo su lateralidad, va a ir adoptando una preferencia funcional por unos segmentos sobre otros, y esto le va a ir permitiendo diferenciar dónde va a estar la derecha y la izquierda con relación a su cuerpo, y más tarde la derecha y la izquierda con relación al compañero, lo que va a permitir conformar la base de la orientación y estructuración espacial (Conde y Viciano, 1997).

Del mismo modo, el proceso de lateralización puede darse de forma espontánea, después de las primeras conductas del bebé o de forma más lenta a partir de las experiencias y los ensayos del niño en sus primeras actuaciones domésticas y escolares. Normalmente, esta lateralización se define de forma clara hacia los 4 años (Comellas y Perpinyá, 2003).

Según Ortega y Blázquez (1982), dependiendo de la predominancia lateral que presenten los individuos a nivel ocular, postural, auditivo y manual, existen diferentes tipos de lateralidad, que llevan a la siguiente clasificación:

1. Dextralidad: predominio de ojo, mano, pie y oído derecho.

2. Zurdería: predominio de ojo, mano, pie y oído izquierdo.
3. Ambidextrismo: no existe una manifiesta dominancia manual. Suele darse en los inicios de la adquisición de los procesos de lateralización.
4. Lateralidad cruzada o mixta: donde la mano, pie, vista u oído dominante, no corresponde al mismo costado corporal.
5. Lateralidad invertida: donde la lateralidad innata del niño, se ha contrariado por los aprendizajes.

En los niños pequeños no existe una dominación lateral cerebral y a medida que se desarrolla la maduración cerebral, se produce un proceso de estructuración de lateralidad corporal y un acelerado progreso de las habilidades motrices. Producto del desarrollo sensomotor y de diferentes factores, se presenta la predominancia de un lado del cuerpo, en especial con respecto a las manos, a los pies y a los ojos. Esta predominancia motriz relacionada con las partes del cuerpo resulta fundamental para la orientación espacial, las acciones de la vida diaria y posteriormente la escritura (Zapata, 1991).

Dentro de los objetivos que busca la lateralidad, Conde *et al* (2001), menciona los siguientes:

- Desarrollar el afianzamiento del reconocimiento de los miembros derecho e izquierdo en sí mismo y en el otro
- Lograr una correcta percepción del espacio para una buena orientación y estructuración en él
- Favorecer un mejor conocimiento y control del cuerpo

- Afianzar el dominio de los distintos miembros corporales, con el objeto de evitar futuros trastornos de aprendizaje, asegurando un desarrollo equilibrado
- Mejorar la percepción visual del niño

Finalmente, la lateralización es el proceso por el que se desarrolla la lateralidad y es importante para el aprendizaje de la lectoescritura y la completa madurez del lenguaje, la enseñanza de la p, d, b, q, exige el dominio de la lateralidad; si el niño no tiene conciencia de su lado derecho o izquierdo jamás podrá proyectar al exterior su lateralidad, y se le dificultará la diferencia e identificación de estas letras. Consideremos además que la lectura y escritura son procesos que se cumplen de izquierda a derecha (Tasset, 1987).

### 1.2.3 Equilibrio

El equilibrio es un paso esencial del desarrollo psiconeurológico del niño, luego un paso clave para todas las acciones coordinadas e intencionadas, que en el fondo son los apoyos de los procesos humanos de aprendizaje (Da Fonseca, 2008).

Según Jiménez y González (1998), se puede definir al equilibrio como la capacidad para adoptar y mantener una posición corporal opuesta a la fuerza de gravedad, y es resultado del trabajo muscular para sostener el cuerpo sobre su base.

De igual manera, el equilibrio es considerado un elemento esencial para la toma de conciencia corporal, pues sería imposible para el ser humano realizar

cualquier acción o movimiento orientado y preciso, si no existiera el control permanente y automático de la equilibración corporal.

Por su parte, Comellas y Perpinyá (1987), definen al equilibrio como la capacidad de vencer la acción de la gravedad y mantener el cuerpo en la postura que deseamos, sea de pie, sentado o fijo en un punto, sin caer.

Según Vayer (citado en Martínez et al, 1988), el equilibrio corporal es un aspecto de la educación del esquema corporal ya que condiciona las actitudes del sujeto frente al mundo exterior. Otro factor que hace del equilibrio un elemento importante en la educación psicomotriz del esquema corporal es el hecho de que constituye la base de la actividad relacional y el sustrato físico de la capacidad de iniciativa y autonomía del niño.

Según Conde y Viciano (1997), “existen tres tipos de equilibrio:

- A. Equilibrio estático: es el control de una postura sin desplazamiento.
- B. Equilibrio dinámico: es el que se establece cuando nuestro centro de gravedad sale de la verticalidad del cuerpo y, tras una acción equilibrante, vuelve sobre la base de sustentación.
- C. Equilibrio de Objetos: se trata más bien de una actividad tónico postural equilibradora de un segmento corporal con respecto a un objeto que intenta mantener. Se pueden situar dentro de este tipo de equilibrio, todas aquellas actividades en las que el niño tanto de forma estática como dinámica, tiene que mantener un objeto sin que se le caiga.”

Por otra parte, una mala actitud equilibradora puede provocar la distracción de la atención, la pérdida de conciencia en la movilidad de algunos segmentos corporales, así como un exceso de gasto de energía que influirá negativamente en el desempeño de las actividades que se estén realizando (Conde y Viciano, 1997).

Capon (1983), señala que el equilibrio afecta cuatro sentidos; el sentido visual, el táctil, el kinestésico y el vestibular, y puede ser continuamente mejorado a la vez que van madurando y desarrollándose estos sentidos.

El equilibrio es un factor determinante y de fuerte impacto emocional en la constitución de la persona (Esparza y Petroli, 1979).

Finalmente, Jiménez y González (1998), señalan que un equilibrio correcto es la base fundamental de una buena coordinación dinámica general y de cualquier actividad autónoma de los miembros superiores. Las dificultades de equilibrio repercuten en el aumento del cansancio, la ansiedad, la disminución de la atención del niño, pues los esfuerzos que éste ha de realizar (consciente o inconsciente) por mantener una posición correcta le ocasionan una gran pérdida de energía y concentración para otras tareas.

#### 1.2.4 Locomoción y Manipulación

La locomoción humana normal se ha descrito como una serie de movimientos alternantes, rítmicos, de las extremidades del tronco que determinan un desplazamiento hacia adelante del centro de gravedad.

De igual modo, la locomoción es una serie de movimientos voluntarios que se derivan de los reflejos y que podemos ver cómo evolucionan durante el primer año de vida siendo estos la reptación, el gateo, la trepa y ponerse de pie (Conde y Viciana, 1997).

Por ende la locomoción se relaciona directamente con la manera en la que como individuos nos desplazamos de un lugar a otro.

Según Conde y Viciana (1997), estos desplazamientos se pueden clasificar en tres:

- Desplazamientos naturales: son la marcha erecta, la carrera y los primeros desplazamientos acuáticos.
- Desplazamientos contruidos: son los que se elaboran con un objetivo prefijado y que derivan de los desplazamientos naturales.
- Saltos: se realizan conforme se va alcanzando una madurez considerable tanto de los desplazamientos naturales como de los desplazamientos contruidos.

Los desplazamientos se pueden considerar como toda progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial (Sánchez, citado en Conde y Viciana, 1997).

Cabe mencionar que los desplazamientos se deben de tomar muy en cuenta dentro de la educación infantil ya que por su variedad, van a potenciar la psicomotricidad del niño y su coordinación, lo cual desembocará en el desarrollo integral del niño.

Por otra parte, manipulación son los movimientos cuya acción fundamental se centra en el manejo de objetos, y están compuestos por dos tipos de patrones motrices básicos, los lanzamientos y las recepciones (Glasgow y Kruss citados en Conde y Viciano, 1997).

Así pues, la manipulación desemboca en la formación o la adquisición de esquemas de acciones “es decir, lo que en una acción se puede trasponer, generalizar o diferenciar de una situación a la siguiente, dicho de otro modo, lo que hay de común con las diversas repeticiones o aplicaciones de la misma acción” (Piaget, citado en Rigal, 2006). Se trata de formas de comportamiento o de planes de acciones interiorizados, esquematizados o estructurados o de organizaciones invariables de la conducta, de la organización interna que subyace en acciones o comportamientos organizados idénticos a ellos mismo y unidos a una situación (agarrar, alcanzar, chupar). Así ellos representan en la memoria la organización secuencial adaptable de una conducta motriz o cognitiva particular (Rigal, 2006).

Finalmente, la manipulación del objeto (o de los objetos) iniciará a partir del momento del contacto hasta conseguir una superficie preferencial de análisis táctilo-kinestésica del mismo. A partir de aquí, la intervención de la visión y de las estrategias de manipulación depende de la naturaleza de los programas de acción, desencadenando entre la mano y la visión un constante ajuste por medio de informaciones retroactivas complementarias (Da Fonseca, 2008).

En conclusión, la locomoción se relaciona directamente con la manipulación debido a que ambas se complementan para lograr el desarrollo integral de las personas y depende directamente una de la otra.

#### 1.2.5 Espacialidad

A lo largo de su desarrollo el niño va construyendo la noción de espacio. En un principio está determinada por el conocimiento y la diferenciación de su yo corporal respecto al mundo que lo rodea para, posteriormente y sobre la información que le proporciona su propio cuerpo, percibir el espacio exterior y orientarse en él. A través de la percepción dinámica del espacio vivido, se inicia progresivamente la abstracción del espacio exterior, hasta llegar a la noción de distancia y orientación de los objetos respecto a otro (Arnaiz et al, 2001).

Según Conde *et al*, (2001), el espacio se define como el lugar en el que nos movemos, y viene determinado por los estímulos que en él se producen.

Otra definición es la proporcionada por Tasset (1987), en la cual precisa al esquema espacial como la estructuración del mundo externo, relacionado éste con el yo referencial, en primer lugar, y luego con otras personas y objetos, así se halle en situación estática o en movimiento. Es, entonces, el conocimiento de los otros y de los elementos del mundo externo a partir del yo tomado como referente

Por lo tanto, a medida que se proporciona al bebé un vocabulario para expresar situaciones espaciales, localización de objetos, itinerarios de movimiento, etc., a partir de las vivencias y el movimiento, se inicia la comprensión del espacio y la posibilidad de orientarse en él (Comellas y Perpinyá, 2003).



Encontramos pues, que la espacialidad se puede dividir en orientación espacial, estructuración espacial y organización espacial.

La orientación espacial nos sirve para saber cómo está localizado nuestro cuerpo con respecto a la posición de los objetos, como para localizar esos objetos en función de donde estamos situados nosotros (Conde et al, 2001).

Por otra parte, retomando a Conde *et al*, (2001), la estructuración espacial permite saber cómo está estructurado el espacio a partir de diversas categorías de relaciones espaciales que nos dan la percepción de vecindad, separación, orden, sucesión entre objetos, relación topológica, etc., permitiendo situar los objetos o los elementos de un mismo objeto con relación a los demás (relaciones proyectivas), o coordinar los objetos entre sí en una relación con un sistema o unas coordenadas de referencia, implicando poner en juego medidas de longitud, volumen y superficie.

Da Fonseca (2008), resalta que la noción del espacio no es innata ya que resulta de una construcción donde el cuerpo asume el papel de arquitecto. El niño construye la noción del espacio a través de la interpretación de una constelación de datos sensoriales que no tienen relación directa con el espacio.

Así pues, dice que la capacidad para estructurar y organizar el espacio es esencial para cualquier aprendizaje, porque básicamente, implica la elaboración de un concepto a partir de los datos visuales y táctilo-kinestésico integrados, que constatan nuestra posición en el espacio, espacio que constituye el inmenso continente de nuestra motricidad.

La última clasificación es la organización espacial, la cual le permite al niño organizar el espacio partiendo de la orientación y estructuración espacial y está basada en la vivencia motriz y perceptiva inmediata que el niño posee del espacio en sus edades iniciales (0 a 7 años), y en su capacidad de analizar estos datos perceptivos inmediatos con profundidad, elaborando relaciones espaciales de mayor complejidad (7 años en adelante) (Castañer y Camerino citado en Conde *et al*, 2001).

Entre los objetivos de la orientación espacial propuestos por Conde *et al*, (2001), se encuentran:

- Mejorar las percepciones espaciales de los niños en un grado de complejidad cada vez mayor.
- Ser capaz de reconocer las distancias de un objeto respecto a uno mismo.
- Identificar las distancias entre objetos.
- Diferenciar entre espacio propio, próximo y lejano.
- Ser capaz de proyectar el propio cuerpo en el espacio circundante.
- Saber conjugar diversos elementos de estructura espacial (alturas, planos, distancias, ejes, etc.)

En conclusión, la construcción del espacio es un proceso complejo y largo, pero debe iniciarse, de forma clara y sistemática, desde las primeras edades para favorecer tanto la construcción del esquema corporal como la estructuración mental y los aprendizajes escolares (Comellas y Perpinyá, 2003).

### 1.2.6 Temporalidad y Ritmo

La simultaneidad de las acciones y situaciones conducirá, junto a las vivencias de oscuridad-luz, día-noche, a tomar conciencia del paso del tiempo. Las sensaciones vitales y los ritmos internos son también elementos clave para comprender esta secuenciación, a la que se asociarán los conceptos temporales. Si al niño se le dan puntos de referencia mediante acciones que vive, tiene una posibilidad de comprender la duración del periodo de espera (Comellas y Perpinyá, 2003).

Por lo tanto, la temporalidad se define como la toma de conciencia de la realidad que se percibe a partir de los cambios o hechos que suceden cotidianamente en las personas. Dichos cambios se aprecian por la secuencia de acontecimientos (orden) y, por el tiempo físico (duración); es decir, que el orden define la división que hay entre los acontecimientos que se producen, unos a continuación de otros, y la duración es la medida del intervalo temporal que separa dos acontecimientos (Arráez, Salinas, Ortiz y Torres, 1995).

Así pues, la construcción de la noción del tiempo no se percibe a través de los sentidos, únicamente se perciben los acontecimientos que ocurren, de manera, que percibir el tiempo está vinculado al concepto de sucesión, a la percepción de lo sucesivo como unidad. Por tanto, los conceptos de tiempo y de sucesión se adquieren junto con los de orientación espacial (Arnaiz et al, 2001).

Aunque el orden y duración son elementos de la temporalidad que se manifiestan de la misma manera para todos, la forma de percibir el tiempo no va a ser igual

entre unos y otros. Según Serra (citado en Conde et. al., 2001), la percepción de la duración depende de varios factores que son los siguientes:

- La edad (con la edad la percepción de la duración se mejora).
- Las tareas (las tareas realizadas por uno mismo hacen que la duración de la misma parezca menor, aunque si aumenta el número de estímulos en esa tarea habrá sobreestimación del tiempo)
- Las características del sujeto (motivación, experiencia, personalidad, etc.).

Del mismo modo, para Tasset (1987), el conocimiento de la orientación temporal puede ser el punto de partida de la motivación para el trabajo. El niño sabrá así cuándo y para qué trabaja. Aprenderá a organizarse, desde el punto de vista del trabajo y del tiempo libre.

Además, la orientación temporal es una importante ayuda para la toma de conciencia del mundo real. Al aprender a referirse a tal o cual hecho, el niño desarrolla el sentido de la coordinación y la intercoordinación que conforma una de las bases del desarrollo de la inteligencia (Tasset, 1987).

Para lograr la estructuración temporal se favorecerá la comprensión temporal mediante el encadenamiento de hechos fruto de una relación causal. Así una situación inicial conducirá a otra posterior como consecuencia. Esta causalidad puede establecerse entre dos acciones o más, pidiendo la ordenación de diferentes secuencias (Comellas y Perpinyá, 2003).

A través de la estructuración temporal el niño tiene consciencia de su acción, su pasado conocido es actualizado, el presente experimentado y el futuro

desconocido es anticipado. Esta estructura de organización es determinante para todos los procesos de aprendizaje (Da Fonseca, 2008).

Por otra parte, un concepto totalmente ligado a la temporalidad es el ritmo. Se puede considerar que el ritmo está inmerso en todos los fenómenos de la naturaleza, no sólo en el fenómeno musical, ya que hay ritmo respiratorio, cardiaco, en el tiempo de cada individuo, en los movimientos corporales, etc., que inducen a pensar que ésta es una habilidad vital. De hecho, las sensaciones de orden y duración son percibidas a través del ritmo (Jiménez y González, 1998).

Para Conde y Viciano (1997), al principio el ritmo del niño es espontáneo, pero a medida que domine los estímulos visuales y auditivos podrá ir practicando un ritmo voluntario y de acuerdo con estímulos externos.

Así pues, Quillet-Groller (citado en Tasset, 1987), dicen que el ritmo no debe ser confundido con la armonía, de la que constituye sólo uno de sus elementos. Al ritmo se le ha definido como la distribución de un tiempo dado en una serie de intervalos regulares, marcados por el sonido, dentro de una frase musical, en una melodía, una marcha, una danza o una serie de movimientos cadenciosos o así mismo, en las palabras de la lengua corriente, agrupadas en metro musical o encastradas dentro de un periodo oratorio.

Jiménez y González (1998), proponen que para la enseñanza del ritmo conviene que se tengan en cuenta las siguientes normas:

- El ritmo debe ser provocado por estímulos visuales y auditivos.
- Al principio los ritmos visuales y auditivos deben ser idénticos.

- Interesa comenzar con un ritmo cercano al espontáneo para llegar gradualmente al voluntario.
- Al finalizar se varía en ritmo, ya sea usando medios visuales o auditivos.

En conclusión, la temporalidad y el ritmo son partes fundamentales en el desarrollo motriz y son conceptos íntimamente ligados. En la práctica, el ritmo está constituido por estímulos que suceden conforme con una periodicidad y una estructura dadas. Esta última puede variar en intensidad y en tiempo (Tasset, 1987).

#### 1.2.7 Coordinación

En psicomotricidad, se denomina coordinación a la capacidad del cuerpo para asociar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar determinadas acciones (Jiménez y González, 1998).

Se considera a la coordinación como una habilidad resultante, porque es la capacidad a partir de la cual, se puede construir el entramado de habilidades (Conde y Viciano, 1997).

Además encontramos que, coordinación es la capacidad para resolver en secuencia ordenada y armónica un problema de movimiento, está relacionada con la “inteligencia de movimiento”, esquemas motrices ya aprendidos, con la estructuración del esquema corporal, con las nociones de tiempo y espacio, con el adecuado juego entre tensión y relajación, con las sensaciones cinestésicas, con la plasticidad para el aprendizaje. Así pues, según Hollmann (citado en Zapata y Aquino, 1979), como coordinación entendemos la función que cumple el sistema

nervioso central y el aparato esquelético, en el marco de una secuencia de movimientos.

Así, según Ortega y Blázquez (1982), se define a la coordinación como “la interacción armoniosa y en lo posible económica de los músculos, nervios y sentidos, con el fin de traducir acciones cinéticas precisas y equilibradas, y reacciones rápidas y adaptadas a cada situación”.

Por su parte, Bucher (1985), define a la coordinación como la evolución de las posibilidades que tiene el sujeto de contraer aisladamente distintos grupos musculares en función del movimiento solicitado, y de realizar a la vez movimientos que integren varios segmentos corporales.

Del mismo modo, Lara (1991), amplía ésta cerrada concepción al conjugar la coordinación con otras habilidades, dándonos una visión más global del término, definiendo la misma “como la capacidad de hacer intervenir armoniosa, económica y eficazmente, los músculos que participan en la acción, en conjunción perfecta con el espacio y el tiempo”.

Dentro de la coordinación Jiménez y González (1998), encuentran una división importante que es *coordinación motriz gruesa* y *coordinación motriz fina*.

Se puede entender a la *coordinación motriz gruesa* como la capacidad del cuerpo para integrar la acción de los músculos largos con objeto de realizar unos determinados movimientos como saltar, correr, trepar, arrastrarse, bailar.

La *coordinación motriz fina* es la capacidad para utilizar los pequeños músculos, para realizar movimientos muy específicos: arrugar la frente, cerrar los ojos, guiñar un ojo, apretar los labios, mover los dedos de los pies, cerrar un puño, teclear, recortar, y todos aquellos que requieren la participación de las manos y los dedos.

Para Jiménez y González (1998), una buena coordinación requiere tener muy en cuenta los aspectos siguientes:

- Desarrollo de la equilibración general del propio cuerpo.
- Independización de los distintos músculos.
- Una perfecta adecuación de la mirada a los diversos movimientos de la mano.
- La lateralización bien afirmada, esto es, la independización de la izquierda y derecha expresada en el niño por el predominante uso de cualquiera de ellas.
- La adaptación al esfuerzo muscular, es decir, que éste se adecue a la actividad que se realiza.
- Un desarrollo sentido de la direccionalidad.



Todo ello evoluciona en función de dos factores, por un lado, la maduración fisiológica del sujeto y por otro los entrenamientos o ejercicios realizados.

Un concepto íntimamente ligado con el de coordinación es el de *coordinación visomanual*, el cual se entiende como una relación entre el ojo y la mano que podemos definir como “la capacidad que posee un individuo para utilizar simultáneamente las manos y la vista con objeto de realizar una tarea o actividad” por ejemplo: coser, dibujar, alcanzar una pelota al vuelo, escribir, peinarse, etc. (Jiménez y González, 1998).

Soubiran y Mazo (1980), indican que la mano es en el cuerpo, el instrumento inigualable, privilegiado, que interviene siempre y cuyas posibilidades deben acrecentarse al máximo. Los músculos de la mano tienen, a nivel del cerebro, una representación cortical relativamente mucho más importante que los otros músculos del cuerpo.

Para trabajar la coordinación es recomendable realizar diversos ejercicios que fomenten y potencialicen la misma. Le Boulch (1989), les da el nombre de *ejercicios de coordinación dinámica general* y son aquellos que exigen ajustes recíprocos de todas las partes del cuerpo y, en la mayoría de los casos, implican locomoción. Por ende los ejercicios de coordinación dinámica general también son un medio para educar los automatismos, y aun el más simple, es a la vez ejercicio laberíntico, táctil, kinestésico, visual, espacial, temporal, etc., y son fundamentales para la mejora de los mandos nerviosos y el funcionamiento de las sensaciones y

percepciones. También incrementa la fuerza muscular, la velocidad, la resistencia física, la agilidad, la flexibilidad.

En conclusión, la coordinación satisface las habilidades de movimiento del niño, y los ejercicios derivados de ésta actúan como sedante en aquellos que suelen ser muy agitados, animan a los inhibidos, y pueden usarse como actividades previas muy favorables antes de los ejercicios de respiración y relajación. Por lo tanto, lo que es educativo en estas actividades no es la rapidez ni la cantidad de ejercicios realizados, sino la calidad del trabajo efectuado, es decir, la precisión, el ritmo o maestría desarrollado en su ejecución (Jiménez y González, 1998).

#### 1.2.8 Respiración y Relajación

La respiración es una de las funciones principales de los organismos vivos, por medio de la cual se producen reacciones de oxidación que liberan energía que utilizan los seres vivos para poder realizar su metabolismo.

A pesar de su complejidad, la respiración es el único fenómeno biofisiológico del cual es fácil concienciarse y sobre el que se puede intervenir con una acción intencional (Martínez *et al*, 1988).

Dentro de la psicomotricidad, la respiración juega un papel muy importante ya que como individuos tenemos que aprender a controlar el proceso respiratorio, que aunque pareciera es un proceso automático, desde pequeños debemos aprender a dominarlo para así poder conocer y controlar nuestro cuerpo.

Para Comellas y Perpinyá (citado en Conde et al, 2001) la respiración se puede definir como una función mecánica y automática regulada por centros respiratorios, siendo su misión asimilar el oxígeno del aire, para la nutrición de los tejidos y desprender el anhídrido carbónico, producto de la eliminación de los mismos.

Así pues tenemos que la respiración es una función natural y espontánea que se realiza sin participación activa de la voluntad y Conde *et al* (2001) la dividen en 4 fases:

- Espiración: fase en la cual se expulsa el aire
- Preinspiración: fase breve que antecede a la toma de aire
- Inspiración: fase en la cual se toma aire
- Preespiración: fase breve que se da después de la inspiración y que antecede a la espiración

Cabe destacar que la respiración se encuentra muy vinculada con:

- La disminución psíquica
- La percepción del propio cuerpo
- La atención interiorizada y el control muscular
- El estrés o ansiedad
- La capacidad de atención
- Las alteraciones motrices

Partiendo de los puntos anteriores, se ha observado a través de las experiencias de muchos especialistas que existe una relación muy firme entre las dificultades psicomotrices y la mala respiración.

Según Schinca (1983), los problemas respiratorios varían en unas u otras personas pero en general se manifiesta provocando ansiedad, cansancio, e incapacidad para una buena concentración.

Dentro de los objetivos de la respiración propuestos por Conde y Viciano (1997), encontramos:

- Que el niño sea capaz de respirar voluntariamente por la nariz o por la boca
- Tomar consciencia global del aparato respiratorio: inspiración y espiración
- Adquirir hábitos respiratorios que no dañen la capacidad pulmonar
- Aprender a reconocer las fases del acto respiratorio y las sensaciones principales durante su desarrollo

Así pues, la interiorización del proceso respiratorio acercará un poco más al niño al conocimiento de su propio cuerpo y a los fenómenos que en él tienen lugar, a la vez permitirá una mayor resistencia al esfuerzo físico (Conde y Viciano, 1997).

Dada la importancia que tiene la respiración sobre los procesos psíquicos como la atención y los estados emocionales su educación es imprescindible en el desarrollo psicomotor del niño (Martínez *et al*, 1988).

Por otra parte, un concepto ligado a la respiración es el de *relajación*.

La relajación es una desconexión del mundo externo, con el objeto de la toma de conciencia del propio cuerpo y de los propios afectos (Tasset, 1987).

Vamos a entender por relajación esa sensación de descanso o reposo que nuestro cuerpo posee cuando no existe ninguna clase de tensión y nuestra mente se libera del estrés, la ansiedad o de preocupaciones que nos perturban (Jiménez y González, 1998).

Otra definición de relajación es la que nos da Casares (citado en Conde et al, 2001) en la cual apunta que es la acción y el efecto de relajarse; laxarse o dilatarse una parte en el cuerpo por una fuerza o violencia que se hizo. Este relajamiento en la tensión de los músculos va a permitir que los movimientos se realicen con la mejor economía y eficacia posibles, consiguiendo un gasto energético mínimo.

Los objetivos de la relajación son amplios y variados. Jiménez y González (1998), destacan:

- Mantener el equilibrio tónico y afectivo.
- Crear conciencia de los diferentes músculos y partes del cuerpo.
- Utilizar los músculos a voluntad, bien sea de forma global o parcialmente.

- Eliminar las tensiones musculares inútiles que puedan producir cansancio, deformaciones o torpeza.
- Reducir los movimientos involuntarios que agotan o restan energía.
- Conseguir la distinción mental y aumentar la capacidad de atención y concentración del alumno.

Por lo tanto, la relajación es otra de las habilidades que se debe tener en cuenta en la edad preescolar, ya que el niño se encuentra inmerso en una actividad motriz frenética en la que puntualmente debe saber relajarse (Conde et al, 2001).

### 1.3 Programa de Educación Preescolar 2004

Dentro del aula es de suma importancia que el docente encargado de la educación de los niños tome muy en cuenta a la psicomotricidad como parte fundamental del desarrollo ya que, como se ha mencionado en apartados anteriores, el trabajo que se lleve a cabo dentro del aula, repercutirá en las etapas futuras que deberán atravesar los niños.

Afortunadamente el Programa de Educación Preescolar (PEP) 2004 le otorga a la psicomotricidad mayor peso e importancia dentro de las actividades que se realizan cotidianamente en el jardín de niños.

Este apartado se extrajo del PEP 2004, no se le realizó ninguna modificación debido a que se pretende mostrar con claridad la manera en que se trabaja o se debe de trabajar la psicomotricidad durante la educación preescolar.

“A diferencia de un programa que establece temas generales como contenidos educativos en torno a los cuales se organiza la enseñanza y se acotan los conocimientos que los alumnos han de adquirir, el PEP 2004 está centrado en competencias.”

“Una competencia es un conjunto de capacidades que incluye conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas que una persona logra mediante procesos de aprendizaje y que se manifiestan en su desempeño en situaciones y contextos diversos.”

“Esta decisión de orden curricular tiene como finalidad principal propiciar que la escuela se constituya en un espacio que contribuye al desarrollo integral de los niños, mediante oportunidades de aprendizaje que les permitan integrar sus aprendizajes y utilizarlos en su actuar cotidiano.”

“Los propósitos fundamentales son la base para la definición de las competencias que se espera logren los alumnos en el transcurso de la educación preescolar. Una vez definidas las competencias que implica el conjunto de propósitos fundamentales, se ha procedido a agruparlas en los siguientes campos formativos:

- Desarrollo personal y social.
- Lenguaje y comunicación.
- Pensamiento matemático.
- Exploración y conocimiento del mundo.
- Expresión y apreciación artísticas.

- Desarrollo físico y salud.”

Se considera que el campo formativo que corresponde a esta investigación es el de *Desarrollo físico y Salud* ya que es dentro de éste en el que se ubican todos los aspectos correspondientes a la psicomotricidad.

“El desarrollo físico es un proceso en el que intervienen factores como la información genética, la actividad motriz, el estado de salud, la nutrición, las costumbres en la alimentación y el bienestar emocional. En conjunto, la influencia de estos factores se manifiesta en el crecimiento y en las variaciones en los ritmos de desarrollo individual. En el desarrollo físico de las niñas y de los niños están involucrados el movimiento y la locomoción, la estabilidad y el equilibrio, la manipulación, la proyección y la recepción como capacidades psicomotrices.”

“Las capacidades psicomotrices gruesas y finas se desarrollan rápidamente cuando los niños se hacen más conscientes de su propio cuerpo y empiezan a darse cuenta de lo que pueden hacer; disfrutan desplazándose y corriendo en cualquier sitio, “se atreven” a enfrentar nuevos desafíos en los que ponen a prueba sus capacidades y ello les permite ampliar su competencia física, al tiempo que experimentan sentimientos de logro y actitudes de perseverancia.”

“En estos procesos, no sólo ponen en juego las capacidades psicomotrices, sino las cognitivas y afectivas.”



“Cuando llegan a la educación preescolar han alcanzado –en general– altos niveles de logro en las capacidades psicomotrices: coordinan los movimientos de su cuerpo y mantienen el equilibrio, caminan, corren, trepan; manejan con cierta destreza algunos objetos e instrumentos mediante los cuales construyen juguetes u otro tipo de objetos, o representan y crean imágenes y símbolos.”

“Reconocer el hecho de que cada niño y cada niña han desarrollado habilidades psicomotrices en su vida cotidiana y fuera de la escuela con diferente nivel de logro, es un punto de partida para buscar el tipo de actividades que propicien su fortalecimiento, tomando en cuenta las características personales, los ritmos de desarrollo y las condiciones en que se desenvuelven en el ambiente familiar.”

“La intervención educativa en relación con el desarrollo físico debe propiciar que los niños y las niñas amplíen sus capacidades de control y conciencia corporal (capacidad de identificar y utilizar distintas partes de su cuerpo y comprender sus funciones), que experimenten estilos diversos de movimiento y la expresión corporal.”

“Cabe destacar que el progreso de las competencias psicomotrices en los niños no está ligado a las actividades de ejercitación por la ejercitación misma; es decir, cuando la educadora considera que requieren actividades para lograr una mayor coordinación psicomotriz fina, resulta mejor trabajar situaciones en las que pongan en juego el movimiento y el intelecto (armar y desarmar rompecabezas, construir un juguete con piezas pequeñas, etcétera), que insistir en una sola actividad

suponiendo que su repetición los ayuda a coordinar mejor (repasar contornos de figuras preelaboradas o llenarlas con sopa, semillas o papel), ya que estas actividades suelen cansar a los niños, pues les demandan mucho tiempo en su realización y les impiden el movimiento libre.”

Por lo tanto, lo que se busca con éste programa es realizar con los niños actividades que, además de contribuir al desarrollo de las capacidades motrices, se potencialicen las habilidades sociales, cognitivas, del lenguaje, entre otras, a fin de lograr un desarrollo integral que facilite el acceso a la educación primaria.

### **Conclusiones Generales**

A manera de conclusión, se puede decir, que la psicomotricidad juega un papel fundamental en el desarrollo del niño no sólo a nivel intelectual sino también a nivel emocional, por lo tanto, es necesaria una inclusión mayor dentro de la etapa educativa infantil del niño.

Así pues, Berruezo (1995), propone que la psicomotricidad, su conocimiento y su práctica, puede ayudarnos a todos a comprender y mejorar nuestras relaciones con nosotros mismos, con los objetos y con las personas que nos rodean. La psicomotricidad se fundamenta en una globalidad del ser humano, principalmente en la infancia, que tiene su núcleo de desarrollo en el cuerpo y en el conocimiento que se produce a partir de él.

Del mismo modo, el desarrollo psicomotriz posibilita alcanzar niveles de simbolización y representación que tienen su máximo exponente en la elaboración de la propia imagen, la comprensión del mundo, el establecimiento de la comunicación, y la relación con los demás.

Es por ello, que la psicomotricidad puede aplicarse como herramienta educativa para conducir al niño hacia la autonomía y la formación de su personalidad a través de un proceso ordenado de consecuciones de todo tipo. En este devenir se pueden producir perturbaciones que pueden ser objeto de una consulta, intervención o terapia psicomotriz (Berruezo, 1995).

Finalmente, la psicomotricidad es algo más que una técnica que se aplica, algo más que un conocimiento que se adquiere. Es una forma de entender lo que se vive, se siente, se experimenta, y lo que nos sitúa en una actitud de disponibilidad, que supone la comprensión, el respeto y el favorecimiento del cambio y del desarrollo en nosotros mismos y en los demás.

A continuación, se presenta el método que sustenta esta investigación, dentro del cual se encuentra el tipo de estudio y diseño de la investigación, el escenario en el que se llevó a cabo la investigación, los participantes, los instrumentos que se utilizaron para llevar a cabo el programa de apoyo, el procedimiento que se siguió, y la propuesta de análisis de datos del programa apoyo para reforzar la psicomotricidad.

## CAPÍTULO 2

### Método

#### *Tipo de estudio*

El tipo de estudio que se utilizó es el *preexperimental*, el cual consiste en la aplicación de una prueba a un grupo antes del estímulo o tratamiento experimental (pretest), después se le administra el tratamiento (programa psicoeducativo de motricidad fina y gruesa) y finalmente se aplica una prueba posterior al estímulo (postest) (Hernández, Fernández y Baptista 2006).

#### *Diseño de investigación*

El tipo de diseño que se utilizó es el diseño de pretest- postest con un solo grupo el cual se esquematiza de la siguiente forma:

$$G \quad 0_1 \quad X \quad 0_2$$

En donde G es grupo de sujetos; 0 es la medición de los sujetos del grupo (pretest y postest); y X es el tratamiento (programa psicoeducativo de motricidad fina y gruesa)

En este diseño existe un punto de referencia inicial para ver qué nivel tenía el grupo antes del estímulo, es decir, hay un seguimiento del grupo. Entre 0<sub>1</sub> y 0<sub>2</sub> pudieran ocurrir otros acontecimientos capaces de generar cambios, y cuanto más largo sea el lapso entre ambas mediciones, mayor será también la posibilidad de que actúe la historia. Así mismo, es probable que entre 0<sub>1</sub> y 0<sub>2</sub> se presente la maduración así como la fatiga y el aburrimiento (Hernández et al, 2006).

Se eligió este tipo de estudio y diseño porque se considera que es el que se adecuó a la investigación.

### *Participantes*

Se trabajó con un grupo de 6 niños (3 niños y 3 niñas) que asisten a un Centro de Desarrollo Infantil (CENDI), ubicado en la delegación Venustiano Carranza, en el Distrito Federal y cuya edad es de 5 años 7 meses.

### *Criterio de selección de los participantes*

Se eligió un grupo de tercer grado de educación preescolar cuyos alumnos no presentaban ningún tipo de necesidad educativa especial.

### *Escenario*

El CENDI se ubica en la delegación Venustiano Carranza dentro de una unidad habitacional. Es una escuela pequeña; hay un grupo de maternal con 15 niños y están a cargo 2 profesoras, un grupo de primer año de preescolar con 25 niños que están a cargo de dos profesoras, dos grupos de segundo año de preescolar con un total de 20 niños con una profesora por grupo, y dos grupos de tercer año, uno de 14 niños y otro de 13 niños y una profesora a cargo por grupo; el total de niños que asisten al CENDI es de 87. El CENDI opera de lunes a viernes en un horario de 8 a 15 hrs.

Dentro del CENDI únicamente trabaja personal femenino, y aparte de las profesoras, está la directora, la subdirectora, una secretaria, una cocinera, una

persona de intendencia, y los días martes y viernes asiste a impartir clases una maestra de danza.

El CENDI cuenta con jardín, patio de juegos, un pequeño auditorio, 7 salones de clases, la dirección, comedor, cocina, baños, una enfermería y un gimnasio de juegos el cual únicamente utilizan los niños de maternal.

El CENDI está dentro de una unidad habitacional de clase media baja, en donde la mayoría de las madres de los niños trabajan, y es por ello que se ven en la necesidad de dejarlos en este centro, ya que además les dan de desayunar y comer, lo cual favorece a las madres trabajadoras permitiéndoles irse a trabajar confiadas en que sus hijos estarán atendidos durante su ausencia. Las madres de los niños se desempeñan en los siguientes oficios: obreras, enfermeras, secretarias, comerciantes y personal de limpieza.

Junto al CENDI se ubica un parque y una biblioteca, no obstante, la gente que vive dentro de la unidad habitacional no acude a estos sitios debido a que los ocupan otro tipo de personas para cometer delitos, drogarse o alcoholizarse.

Estos datos reflejan que el CENDI se encuentra ubicado en una zona donde el ingreso familiar de los padres es medio bajo; asimismo, se presentan fenómenos sociales que pueden repercutir de modo desfavorable en cuanto al desarrollo y bienestar de los niños.

## *Instrumentos*

### A) Pretest y Postest

Este instrumento consta de un listado de 22 ejercicios psicomotrices que los niños ejecutaron con el propósito de observar los ejercicios que realizan sin mayor problema, y en cuáles había que brindarles apoyo en mayor grado.

Este pretest y postest se tomó de un instrumento propuesto por Emilio Ribes (1976), en su libro *Técnicas de Modificación de Conducta*.

Se eligieron estos ejercicios psicomotrices a partir de la necesidad de obtener el nivel de maduración psicomotriz del niño, para así reforzar las áreas donde se encontrara mayor dificultad en la ejecución de los ejercicios; las actividades psicomotrices del pretest y postest están centradas en los elementos que componen la psicomotricidad.

Los ejercicios psicomotrices que se encuentran en este pretest y postest son:

1. Orientación Espacial: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les corresponde y son: inclínate hacia adelante (número 4); recoge un lápiz con la mano derecha (número 8); toca tu oreja derecha con la mano izquierda (número 15); toca tu ojo izquierdo con la mano derecha (número 16); y camina alrededor de una silla (número 17).
2. Esquema Corporal: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les

corresponde y son: toca tu frente (número 1); toca tu espalda (número 2); señálame tus pies (número 3); toca tu pierna (número 9); toca tu boca (número 10); toca tu nariz (número 11); toca tu hombro (número 12); y toca tu oreja (13).

3. Equilibrio: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les corresponde y son: ponte de puntitas (número 14); camina por la línea recta (número 18); y da 5 saltos (número 19).
4. Lateralidad: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les corresponde y son: inclínate hacia adelante (número 4); señálame tu brazo izquierdo (número 5); levanta el brazo izquierdo (número 6); levanta el brazo derecho (número 7); recoge un lápiz con la mano derecha (número 8); toca tu oreja derecha con la mano izquierda (número 15); y toca tu ojo izquierdo con la mano derecha (número 16).
5. Coordinación: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les corresponde y son: camina alrededor de una silla (número 17); y camina por la línea recta (número 18).
6. Coordinación Visomanual: los ejercicios que componen este tipo de psicomotricidad, se enlistan conforme al número de registro que les corresponde y son: remarca la línea recta (número 20); colorea el círculo (número 21); y recorta el círculo (número 22).



### Registro de conductas motrices

A continuación se muestra un ejemplo de la manera en la que se evaluó la ejecución que presentaron los niños en los ejercicios psicomotrices:

**Cuadro no. 1: Registro de conductas psicomotrices**

Conductas	1er intento	2do.	3ro.	4to.	5to.	Ejecución.		
						0	1	2
1. Toca tu frente						0	1	2
2. Toca tu espalda						0	1	2

En el cuadro 1 se puede observar que en cada una de las actividades, se les dieron a los niños 5 intentos para realizar la conducta y se evaluó en una escala del 0 al 2 en el que 0 equivale a mal, 1 a regular, y 2 a bien. La evaluación depende del criterio de quien o quienes apliquen el pretest y el postest. Para mayor detalle de este instrumento, consultar el anexo 1.

La finalidad del pretest y postest fue si existían diferencias en los ejercicios psicomotrices de los niños al concluir el programa de apoyo.

#### B) Programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad en niños de preescolar

El programa de apoyo psicomotriz está basado en las actividades propuestas por Conde *et al*, (2001), en el libro *Juegos para el Desarrollo de las Habilidades Motrices en la Educación Infantil* ya que el propósito de dicho libro es ofrecer unas actividades de fácil aplicación para todos aquellos educadores cuyo fin sea conseguir una educación cada vez más integral del individuo, utilizando para ello

propuestas lúdicas que comulguen con los intereses y motivaciones de los niños a los que van dirigidas (Conde et al, 2001).

El programa de apoyo psicomotriz pretende reforzar las actividades motrices de cada niño dependiendo de la necesidad del mismo; está diseñado para cada área psicomotriz a través de diversos ejercicios que se llevaron a cabo en cada una de las sesiones programadas, las cuales fueron aumentando de dificultad a medida que se desarrolló el mismo.

El programa constó de 18 sesiones de trabajo en las que se abordaron diversas actividades que contribuyeron al desarrollo psicomotriz del niño, tomando en cuenta los elementos básicos de la psicomotricidad como son el esquema corporal, el equilibrio, la temporalidad, la espacialidad y la coordinación.

Las actividades *cruce de caminos, enredados, muñeco de goma, el transportador, el espejo, el guateque, subir de espaldas, unión de miembros, las siluetas, ¿qué ves?, el caracol, el cangrejito, los elefantes, los ciempiés, desplazarse imitando a otros animales, el dragón, la pareja, al son de las palmas, bailando por segmentos, el espejo loco, el volumen loco, que no se caiga la pelota*, de éste programa psicoeducativo, fueron tomadas del libro *Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en la educación infantil* (Conde et al, 2001), con algunas variaciones en el nombre y el material utilizado, mientras que otras son propuestas por los autores de ésta investigación. Para mayor detalle, consultar la carta descriptiva que se encuentra al final de éste trabajo (anexo 2).

Las sesiones del programa quedaron organizadas de la siguiente manera:

## I. Espacialidad

Sesiones: 1, 6,14 y 17.

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Actividades.

Sesión 1: ¿Qué lado es?, arriba-abajo, el juego de las sillas.

Sesión 6: el caracolito, el cangrejito.

Sesión 14: Elefantitos, somos cien pies, el gran dragón,

Sesión 17: Un sueño.

## II. Lateralidad

Sesiones: 1, 2, 4 y 8

Objetivo: que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad.

Actividades:

Sesión 1: ¿Qué lado es?, arriba-abajo.

Sesión 2: simón dice, a movernos, brinca-brinca.

Sesión 4: caminemos para diferentes lados.

Sesión 8: ¿Qué lado es?, a movernos, imítame.

### III. Motricidad Fina

Sesiones: 3, 7, 11, 15

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Sesión 3: vamos a colorear, a recortar, formemos figuras.

Sesión 7: atornillemos, ensartemos moneditas, sigamos el caminito.

Sesión 11: atornillemos, ensartemos moneditas, sigamos el caminito.

Sesión 15: vamos a colorear, joyeros, sigamos el caminito

### IV. Equilibrio

Sesiones: 4, 9, 12 16 y 18

Objetivo: Reforzar el equilibrio del niño

Sesión 4: caminemos para diferentes lados, somos garzas, animales que brincan.

Sesión 9: transportando objetos, en la carretera, congelados.

Sesión 12: cruce de caminos, enredados y espejito-espejito.

Sesión 16: pegados

Sesión 18: cruce de caminos, enredados y espejito-espejito.

## V. Esquema Corporal

Sesiones: 5, 9, 10, 12 y 18

Objetivo: que los niños reconozcan e identifiquen su esquema corporal de manera más clara.

Sesión 5: imítame, hay que juntarnos, yo vi.

Sesión 9: transportando objetos, en la carretera, congelados.

Sesión 10: al suelo, juntos, siluetas.

Sesión 12: enredados.

Sesión 18: enredados, espejito-espejito.

## VI. Temporalidad y Ritmo

Sesiones: 13, 10 y 16.

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo.

Sesión 13: parejitas, gitanos, bailemos por partes.

Sesión 10: al suelo.

Sesión 16: limbo, congelados

### C) Hoja de registro por sesión del programa

Se utilizó esta hoja para registrar los datos obtenidos durante la realización de cada una de las sesiones que componen el programa psicoeducativo de

motricidad fina y gruesa, con la finalidad de tener un control de las sesiones y así poder analizar los resultados de manera ordenada y adecuada.

Los datos que incluye la hoja de registro son: el nombre del niño, el número de sesión, la fecha, la duración de la sesión, las actividades que se realizaron y el puntaje que se les otorgó a los niños por la ejecución de dichas actividades así como el número de intentos en el que se realizó la actividad. Para mayor detalle del registro consultarlo al final del trabajo (anexo 3).

A continuación se presenta un ejemplo de éste registro:

ACTIVIDAD	NO. DE INTENTOS	EJECUCIÓN
	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2

### *Procedimiento*

Se obtuvieron los permisos correspondientes para poder tener acceso al CENDI, en el cual se realizó el programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad; posteriormente, la directora del plantel nos asignó un grupo de tercer grado de preescolar con el que se trabajó de lunes a viernes de las 11:00 a las 12:00hrs, durante 18 días más los días en los que se aplicó el pretest y el postest, dando un total de 20 días hábiles.

Una vez con el permiso correspondiente y ya con acceso al CENDI, se llevó a cabo la aplicación del pretest el cual tuvo una duración de 30 minutos y constó de

22 ejercicios psicomotrices. El pretest lo aplicamos individualmente para tener un registro más preciso de las conductas motrices de los niños.

Al día siguiente se comenzó con la aplicación de la primer sesión del programa de apoyo educativo para reforzar la psicomotricidad, cuyas sesiones tuvieron una duración de 50 minutos cada una; cada sesión contó con una actividad de calentamiento al principio y con una de relajación al término de la misma. El material que se utilizó dependió de las actividades que se llevaron a cabo en cada sesión. Entre los materiales utilizados se encuentran tapetes, colores, hojas de papel, dibujos para colorear, tijeras, discos de música, grabadora, etc.

Finalmente, se realizó la aplicación del postest para así poder observar si hubo o no un avance en la psicomotricidad de los niños, es decir, si se lograron reforzar los ejercicios psicomotrices propuestos en éste programa. Del mismo modo que en el pretest, el postest tuvo una duración de 30 minutos y se hizo individualmente.

## CAPITULO 3

### Resultados

En este capítulo se describe el análisis de resultados obtenidos al implementar el *programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad en niños de preescolar*, el cual se llevó a cabo en dos dimensiones: cuantitativa y cualitativa.

A continuación se describen los resultados del pretest y el postest y los resultados del programa de apoyo psicomotriz.

#### A) Pretest y Postest

Constan de 22 ejercicios psicomotrices entre los cuales se encuentran orientación espacial, esquema corporal, equilibrio, lateralidad, coordinación, coordinación visomanual, motricidad fina, temporalidad y ritmo. Se registró el número de intentos que realizaron los niños para ejecutar correctamente la conducta concreta. Se les dio la oportunidad de realizar 5 intentos, los cuales se calificaron con base en la siguiente escala: mal 0, regular 1, bien 2, con un máximo a obtener de 44 puntos y un mínimo de 0.

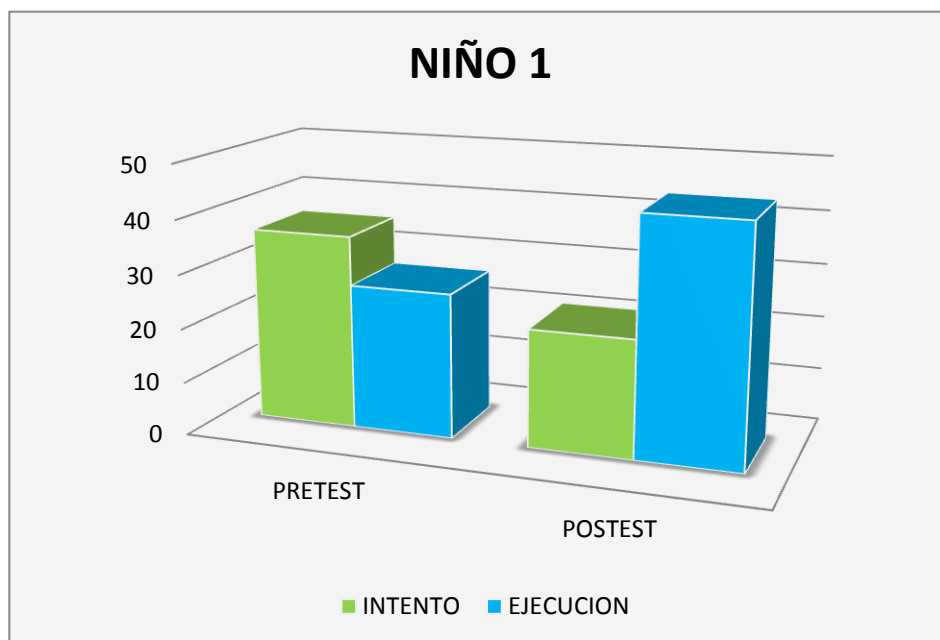
A continuación se muestran las gráficas comparativas entre los intentos realizados durante el pretest y los intentos realizados durante el postest, así como el puntaje obtenido en ambas pruebas y la interpretación de dichos resultados.



Tabla comparativa número 1: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 1

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	36	22
■ EJECUCION	27	44

Grafica comparativa numero 1: pretest y postest sujeto 1



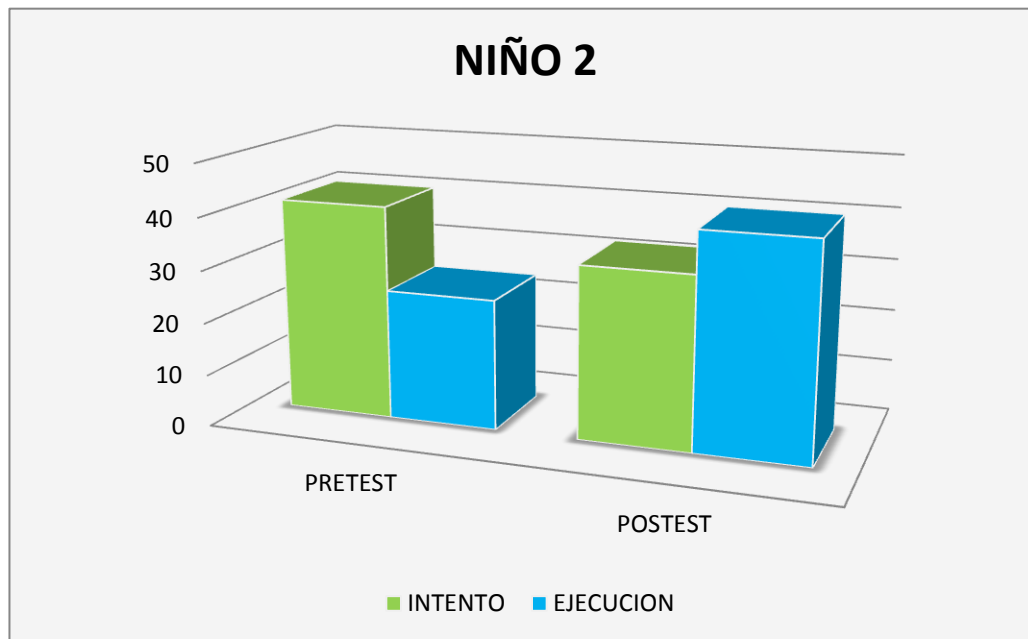
En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 36 y en el postest es de 22 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 14 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 17 puntos.

Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

Tabla comparativa número 2: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 2

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	41	33
■ EJECUCION	25	41

Grafica comparativa numero 2: pretest y postest sujeto 2



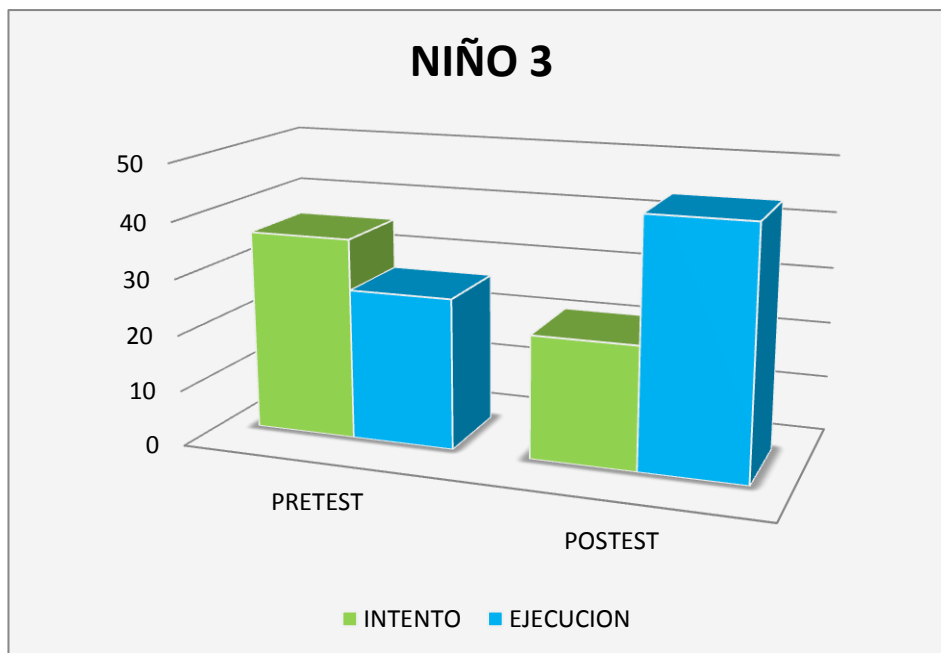
En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 41 y en el postest es de 33 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 8 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 16 puntos.

Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

Tabla comparativa número 3: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 3

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	36	22
■ EJECUCION	27	44

Grafica comparativa numero 3: pretest y postest sujeto 3



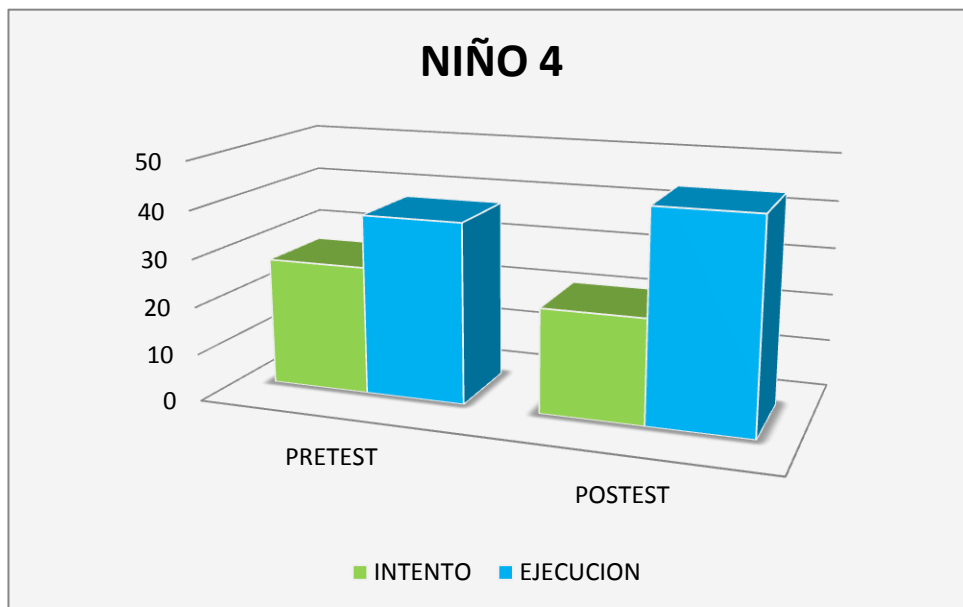
En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 36 y en el postest es de 22 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 14 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 17 puntos.

Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

Tabla comparativa número 4: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 4

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	27	22
■ EJECUCION	38	44

Grafica comparativa numero 4: pretest y postest sujeto 4



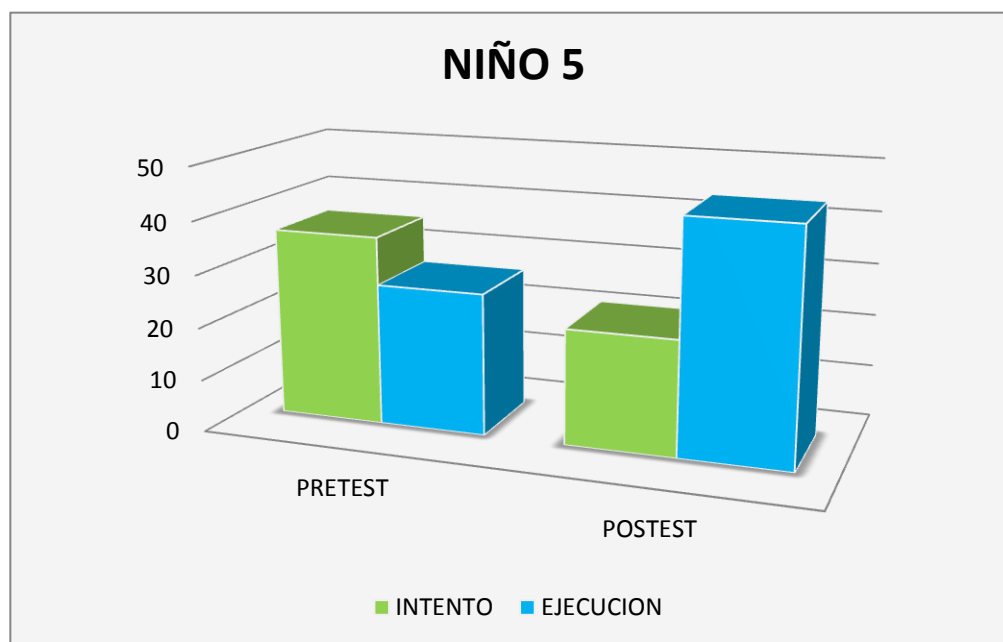
En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 27 y en el postest es de 22 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 5 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 6 puntos.

Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

Tabla comparativa número 5: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 5

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	36	22
■ EJECUCION	27	44

Grafica comparativa numero 5: pretest y postest sujeto 5



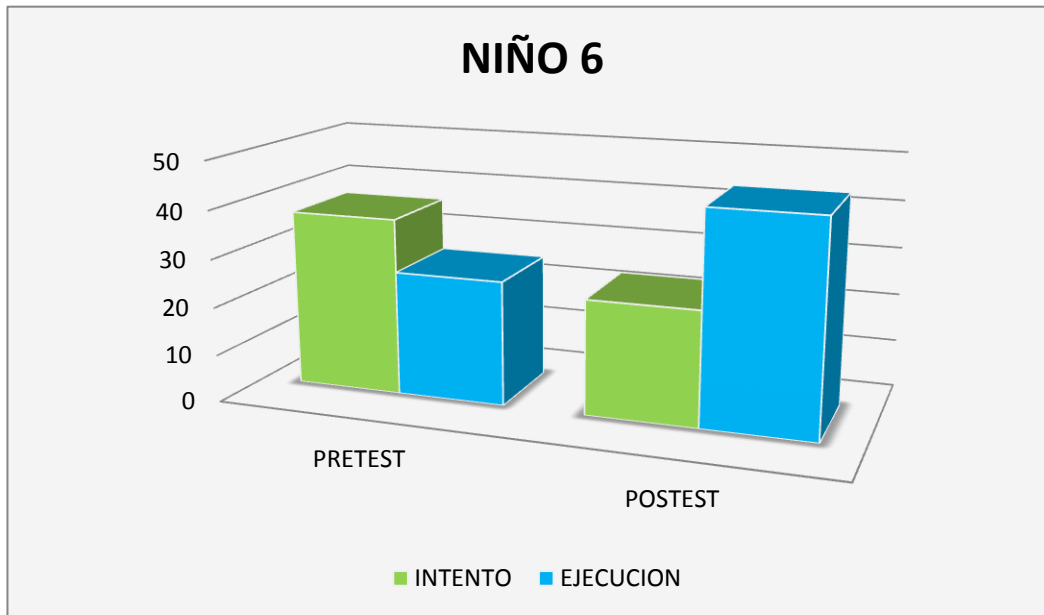
En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 36 y en el postest es de 22 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 14 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 17 puntos.

Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

Tabla comparativa número 6: intento y ejecución en el pretest y postest del sujeto 6

	PRETEST	POSTEST
■ INTENTO	37	24
■ EJECUCION	26	44

Grafica comparativa numero 6: pretest y postest sujeto 6



En la grafica se puede observar que el número de intentos en el pretest es de 37 y en el postest es de 24 puntos; esto quiere decir que hubo una disminución de 13 puntos en intento en el postest y un mayor nivel de ejecución en los ejercicios en el postest con un incremento de 18 puntos.

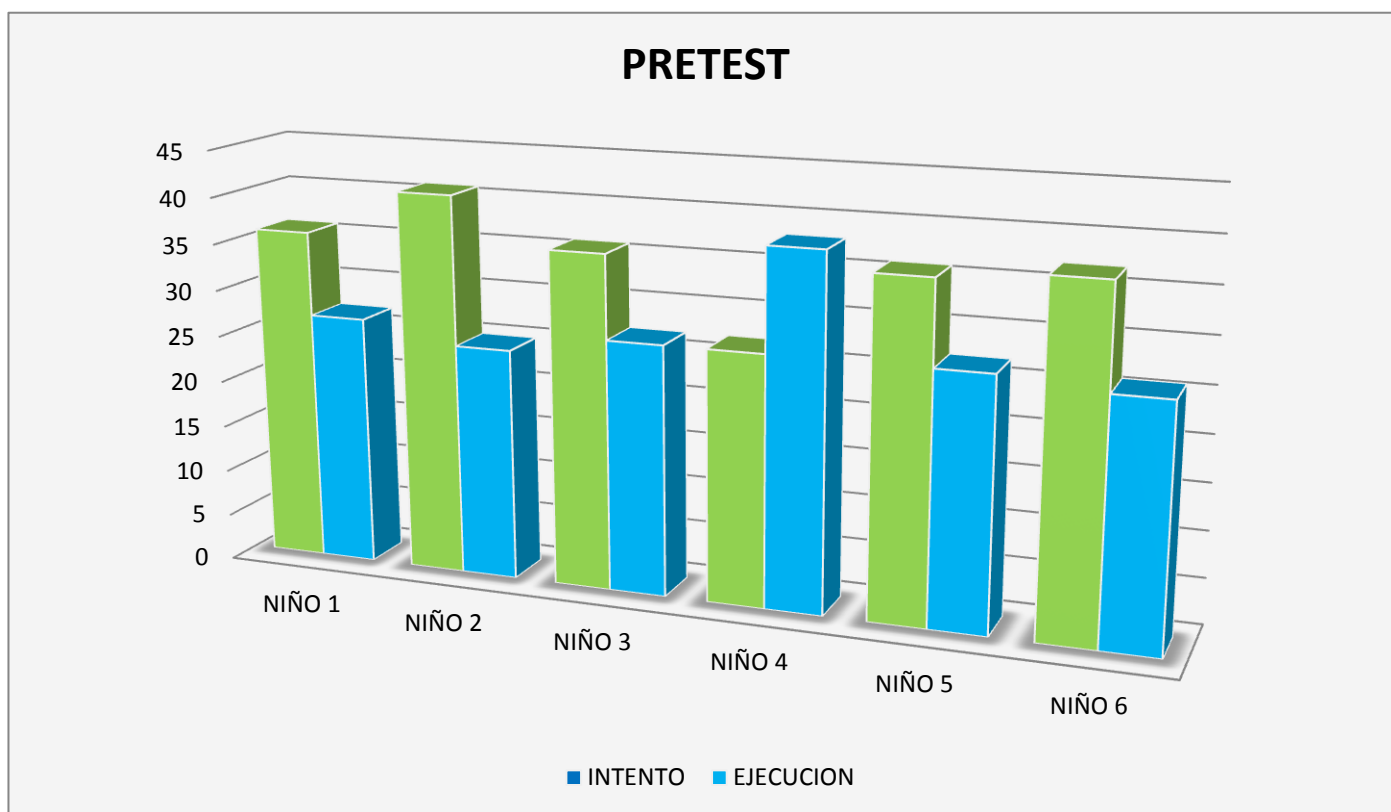
Esto indica que el programa de apoyo psicomotriz ayudó al niño a mejorar la calidad de ejecución de sus movimientos y por lo tanto se considera que fue de ayuda para él, logrando así el objetivo del taller.

A continuación se muestra la gráfica comparativa de los intentos y ejecución de todos los niños participantes en pretest así como el puntaje obtenido.

Tabla numero 7: intento y ejecución en pretest.

	NIÑO 1	NIÑO 2	NIÑO 3	NIÑO 4	NIÑO 5	NIÑO 6
■ INTENTO	36	41	36	27	36	37
■ EJECUCIÓN	27	25	27	38	27	26

Gráfica numero 7: pretest de todos los participantes.

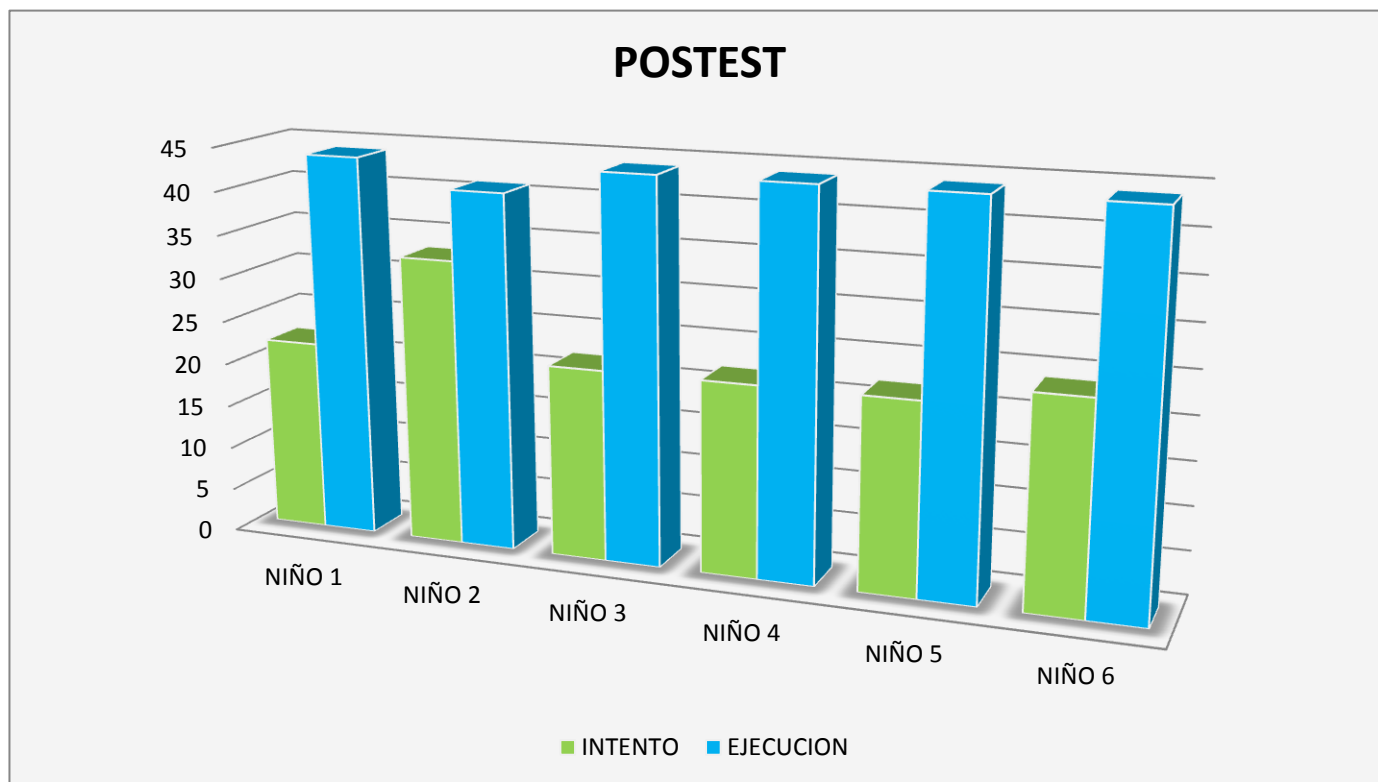


A continuación se muestra la gráfica comparativa de los intentos y ejecución de todos los niños participantes en el postest así como el puntaje obtenido.

Tabla numero 8: intento y ejecución en postest

	NIÑO 1	NIÑO 2	NIÑO 3	NIÑO 4	NIÑO 5	NIÑO 6
■ INTENTO	22	33	22	22	22	24
■ EJECUCIÓN	44	41	44	44	44	44

Grafica numero 8: postest de todos los participantes.





## Interpretación

De acuerdo con los resultados obtenidos dentro de esta investigación, se puede observar un incremento en el nivel de ejecución de los ejercicios psicomotrices en el posttest y la realización de las mismas con un menor número de intentos, esto comparado con lo realizado por los niños en el pretest en donde se puede observar un nivel más bajo en ejecución con un mayor número de intentos por cada ejercicio psicomotriz.

Los resultados indican que el *programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad en niños de preescolar* funcionó de manera adecuada ya que permitió que los niños reforzaran las habilidades psicomotrices con las que ya contaban aumentando la calidad en la ejecución de dichas habilidades.

### B) Programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad

El programa de apoyo constó de 18 sesiones de trabajo, las cuales se analizaron por medio de indicadores que engloban a cada una de las sesiones.

Estos indicadores son: espacialidad, lateralidad, motricidad fina, equilibrio, esquema corporal, temporalidad y ritmo.

Indicador I: Espacialidad

Sesiones: 1, 6, 14 y 17

### *Sesión 1: ¿qué lado es?, arriba-abajo, el juego de las sillas*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Inicio: los niños mostraron apatía y flojera en el momento de comenzar la sesión, pero les explicamos que era nuestra tarea y que necesitábamos que nos ayudaran, además les dijimos que si hacían las actividades les daríamos un dulce; de este modo accedieron a trabajar con nosotros.

Desarrollo: en el momento de realizar la actividad de ¿qué lado es?, los niños mostraron dificultades para identificar la derecha y la izquierda, por lo cual, tuvimos que implementar diversas técnicas como correr, girar, caminar y nombrar objetos situados a la derecha o a la izquierda respecto a su cuerpo. En las otras actividades no hubo complicaciones con las instrucciones que se les daban y las realizaron de manera dinámica y mostrando agrado hacia las mismas.

Cierre: al finalizar la sesión se realizó un recordatorio de cuál es el lado derecho y cuál el lado izquierdo, posteriormente se realizaron los ejercicios de relajación y se les otorgó un dulce a los niños agradeciendo su participación.

### *Sesión 6: el caracolito, el cangrejito*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Inicio: los niños estaban un poco cansados debido a que acababan de salir de su clase de danza, pero quisieron trabajar sin ningún problema.

Desarrollo: para la realización de las actividades se utilizó música, por lo que los niños se mostraron muy animados y participativos y realizaron los ejercicios sin ningún tipo de dificultad en la ejecución o con las instrucciones.

Cierre: al finalizar la sesión se les otorgó un dulce a los niños y nos comentaron que les habían gustado mucho las actividades y que querían que ya en todas pusiéramos música. La actividad que más les gustó fue la de baile loco.

#### *Sesión 14: elefantitos, somos ciempiés, el gran dragón*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Inicio: los niños estaban muy inquietos al iniciar la sesión por lo cual decidimos realizar una actividad (cantamos una canción de las que cantan con su maestra) antes de comenzar con la sesión.

Desarrollo: las primeras dos actividades de la sesión (elefantitos, somos cien pies), se llevaron a cabo sin inconvenientes, los niños se mostraban contentos y participativos, pero al momento de realizar la última actividad (el gran dragón), los niños estaban cansados e impacientes y se negaron a realizar el ejercicio a pesar de tratar de convencerlos para que la hicieran, por lo cual dimos por terminada la sesión.

Cierre: debido a la negativa de los niños para continuar trabajando con nosotros, no llevamos a cabo los ejercicios de relajación y no les otorgamos el reforzador correspondiente.

### *Sesión 17: por los puentes, veo veo, un sueño*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Inicio: los niños estaban cansados al momento de iniciar la sesión debido al ensayo de su baile previo a la sesión e impacientes porque querían jugar con los otros niños del grupo.

Desarrollo: la sesión se llevó a cabo sin ningún tipo de inconveniente en las actividades. La actividad que más les gustó a los niños fue la de un sueño, porque es un cuento del cuál forman parte, de igual manera, nos comentaron que les gustó mucho la música que utilizamos para realizar la actividad.

Cierre: los niños se mostraron muy impacientes en el momento de terminar la sesión ya que querían salir a jugar con sus demás compañeros. Se les otorgó el reforzador correspondiente y se les agradeció su participación.

### **Interpretación**

Según Tasset (1987), la espacialidad es el conocimiento de los otros y del mundo externo a partir del yo tomado como referente.

Dentro de este indicador se presentaron algunas dificultades en el momento de la realización de los ejercicios, ya que aunque los niños ya tenían definida la espacialidad, mostraban ligeras dificultades en el momento de ejecutar los ejercicios. Así mismo, pudimos observar un avance con respecto a la manera en

que realizaron los ejercicios durante el pretest y la manera en que los realizaron en el postest.

Las complicaciones que encontramos fueron que al momento de llevar a cabo la sesión, los niños acababan de salir de su clase de danza o terminaban de ensayar un bailable que presentarían, por lo cual se mostraban cansados, distraídos o apáticos en algunos momentos.

La construcción del espacio es un proceso complejo y largo, pero debe iniciarse, de forma clara y sistemática, desde las primeras edades para favorecer tanto la construcción del esquema corporal como la estructuración mental y los aprendizajes escolares (Comellas y Perpinyá, 2003).

Indicador II: Lateralidad

Sesiones: 1, 4 y 8

*Sesión 1: ¿qué lado es?, arriba-abajo*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Inicio: los niños mostraron apatía y flojera en el momento de comenzar la sesión, pero les explicamos que era nuestra tarea y que necesitábamos que nos ayudaran, además les dijimos que si hacían las actividades les daríamos un dulce; de este modo accedieron a trabajar con nosotros.

Desarrollo: en el momento de realizar la actividad de ¿qué lado es?, los niños mostraron dificultades para identificar la derecha y la izquierda, por lo cual, tuvimos que implementar diversas técnicas como correr, girar, caminar y nombrar objetos situados a la derecha o a la izquierda respecto a su cuerpo. En la actividad de arriba- abajo, los niños no mostraron ningún tipo de dificultad al realizar los ejercicios.

Cierre: al finalizar la sesión se realizó un recordatorio de cuál es el lado derecho y cuál el lado izquierdo, posteriormente se realizaron los ejercicios de relajación y se les otorgó un dulce a los niños agradeciendo su participación.

#### *Sesión 4: caminemos para diferentes lados*

Objetivo: Que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad y de equilibrio.

Inicio: la sesión se llevó a cabo en el patio del CENDI, los niños se mostraron muy inquietos porque del otro lado del patio había niños de otros grupos jugando, por lo cual, les dijimos que si nos apurábamos a hacer las actividades podrían ir a jugar con ellos.

Desarrollo: algunos niños mostraron dificultad en el momento de desplazarse hacia diferentes lados, por lo cual lo hacían más lentamente que otros de sus compañeros. Hubo un niño que no pudo caminar de lado aunque lo intentó varias veces.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos un dulce por haber trabajado con nosotros, nos comentaron que les habían gustado las actividades y que si en lugar de darles un dulce les podíamos dar chicles porque les gustaban más.

### *Sesión 8: ¿qué lado es?*

Objetivo: Que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad.

Inicio: los niños estaban cansados antes de iniciar la sesión debido a que acababan de salir de la clase de danza. Realizamos los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: las actividades las realizaron sin ningún problema, sin embargo, los niños se mostraron aburridos puesto que ya las habíamos llevado a cabo en sesiones anteriores y sólo era para reforzar la lateralidad.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que les gustaba trabajar más cuando poníamos música y bailaban.

### **Interpretación**

El proceso de lateralización puede darse de forma espontánea, después de las primeras conductas del bebé o de forma más lenta a partir de las experiencias y los ensayos del niño en sus primeras actuaciones domésticas y escolares. Normalmente, esta lateralización se define de forma clara hacia los 4 años

(Comellas y Perpinyá, 2003), pero en el caso de los niños se pudo observar que a pesar de ya casi cumplir 6 años, aún no tenían bien definida la lateralidad, no sabían cuál era la derecha ni cuál la izquierda y tuvimos que realizar varios ejercicios dentro de la primera sesión para así lograr que las identificaran y diferenciaran.

Esto nos pareció un problema serio ya que la lateralidad resulta fundamental para la orientación espacial, las acciones de la vida diaria y posteriormente la escritura (Zapata, 1991).

Gracias al programa de apoyo psicomotriz, los niños pudieron desarrollar el proceso de lateralidad y al finalizarlo ya eran capaces de diferenciar e identificar la derecha de la izquierda.

Indicador III: Motricidad Fina

Sesiones: 3, 7, 11 y 15

*Sesión 3: vamos a colorear, a recortar, formemos figuras*

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Inicio: la sesión inició con ejercicios de calentamiento con movimientos de las manos, los niños mostraban ganas de trabajar.

Desarrollo: los niños trabajaron bien con el material que les proporcionamos, pero observamos que no colorean uniformemente y que les cuesta mucho trabajo



recortar siguiendo una línea. Al momento de formar figuras, los niños hicieron muñecos, carros, helados y se unieron para formar las figuras entre todos.

Cierre: realizamos ejercicios de relajación de las manos y les otorgamos el reforzador correspondiente.

#### *Sesión 7: atornillemos, ensartemos moneditas, sigamos el caminito*

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Inicio: los niños se mostraron un poco apáticos en el momento de iniciar la sesión pero quisieron trabajar con nosotros. Empezamos con los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: las actividad de *atornillemos* se llevó a cabo sin ningún problema. En la de *ensartemos moneditas* tuvieron ligeras dificultades en el momento de insertar la aguja en los lentejuelones pero pudieron hacerlo aunque de manera muy lenta. En la actividad de *sigamos el caminito* los niños no lograron resolver el laberinto a pesar de que hicieron varios intentos.

Cierre: la sesión terminó con los ejercicios de relajación y les entregamos el reforzador correspondiente.

#### *Sesión 11: atornillemos, ensartemos moneditas, sigamos el caminito*

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Inicio: los niños estaban muy cansados por el ensayo de su baile así que se mostraron entusiasmados cuando les dijimos que trabajaríamos dentro del salón de clases con material. Procedimos a hacer los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la sesión se llevó a cabo sin dificultades en las primeras actividades, en la última actividad solamente una niña pudo encontrar la solución del laberinto, los demás siguieron intentando y aunque algunos se aproximaron no lo consiguieron.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente.

*Sesión 15: vamos a colorear, joyeros, sigamos el caminito*

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Inicio: los niños estaban cansados pero quisieron trabajar con nosotros. Procedimos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: en *vamos a colorear* los niños mostraron una mejoría en cuestión de que ya coloreaban más uniformemente y no se salían tanto de las líneas. En la actividad de *joyeros* se observó que el tiempo de la ejecución se redujo. En la última actividad, solamente 2 niños no pudieron encontrar la solución del laberinto pero se acercaron mucho para resolverlo y todos fueron capaces de trazar la línea del camino sin recargarse en los bordes.

Cierre: los niños realizaron los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Además se mostraron muy participativos y muy contentos con las actividades.

### **Interpretación**

Motricidad Fina es la capacidad para utilizar los pequeños músculos, para realizar movimientos muy específicos y todos aquellos que requieren la participación de nuestras manos y dedos (Jiménez y González, 1998).

Dentro de este indicador notamos muchas dificultades en los niños ya que algunos no sabían tomar correctamente las tijeras y aún tenían problemas para colorear uniformemente y para seguir las líneas, pero tenemos que la motricidad fina evoluciona en función de dos factores, por un lado la maduración fisiológica del sujeto y por otro los entrenamientos o ejercicios realizados.

Consideramos que dentro de este rubro lo que nos ayudó fue el hecho de haber utilizado material con dibujos de personajes conocidos para los niños y los cuales les gustaron mucho.

Por ello al finalizar el programa de apoyo psicomotriz y después de haber realizado las actividades correspondientes a este rubro, se observó una mejoría en la ejecución de los ejercicios; aunque lo que es educativo en estas actividades no es la rapidez ni la cantidad de ejercicios realizados, sino la calidad del trabajo efectuado, es decir, la precisión, el ritmo o maestría desarrollado en su ejecución (Jiménez y González, 1998).

Indicador IV: Equilibrio

Sesiones: 2, 4, 8, 9, 12, 16 y 18

*Sesión 2: a movernos, brinca brinca*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Inicio: los niños se mostraron aburridos cuando comenzamos la sesión por lo cual tuvimos que hacer un juego previo, el juego que realizamos fue *el lobo* y después de jugar comenzamos con los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: durante la realización de las actividades, los niños mostraron dificultad en el momento de ubicar los números y las letras ya que aún los confunden mucho. También nos dimos cuenta que les cuesta trabajo saltar sin perder el equilibrio.

Cierre: se llevaron a cabo los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que se les había hecho aburrida la actividad de *a movernos* y nos preguntaron que si ya nunca íbamos a poner música, les respondimos que les íbamos a poner actividades con música y para que bailaran y nos dijeron que si.

*Sesión 4: somos garzas, animales que brincan*

Objetivo: que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad y de equilibrio.

Inicio: la sesión se llevó a cabo en el patio del CENDI, los niños se mostraron muy inquietos porque del otro lado del patio había niños de otros grupos jugando, por lo cual, les dijimos que si nos apurábamos a hacer las actividades podrían ir a jugar con ellos.

Desarrollo: los niños mostraron dificultades en el momento de mantener el equilibrio y de dar saltos consecutivamente pero se esforzaron mucho para lograrlo. Se mostraron muy participativos y divertidos durante las actividades.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos un dulce por haber trabajado con nosotros, nos comentaron que les habían gustado las actividades y que si en lugar de darles un dulce les podíamos dar chicles porque les gustaban más.

#### *Sesión 8: a movernos*

Objetivo: que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad.

Inicio: los niños estaban cansados antes de iniciar la sesión debido a que acababan de salir de la clase de danza. Realizamos los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad se realizó con la finalidad de reforzar lo anteriormente trabajado. Esta actividad fue la que les pareció aburrida a los niños por lo que en esta ocasión decidimos poner música para que bailaran, en el momento en que la

música se detuviera, nombrábamos una casilla y los niños debían correr hacia ella. De este modo, logramos que la actividad no los aburriera.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que les gustaba trabajar más cuando poníamos música y bailaban.

#### *Sesión 9: transportando objetos, en la carretera, congelados*

Objetivo: Reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Inicio: los niños comenzaron a ensayar su baile de salida de preescolar y estaban muy cansados porque habían empezado desde que llegaron, aún así quisieron trabajar con nosotros y procedimos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: en la actividad de *transportando objetos* los niños tuvieron ligeras dificultades pero pudieron realizarla. La actividad de *en la carretera* la hicieron sin ningún tipo de dificultad, salvo un niño que no pudo brincar con un solo pie. Y la actividad de *congelados* la realizaron muy divertidos y sin complicaciones.

Cierre: llevamos a cabo los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos pidieron que hiciéramos nuevamente la actividad de *congelados* e invitaron a los otros niños del grupo a jugar con ellos.

#### *Sesión 12: cruce de caminos, enredados*

Objetivo: Reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Inicio: los niños estaban cansados por el ensayo de su baile pero aún así no hubo problema en el momento de comenzar a trabajar. Se realizaron los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad de *cruce de caminos* no la pudieron realizar los niños porque se les hizo muy complicada ya que no encontraron la manera de pasar hacia el otro lado a pesar de haberlo intentado y ya no quisieron realizarla aunque se los pedimos. La actividad de *enredados* la realizaron sin complicaciones y les gustó.

Cierre: se llevaron a los ejercicios de relajación y se les otorgó el reforzador correspondiente. Nos comentaron que la actividad de *espejito espejito* les había gustado mucho.

#### *Sesión 16: limbo, pegados*

Objetivo: que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su equilibrio.

Inicio: los niños estaban cansados por su ensayo previo pero estaban tranquilos y comenzamos con los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad de *limbo* les gustó mucho a los niños y la realizaron sin ningún problema. Hubo una niña que se pudo agachar más que los otros niños. La actividad de *pegados* también la realizaron sin problemas y estaban muy divertidos mientras la realizaban.

Cierre: se llevaron a cabo los ejercicios de relajación y se les otorgó el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que les habían gustado mucho los ejercicios y que si podíamos hacerlos de nuevo pero ahora con todo el grupo y accedimos a realizarlos.

### *Sesión 18: cruce de caminos, enredados*

Objetivo: Reforzar el equilibrio y el esquema corporal en los niños

Inicio: los niños realizaron los ejercicios de calentamiento aunque estaban muy cansados por el ensayo de su baile y se mostraban un poco apáticos.

Desarrollo: los niños no mostraron dificultades al realizar las actividades, de hecho pudimos notar un avance en los ejercicios en cuanto a ejecución y rapidez para hacerlos se refiere.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos un dulce a los niños, además les explicamos que era la última sesión que trabajamos con ellos y que la siguiente sería hacer los ejercicios que hicieron el primer día (pretest). Se mostraron un poco tristes porque nos comentaron que les había gustado mucho trabajar con nosotros y que nos iban a extrañar.

### **Interpretación**

El equilibrio es un paso esencial en el desarrollo psiconeurológico del niño, luego un paso clave para todas las acciones coordinadas e intencionadas, que en el fondo son los apoyos de los procesos humanos de aprendizaje (Da Fonseca, 2008).



Dentro de este indicador, se observó que los niños aún mostraban ligeras dificultades en el momento de realizar las actividades pero conforme avanzó el programa de apoyo psicomotriz, aumentó la calidad en la ejecución de los ejercicios.

El equilibrio es un proceso importante dentro del desarrollo de los niños ya que una mala actitud equilibradora puede provocar desde la distracción de la atención, la pérdida de conciencia en la movilidad de algunos segmentos corporales, así como un exceso de gasto de energía que influirá negativamente en el desempeño de las actividades que estén realizando (Conde y Viciano, 1997).

Los avances en este rubro fueron notorios porque durante las sesiones del programa de apoyo psicomotriz se observó una mejoría en la calidad de la ejecución de los ejercicios.

Indicador V: Esquema Corporal

Sesiones: 2, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13 y 18

*Sesión 2: simón dice*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Inicio: los niños se mostraron aburridos cuando comenzamos la sesión por lo cual tuvimos que hacer un juego previo, el juego que realizamos fue *el lobo* y después de jugar comenzamos con los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho a los niños y nos comentaron que en ocasiones anteriores ya la habían realizado. No mostraron ninguna dificultad.

Cierre: se llevaron a cabo los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que se les había hecho aburrida la actividad de *a movernos* y nos preguntaron que si ya nunca íbamos a poner música, les respondimos que les íbamos a poner actividades con música y para que bailaran y nos dijeron que si.

#### *Sesión 5: imítame, hay que juntarnos, yo vi...*

Objetivo: que los niños reconozcan e identifiquen su esquema corporal de manera más clara.

Inicio: los niños se mostraron entusiastas para trabajar con nosotros así que comenzamos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: las actividades se llevaron a cabo sin dificultades y la que más les gustó fue la de *hay que juntarnos*.

Cierre: los niños estaban muy divertidos con las actividades aunque ya estaban cansados así que realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente.

#### *Sesión 6: baile loco*

Objetivo: que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Inicio: los niños estaban un poco cansados debido a que acababan de salir de su clase de danza, pero quisieron trabajar sin ningún problema.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho debido a que debían bailar. La realizaron sin complicaciones y se divertieron al llevarla a cabo.

Cierre: al finalizar la sesión se les otorgó un dulce a los niños y nos comentaron que les habían gustado mucho las actividades y que querían que ya en todas pusiéramos música. La actividad que más les gustó fue la de baile loco.

### *Sesión 8: imítame*

Objetivo: Que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad.

Inicio: los niños estaban cansados antes de iniciar la sesión debido a que acababan de salir de la clase de danza. Realizamos los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad la realizaron sin problemas aunque se mostraron aburridos porque ya la habíamos realizado anteriormente y solo era para reforzar el esquema corporal.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que les gustaba trabajar más cuando poníamos música y bailaban.

### *Sesión 9: transportando objetos, en la carretera*

Objetivo: Reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Inicio: los niños comenzaron a ensayar su baile de salida de preescolar y estaban muy cansados porque habían empezado desde que llegaron, aún así quisieron trabajar con nosotros y procedimos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: en la actividad de *transportando objetos* los niños tuvieron ligeras dificultades pero pudieron realizarla. La actividad de *en la carretera* la hicieron sin ningún tipo de dificultad, salvo un niño que no pudo brincar con un solo pie.

Cierre: llevamos a cabo los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos pidieron que hiciéramos nuevamente la actividad de *congelados* e invitaron a los otros niños del grupo a jugar con ellos.

### *Sesión 10: al suelo, juntos, siluetas*

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su esquema corporal.

Inicio: los niños estaban cansados debido al ensayo de su baile pero realizaron los ejercicios de calentamiento y se mostraron dispuestos a trabajar.

Desarrollo: las actividades las llevaron a cabo sin dificultades, y les gustaron porque consistían en bailar y en dibujar en el suelo.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos pidieron permiso para quedarse con los gises y seguir dibujando en el piso del patio.

### *Sesión 12: espejito espejito*

Objetivo: Reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Inicio: los niños estaban cansados por el ensayo de su baile pero aún así no hubo problema en el momento de comenzar a trabajar. Se realizaron los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho porque se trataba de imitar los movimientos de su compañero, les pareció muy divertida y les costó un poco de trabajo en el momento de levantar la misma mano que su compañero ya que al ser “espejos” no diferenciaban la derecha de la izquierda, pero gracias a un espejo ubicado dentro del aula pudimos ejemplificar el ejercicio.

Cierre: se llevaron a los ejercicios de relajación y se les otorgó el reforzador correspondiente. Nos comentaron que la actividad de *espejito espejito* les había gustado mucho.

### *Sesión 13: bailemos por partes*

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo.

Inicio: los niños estaban muy cansados debido a su ensayo previo a la sesión. Aunque se mostraron un poco apáticos, realizaron los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho porque utilizamos música para llevarla a cabo. No tuvieron dificultades en la ejecución.

Cierre: los niños estaban muy cansados y realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Nos comentaron que les gustaron mucho las actividades.

### *Sesión 18: espejito espejito*

Objetivo: Reforzar el equilibrio y el esquema corporal en los niños

Inicio: los niños realizaron los ejercicios de calentamiento aunque estaban muy cansados por el ensayo de su baile y se mostraban un poco apáticos.

Desarrollo: los niños no mostraron dificultades al realizar las actividades, de hecho pudimos notar un avance en los ejercicios en cuanto a ejecución y rapidez para hacerlos se refiere.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les dimos un dulce a los niños, además les explicamos que era la última sesión que trabajamos con ellos y que la siguiente sería hacer los ejercicios que hicieron el primer día (pretest). Se mostraron un poco tristes porque nos comentaron que les había gustado mucho trabajar con nosotros y que nos iban a extrañar.

### **Interpretación**

Dentro de este indicador no se presentaron problemas en el momento de llevar a cabo las actividades porque, tal y como dicen Conde et al (2001), el esquema corporal es el conocimiento de las partes del cuerpo y la toma de conciencia de

ellas, conociendo sus posibilidades de acción y manifestación con el objeto de desenvolvernos con armonía en el espacio que nos rodea y en relación con nuestros iguales.

Los niños ya tenían bien definido el esquema corporal, por lo tanto, ya tienen conciencia de ser ellos; esa autoconciencia del propio cuerpo es la base para la autoafirmación de uno mismo como persona y de las capacidades personales (Fernández, citado en Jiménez y González, 1998).

Indicador VI: Temporalidad y Ritmo

Sesiones: 1, 5, 6, 9, 10, 13 y 16

*Sesión 1: el juego de las sillas*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Inicio: los niños mostraron apatía y flojera en el momento de comenzar la sesión, pero les explicamos que era nuestra tarea y que necesitábamos que nos ayudaran, además les dijimos que si hacían las actividades les daríamos un dulce; de este modo accedieron a trabajar con nosotros.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho debido a la música y a que bailaron mucho. No tuvieron dificultades para realizarla y al niño que ganó el juego se le otorgó un dulce adicional al del reforzador.

Cierre: al finalizar la sesión se realizó un recordatorio de cuál es el lado derecho y cuál el lado izquierdo, posteriormente se realizaron los ejercicios de relajación y se les otorgó un dulce a los niños agradeciendo su participación.

#### *Sesión 5: hay que juntarnos*

Objetivo: Que los niños reconozcan e identifiquen su esquema corporal de manera más clara.

Inicio: los niños se mostraron entusiastas para trabajar con nosotros así que comenzamos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad les gustó mucho porque se divierten mucho bailar y les gusta la música que utilizamos (rock'n roll y twist), y la realizaron sin ninguna dificultad.

Cierre: los niños estaban muy divertidos con las actividades aunque ya estaban cansados así que realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente.

#### *Sesión 6: baile loco*

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Inicio: los niños estaban un poco cansados debido a que acababan de salir de su clase de danza, pero quisieron trabajar sin ningún problema.



Desarrollo: la actividad les gustó mucho porque les gusta bailar, no mostraron ninguna dificultad al realizarla.

Cierre: al finalizar la sesión se les otorgó un dulce a los niños y nos comentaron que les habían gustado mucho las actividades y que querían que ya en todas pusiéramos música. La actividad que más les gustó fue la de baile loco.

### *Sesión 9: congelados*

Objetivo: Reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Inicio: los niños comenzaron a ensayar su baile de salida de preescolar y estaban muy cansados porque habían empezado desde que llegaron, aún así quisieron trabajar con nosotros y procedimos a realizar los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: en la actividad se divirtieron mucho y nos comentaron que les gustaba y que querían jugar de nuevo.

Cierre: llevamos a cabo los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos pidieron que hiciéramos nuevamente la actividad de *congelados* e invitaron a los otros niños del grupo a jugar con ellos.

### *Sesión 10: al suelo, juntos*

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su esquema corporal.

Inicio: los niños estaban cansados debido al ensayo de su baile pero realizaron los ejercicios de calentamiento y se mostraron dispuestos a trabajar.

Desarrollo: las actividades las llevaron a cabo sin dificultades, y les gustaron porque consistían en bailar y nos dijeron que les gusta mucho bailar.

Cierre: realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Los niños nos pidieron permiso para quedarse con los gises y seguir dibujando en el piso del patio.

### *Sesión 13: parejitas, gitanos, bailemos por partes*

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo.

Inicio: los niños estaban muy cansados debido a su ensayo previo a la sesión. Aunque se mostraron un poco apáticos, realizaron los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: las actividades les gustaron mucho porque requerían música y que bailaran. No tuvieron dificultades para realizarlas.

Cierre: los niños estaban muy cansados y realizamos los ejercicios de relajación y les otorgamos el reforzador correspondiente. Nos comentaron que les gustaron mucho las actividades.

### *Sesión 16: limbo, congelados*

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su equilibrio.

Inicio: los niños estaban cansados por su ensayo previo pero estaban tranquilos y comenzamos con los ejercicios de calentamiento.

Desarrollo: la actividad de *limbo* les gustó mucho a los niños y la realizaron sin ningún problema. Hubo una niña que se pudo agachar más que los otros niños. La actividad de *congelados* también la realizaron sin problemas y estaban muy divertidos mientras la realizaban.

Cierre: se llevaron a cabo los ejercicios de relajación y se les otorgó el reforzador correspondiente. Los niños nos comentaron que les habían gustado mucho los ejercicios y que si podíamos hacerlos de nuevo pero ahora con todo el grupo y accedimos a realizarlos.

### **Interpretación**

La temporalidad se define como la toma de conciencia de la realidad que se percibe a partir de los cambios o hechos que suceden cotidianamente en las personas (Arráez et al, 1995).

Por otra parte, el ritmo es la distribución de un tiempo dado en una serie de intervalos regulares, marcados por el sonido, dentro de una frase musical, en una melodía, una marcha, una danza o una serie de movimientos cadenciosos (Tasset, 1987).

Dentro de este indicador, los niños no presentaron problemas en la ejecución de los ejercicios. Por el contenido de las actividades y el material musical utilizado fueron las actividades que más disfrutaron durante el programa de apoyo psicomotriz.

Diversos autores (Jiménez y González, Tasset, Conde y Viciano, Da Fonseca), concuerdan en que la temporalidad y el ritmo son fundamentales para que los niños sean organizados, desarrollen el sentido de la coordinación y la intercoordinación que conforma una de las bases del desarrollo de la inteligencia.

## CONCLUSIONES

Dentro de este apartado se presentan algunas de las principales conclusiones que se derivan del desarrollo del programa de apoyo psicomotriz.

El programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad constó de 18 sesiones durante las cuales conocimos a los niños y aprendimos a trabajar de manera más dinámica con ellos, puesto que a veces mostraban apatía o se negaban a realizar las actividades. Esto se debía a que el programa de apoyo lo llevamos a cabo cuando los niños comenzaron a ensayar un baile que presentarían al finalizar el ciclo escolar y terminaban muy cansados.

El programa de apoyo cumplió el objetivo planteado dentro de esta investigación, ya que se reforzó la psicomotricidad en los niños, lo cual, les traerá un beneficio en su desarrollo físico, psicológico, social y afectivo. Los niños mejoraron considerablemente en la ejecución de las actividades ya que mostraron que tenían mayor control sobre sus movimientos; esto se pudo ver claramente al contrastar los resultados del pretest y el postest.

De tal forma, que el programa de apoyo para reforzar la psicomotricidad en niños de preescolar intentó potenciar las capacidades en los niños para que de este modo les fuera más fácil la transición hacia la educación primaria. Además se logró la interacción social entre los niños ya que 2 de los que participaron en el programa antes de él se aislaban mucho de sus compañeros y a lo largo del mismo fueron integrándose hasta ser capaces de jugar con los demás.

A pesar del éxito del programa de apoyo, nos encontramos con diversas condiciones que pudieron reducir el proceso de desarrollo que se buscaba que logaran los niños con las actividades. Una de las condiciones mencionadas fue el cansancio de los niños, ya que antes del taller tenían una clase de danza y los niños ya no tenían ganas de trabajar en las actividades, lo que hacíamos era dejarlos descansar un poco y tratar de motivarlos y alentarlos para que hicieran las actividades. Otra de las causas fue que los niños no seguían las instrucciones de cada actividad, debido a que no prestaban atención en estas o bien, mostraban apáticos al momento de realizarlas, por lo cual se administraron reforzadores arbitrarios de tipo consumibles.

Los reforzadores que entregábamos a los niños eran dulces. A veces ellos eran los que nos pedían cierto tipo de dulces o nosotros les preguntábamos que cuáles preferirían para el día siguiente. De este modo, logramos que participaran más activamente en las sesiones.

Dentro del programa de apoyo, observamos que las actividades de mayor éxito eran en las que los niños bailaban, incluso nos pedían repetir esas actividades al finalizar la sesión. Debido a que les gustaba la música, nos pedían que la pusiéramos en todas las sesiones aunque las actividades no la requirieran; por ejemplo, en las de motricidad fina, y esto nos ayudaba a aminorar el ruido externo que en ocasiones desconcentraba y distraía a los niños, haciendo que dejaran de hacer las actividades o que no prestaran atención a las indicaciones.

No todos los niños ejecutaban las actividades del mismo modo, dependía completamente del nivel de maduración psicomotriz que tenían ya que, había algunos a quienes se les dificultaba enormemente realizar ciertos ejercicios (principalmente de lateralidad y equilibrio) y requerían de múltiples intentos para llevarlos a cabo, mientras que otros niños los realizaban en el primer intento y de forma correcta.

Los materiales que se utilizaron fueron sencillos de conseguir y dentro del CENDI nos facilitaron el uso de los que tenían, entre ellos los colores de los niños y algunos juguetes que utilizamos para llevar a cabo las actividades de motricidad fina.

Se logró establecer un lazo de confianza entre los niños y nosotros, lo cual nos facilitó el trabajo con ellos, además, logramos tener una buena comunicación e interesarlos en las actividades que realizamos dentro de las sesiones.

## RECOMENDACIONES

Dentro de este apartado se hacen algunas recomendaciones útiles que se deben tomar en cuenta en el momento de implementar éste programa de apoyo psicomotriz. Dichas recomendaciones se realizaron debido a la experiencia que los autores de la presente investigación tuvieron en el momento de llevarla a cabo y son hechas con la finalidad de mejorar y facilitar el trabajo de quien requiera utilizarla.

Se recomienda que las sesiones se lleven a cabo al inicio del ciclo escolar para que de ese modo los niños desarrollen y potencialicen sus capacidades y habilidades a lo largo del ciclo escolar.

De igual modo, es adecuado que las sesiones se realicen a primera hora de la mañana ya que los niños no están cansados y pueden trabajar de mejor manera.

Es recomendable utilizar música para llevar a cabo las actividades cotidianas dentro del aula, ya que, con el programa de apoyo comprobamos que los niños se concentran más y no se muestran tan inquietos. Tal como lo menciona Weinberger (1998), la música mejora el desarrollo cerebral y, aún más, mejora habilidades como la lectura y las matemáticas. Esto la convierte en una herramienta que debería ser utilizada constantemente por los maestros de preescolar, a fin de garantizar el éxito presente y futuro de los alumnos.

Otro de los muchos beneficios de la música es la adquisición del lenguaje (Hanshumaker, citado en Weinberger, 1998), para comprender esto, ni siquiera es necesario conocer el funcionamiento del cerebro; basta con pensar que el ser



humano aprende a comunicarse con los demás a través de las primeras coplas y nanas, a través de los rítmicos juegos de palabras transmitidos por sus padres y maestros, ampliando así su vocabulario y, poco a poco, dotándolo de sentido.

Para ello, no es preciso que un maestro de preescolar domine la teoría musical, sepa tocar un instrumento o tenga habilidades extraordinarias. No estamos hablando de “conocer” la música, sino de “vivirla”, a fin de que se convierta en un elemento imprescindible en el proceso de enseñanza-aprendizaje. De tal modo, el maestro de preescolar debe ser creativo y buscar maneras de incluir la música como una disciplina combinada con las distintas áreas de trabajo de sus alumnos. Esto, a su vez, alimentará la propia creatividad de los alumnos y los llevará a tener una mejor interacción con los demás (Weinberger, 1998).

Los materiales utilizados dentro del programa de apoyo son fáciles de conseguir o de elaborar, con lo cual, el programa de apoyo se puede llevar a cabo dentro del salón de clases utilizando los recursos que se encuentren dentro del mismo. Tales materiales pueden ser colores, hojas, libros para colorear, gises de colores, material didáctico, etc.

Debido a los beneficios de la psicomotricidad en el desarrollo de los niños, es recomendable que este tipo de programas de apoyo complementen el currículo dentro de la educación preescolar, con el propósito de que los niños cuenten con más habilidades psicomotrices que les permitan una mejor adaptación y ejecución de las actividades académicas en la escuela primaria.

## Referencias

- Arnaiz Sánchez, P., Rabadán Martínez, M., y Vives Peñalver, I. (2001). *La Psicomotricidad en la Escuela: Una práctica preventiva y educativa*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Berruezo Adelantado, P. P. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. *Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias*, 15-26.
- Bucher, H. (1985). *Transtornos psicomotores en el niño*. Barcelona: Masson.
- Camps, C. (2009). *Dialnet*. Recuperado el 14 de Marzo de 2012, de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3423264>
- Capon, J. (1983). *Desarrollo Perceptivomotor*. Barcelona: Paidós.
- Comellas Carbó, M. J., y Perpinyá i Ttorregrosa, A. (1987). *La Psicomotricidad en Preescolar*. Barcelona: CEAC.
- Comellas, M. d., y Perpinyá, A. (2003). *Psicomotricidad en la educación infantil*. Barcelona: CEAC.
- Conde Caveda, J. L., y Viciano Garófano, V. (1997). *Fundamentos para el Desarrollo de la Motricidad en Edades Tempranas*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Conde Caveda, J. L., Andrés Rodríguez, R., Ayudarte Larios, M., García Azorín, C., Justicia Justicia, E. L., Megías López, D., y otros. (2001). *Juegos para el Desarrollo de las Habilidades Motrices en la Educación Infantil*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- DaFonseca, V. (2008). *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona: Inde Publicaciones.
- De Quirós, J. B., y Schragger, O. L. (1979). *Lenguaje, Aprendizaje y Psicomotricidad*. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- Esparza, A., y Petrolí, A. s. (1979). *La Psicomotricidad en el Jardín de Infantes*. Buenos Aires: Paidós.
- García Nuñez, J. A., y Berruezo, P. P. (2002). *Psicomotricidad y Educación Infantil*. Madrid: CEPE (Ciencias de la Educación Preescolar y Especial).
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación (cuarta edición)*. México: McGraw Hill.
- Jiménez Ortega, J., y González Torres, J. (1998). *Psicomotricidad y Educación Física*. Madrid: Visor.
- Jiménez Ortega, J., y Jiménez de la Calle, I. (2002). *Psicomotricidad Teoría y Programación para Educación Infantil, Primaria y Especial*. Barcelona: Cisspraxis.
- Lara Risco, J. (1991). *Educación Corporal*. Barcelona: Paidotribo.
- LeBoulch, J. (1989). *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Buenos Aires: Paidós.

- Leboulch, J. (1979). *La Educación por el Movimiento en la Edad Preescolar*. Buenos Aires: Paidós.
- Llorca Linares, M., y Vega Navarro, A. (1998). *El Cuerpo y la Institución Escolar*. Málaga: Aljibe.
- Llorca Linares, M., Ramos Díaz, V., Sánchez Rodríguez, J., y Vega Navarro, A. (2002). *La practica psicomotriz: una propuesta educativa mediante el cuerpo y el movimiento*. Málaga: Aljibe.
- Martín Dominguez, D., y Soto Rosales, A. (2011). *Revista de Educación*. Recuperado el 14 de Marzo de 2012, de <http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/xxi/article/view/578>
- Martínez Fraile, M. d., García García, M. D., y Montoro Marín, J. M. (1988). *Primeros pasos en psicomotricidad en la educación infantil*. Madrid: Narcea.
- Ortega, E., y Blazquez, D. (1982). *La Actividad Motriz en el Niño de 6 a 8 años*. Madrid: Cincel.
- Palomero Pescador, J. E. (2008). Formando Psicomotristas. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* , 2-22.
- Ribes Iñesta, E. (1976). *Técnicas de modificación de conducta. Su aplicación al retardo en el desarrollo*. México: Trillas.
- Rigal, R. A. (2006). *Educación Motriz y Educación Psicomotriz en Educación Preescolar y Primaria*. Barcelona: Inde.
- Ruiz Ibañez, B. (Noviembre de 2011). *Revista de Psicomotricidad*. Recuperado el 14 de Marzo de 2012, de <http://revistadepsicomotricidad.blogspot.mx/>
- Schinka, M. (1983). *Expresión Corporal: Bases para una programación teórico-práctica*. Barcelona: Escuela Española.
- SEP. (2004). *Programa de Educación Preescolar*. México: SEP.
- Soubiran, G., y Mazo, P. (1980). *La reeducación psicomotriz y los problemas escolares*. Barcelona: Médica y Técnica.
- Tasset, J. M. (1987). *Teoría y Práctica de la Psicomotricidad*. Barcelona: Paidós.
- Weinberger, N. (1998). La música en nuestra mente. *Educational Leadership* , 12-20.
- Zapata, O. (1991). *La psicomotricidad y el niño: etapa maternal y preescolar*. México: Trillas.

# ANEXOS

Anexo 1: Pretest y Postest

Anexo 2: Cartas descriptivas del programa de apoyo para reforzar la  
psicomotricidad en niños de preescolar

Anexo 3: Hoja de registro

## Pretest y Postest

Duración: 30 minutos

Fecha \_\_\_\_\_

Objetivo: Observar si el alumno es capaz de identificar los planos corporales, la direccionalidad y el control postural para lograr una ubicación espacial.

Criterios: se darán cinco oportunidades el niño para realizar cada actividad.

Conducta	1er intento	2do.	3ro.	4to.	5to.	Ejecución		
						0	1	2
1. Toca tu frente						0	1	2
2. Toca tu espalda						0	1	2
3. Señálame tus pies						0	1	2
4. Inclínate hacia adelante						0	1	2
5. Señálame tu brazo izquierdo						0	1	2
6. Levanta el brazo izquierdo						0	1	2
7. Levanta el brazo derecho						0	1	2
8. Recoge un lápiz con la mano derecha						0	1	2
9. Tócate una pierna						0	1	2
10. Tócate la boca						0	1	2
11. Tócate la nariz						0	1	2
12. Tócate el hombro						0	1	2
13. Tócate una oreja						0	1	2
14. Ponte de puntitas						0	1	2
15. Tócate la oreja derecha con la mano izquierda						0	1	2

16. Tócate el ojo izquierdo con la mano derecha						0	1	2
17. Camina alrededor de una silla						0	1	2
18. Camina por una línea recta						0	1	2
19. Da 5 saltos						0	1	2
20. Remarca la línea recta						0	1	2
21. Colorea el círculo						0	1	2
22. Recorta el círculo						0	1	2

Nota:

En ejecución se le asignará el siguiente puntaje dependiendo de la manera en que el niño realice la actividad

**Mal: 0    Regular: 1    Bien: 2**

## Cartas descriptivas por sesión

## Sesión 1

Tema: lateralidad y espacialidad

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión</p>	5 min	Toalla o tapete para recostarse  Sillas  Grabadora  Discos de música
<p><b>Actividad 2: ¿qué lado es?</b> Los coordinadores les mostrarán a los niños cuál es la derecha y cuál es la izquierda. Posteriormente les pedirán que se muevan hacia la derecha o la izquierda o levantes el brazo o la pierna derecha o izquierda. Las instrucciones se darán cada vez más rápido y realizando diversas combinaciones tales como “levanta tu brazo derecho y tu pie izquierdo”, etc.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 3: arriba, abajo</b> Los coordinadores pedirán a los niños que realicen movimientos con sus brazos, dedos, piernas y cabeza hacia abajo y hacia arriba, intercalando estos movimientos y dando la instrucción cada vez más rápido.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: el juego de las sillas</b> Se dispone de un número de sillas en fila, debe de haber una silla menos que el número total de niños en el juego. Los niños circulan alrededor de las sillas al ritmo de una melodía, cuando ésta deje de sonar deben sentarse, Cada vez que un niño o niña queda eliminado del juego se retira una silla.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 2

Tema: lateralidad y espacialidad

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos y que refuercen su lateralidad.

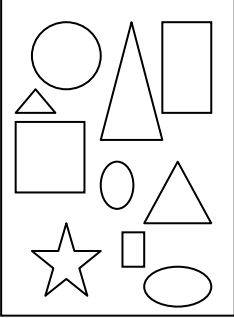
Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Fichas con las vocales  Fichas con números  Aros
<p><b>Actividad 2: simón dice</b> Los coordinadores dirán "Simón dice..." y pedirán que los niños toquen alguna parte de su cuerpo, cada vez lo harán más rápido e intercalando movimientos.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: ¡a movernos!</b> Se colocarán las fichas con los números y las vocales en el piso a manera de casillas, posteriormente se les pedirá a los niños que brinquen hacia la letra o número que los coordinadores les pidan.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: brinca brinca</b> Los coordinadores proporcionarán a los niños un aro el cual se colocarán en los brazos y las piernas e intentarán girarlo. Los movimientos se realizarán cada vez más rápido.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	



Sesión 3

Tema: Motricidad Fina

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	<p>La siguiente hoja de trabajo:</p>
<p><b>Actividad 2: ¡vamos a colorear!</b> Los niños iluminarán las figuras que se encuentran en la hoja de trabajo tratando de no salirse de los bordes, haciéndolo hacia un solo lado y lo más uniformemente posible.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: ¡a recortar!</b> Los coordinadores proporcionarán a los niños una hoja con diversas figuras geométricas.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 4: ¡formemos figuras!</b> Con las figuras que los niños recortaron formarán en equipo diversas figuras y posteriormente y ya que hayan formado la mayor cantidad de figuras, procederán a pegarlas en el papel bond blanco.</p>	15 min	<p>Colores Tijeras Pegamento Papel bond blanco</p>
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	

## Sesión 4

Tema: lateralidad y equilibrio

Objetivo: que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad y de equilibrio.

Actividades	Tiempo	Recursos
<b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión	5 min	Tapete o toalla para recostarse
<b>Actividad 2: caminemos para diferentes lados</b> Los niños deberán caminar hacia atrás, adelante, a la izquierda y a la derecha de forma intercalada siguiendo las instrucciones de los coordinadores.	15 min	
<b>Actividad 3: somos garzas</b> Los coordinadores mostrarán a los niños la postura que asumen las garzas, es decir, paradas sobre un pie, y pedirán a los niños que hagan lo mismo; posteriormente cambiarán de pie.	10 min	
<b>Actividad 4: animales que brincan</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que digan el nombre de los animales que brinquen; cada vez que un niño diga uno, las coordinadoras dirán “a brincar como...” y el nombre del animal que haya dicho el niño. Posterior mente se irán diciendo los nombres de los animales intercaladamente y de manera más rápida.	15 min	
<b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.	5 min	

Sesión 5

Tema: esquema corporal

Objetivo: que los niños reconozcan e identifiquen su esquema corporal de manera más clara.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	<p>Tapete o toalla para recostarse</p> <p>Grabadora</p> <p>Discos de música de diversos ritmos</p>
<p><b>Actividad 2: imítame</b> Los coordinadores realizarán diversos movimientos corporales los cuales los niños deberán imitar. Empezarán con movimientos lentos y después se harán más rápidos e intercalados. Se utilizará música para acompañar los movimientos.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: ¡hay que juntarnos!</b> Los niños se desplazarán por parejas al ritmo de la música e irán uniendo las partes del cuerpo que los coordinadores digan, por ejemplo, hombro con hombro, brazo con brazo, etc.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: yo vi...</b> Por parejas los niños observarán a su compañero por un periodo de tiempo determinado por los coordinadores. Posteriormente darán media vuelta y nombrarán lo que han visto en su compañero, por ejemplo, el color de su ropa, los accesorios que porta, etc. Esto lo realizará en 30 segundos.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

Sesión 6

Tema: espacialidad

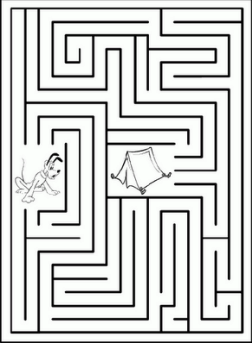
Objetivo: que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse
<p><b>Actividad 2: baile loco</b> Por parejas los niños sujetarán una pelota de esponja con algún segmento corporal mientras bailan al ritmo de la música. Los ritmos de la música variarán entre rápido y lento.</p>	20 min	Grabadora
<p><b>Actividad 3: el caracolito</b> Los niños se recostarán en el suelo y se desplazarán como los caracoles al ritmo de la música, cuando los coordinadores la detengan dirán "caracol col col" y los niños responderán "saca los cuernos al sol" levantando los dedos índice y medio a la altura de su cabeza. Posteriormente seguirán avanzando al ritmo de la música.</p>	10 min	Discos de música para bailar
<p><b>Actividad 4: el cangrejito</b> Los niños se recostarán de espalda en el suelo y deberán levantarse apoyando sus manos para desplazarse como los cangrejos caminando hacia atrás.</p>	10 min	Pelotas de esponja
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 7

Tema: Tema: Motricidad Fina

Objetivo: Reforzar la motricidad fina en los niños.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	Tornillos Tuercas Lentejuelón
<p><b>Actividad 2: atornillemos</b> Se pedirá a los niños que metan las tuercas en los tornillos. Se deberá tratar de tener el mayor número de tuercas atornilladas en el menor tiempo posible.</p>	10 min	Hilo Agujas de Canevá de plástico
<p><b>Actividad 3: ensartemos moneditas</b> Con la aguja para hilo cáñamo y el hilo o el estambre, los niños deberán ensartar el mayor número de lentejuelones posible en el menor tiempo posible.</p>	20 min	La siguiente hoja de trabajo:
<p><b>Actividad 4: sigamos el caminito</b> Se les proporcionará una hoja de trabajo a los niños la cual contiene un laberinto el cual deberán resolver</p>	10 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	

## Sesión 8

Tema: lateralidad

Objetivo: que los niños identifiquen, desarrollen y afiancen el proceso de lateralidad.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Grabadora  Música para bailar
<p><b>Actividad 2: ¿qué lado es?</b> Los coordinadores les mostrarán a los niños cuál es la derecha y cuál es la izquierda. Posteriormente les pedirán que se muevan hacia la derecha o la izquierda o levanten el brazo o la pierna derecha o izquierda. Las instrucciones se darán cada vez más rápido y realizando diversas combinaciones tales como "levanta tu brazo derecho y tu pie izquierdo", etc.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: a movernos</b> Se colocarán las fichas con los números y las vocales en el piso a manera de casillas, posteriormente se les pedirá a los niños que brinquen hacia la letra o número que los coordinadores les pidan.</p>	15min	
<p><b>Actividad 4: imítame</b> Los coordinadores realizarán diversos movimientos corporales los cuales los niños deberán imitar. Empezarán con movimientos lentos y después se harán más rápidos e intercalados. Se utilizará música para acompañar los movimientos.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 9

Tema: equilibrio y esquema corporal

Objetivo: reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse
<p><b>Actividad 2: transportando objetos</b> Con un costalito relleno de lentejas o alpiste los niños caminarán hacia diferentes lados y diferentes distancias tratando de mantenerlo sobre la cabeza, los brazos, los pies, evitando que se les caiga.</p>	10 min	Costalito relleno de alpiste o lentejas Gises de colores Grabadora
<p><b>Actividad 3: en la carretera</b> Se trazarán en el suelo diversas líneas rectas, espirales y curvas y se le pedirá a los niños que las sigan tomando diversas posiciones, es decir, en un solo pie, caminando lento, caminando rápido, etc.</p>	20 min	Música para bailar
<p><b>Actividad 4: congelados</b> Todos los niños bailarán al ritmo de la música, posteriormente los coordinadores gritarán "congelados" y los niños deberán detenerse en la posición que hayan asumido por un breve lapso de tiempo.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 10

Tema: temporalidad, ritmo y esquema corporal

Objetivo: que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su esquema corporal.


Actividades	Tiempo	Recursos
<b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.	5 min	Tapete o toalla para recostarse Grabadora Música para bailar
<b>Actividad 2: al suelo</b> Los niños se desplazarán al ritmo de la música y los coordinadores les pedirán colocar algún segmento corporal en el suelo por ejemplo "espalda al suelo" y una vez que lo realicen los niños deberán incorporarse y continuar bailando.	10 min	Gises de colores
<b>Actividad 3: juntos</b> Por parejas los niños bailarán al ritmo de la música uniendo con el compañero el segmento corporal que los coordinadores les pidan por ejemplo "hombro con hombro".	10 min	
<b>Actividad 4: siluetas</b> Por parejas y con gises de colores los niños deberán colocarse en alguna posición en el suelo mientras que su compañero calca su silueta, posteriormente deberán dibujar los detalles del rostro o ropa en la silueta y cuando terminen intercambiarán lugares y realizarán la misma acción.	20 min	
<b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.	5 min	



Sesión 11

Tema: motricidad fina

Objetivo: reforzar la motricidad fina en los niños.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	Tornillos
<p><b>Actividad 2: atornillemos</b> Se pedirá a los niños que metan las tuercas en los tornillos. Se deberá tratar de tener el mayor número de tuercas atornilladas en el menor tiempo posible.</p>	10 min	Tuercas Lentejuelón
<p><b>Actividad 3: ensartemos moneditas</b> Con la aguja para hilo cáñamo y el hilo o el estambre, los niños deberán ensartar el mayor número de lentejuelones posible en el menor tiempo posible.</p>	20 min	Hilo Agujas de Canevá de plástico
<p><b>Actividad 4: sigamos el caminito</b> Se les proporcionará una hoja de trabajo a los niños la cual contiene un laberinto el cual deberán resolver</p>	10 min	La siguiente hoja de trabajo:
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	

## Sesión 12

Tema: esquema corporal y equilibrio

Objetivo: reforzar el proceso de equilibrio y el esquema corporal en los niños.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Gises de colores  Tablero de juego
<p><b>Actividad 2: cruce de caminos</b> Se dibujará una línea recta en el piso, por parejas los niños se colocarán en un extremo de la línea y en el momento en el que los coordinadores les indiquen avanzarán y cuando en la línea se crucen deberán llegar al otro extremo sin salirse de la línea</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: enredados</b> Utilizando el tablero de juego (twister) se organizarán grupos de 5 niños y se procederá a jugar.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: espejito espejito</b> Se formarán parejas y un niño será el espejo y deberá realizar los mismos movimientos y gestos del otro lo más rápido y mejor posible. Posteriormente se intercambiarán los papeles.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 13

Tema: temporalidad y ritmo

Objetivo: Que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse
<p><b>Actividad 2: parejitas</b> Se seleccionarán a dos niños que formarán una pareja. Todos los niños se desplazarán de manera libre al ritmo de la música y en cuanto los coordinadores digan “ya” la pareja deberá reunirse pero los demás niños deben evitar que se junten sin tocarlos.</p>	10 min	Grabadora
<p><b>Actividad 3: gitanos</b> Los niños se desplazarán libremente al ritmo de un pandero que los coordinadores tocarán, es decir, lento o rápido según sea el caso.</p>	10 min	Música para bailar
<p><b>Actividad 4: bailemos por partes</b> Al ritmo de la música se les pedirá a los niños que bailen empezando por cada segmento corporal, es decir, “empezamos moviendo el dedo meñique, ahora movemos la mano, etc.”. Los movimientos se irán complicando cada vez más con giros, desplazamientos, etc.</p>	20 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

Sesión 14

Tema: espacialidad



Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Paliacates
<p><b>Actividad 2: elefantitos</b> Los niños harán una fila en la que cada uno se enlazarán con el de atrás metiendo una de sus manos entre sus piernas y con la otra mano agarrará la del compañero de adelante.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: somos cien pies</b> Los niños harán una fila en posición de gateo, cada niño agarrará los tobillos de su compañero de adelante y de esta forma se desplazarán por el espacio en el que se encuentran.</p>	10 min	
<p><b>Actividad 4: el gran dragón</b> Los niños harán una fila de 3 y el último en ella se colocará un pañuelo, se tomarán por la cintura y tratarán de quitarse el pañuelo entre ellos.</p>	20 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

Sesión 15

Tema: motricidad fina

Objetivo: reforzar la motricidad fina en los niños

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	Popotes cortados
<p><b>Actividad 2: ¡vamos a colorear!</b> Se les proporcionará a los niños una hoja de trabajo la cual deberán colorear.</p>	20 min	Estambre Colores
<p><b>Actividad 3: joyeros</b> Se les proporcionarán a los niños popotes cortados y estambre y se les pedirá que ensarten los popotes a manera en la que formen un collar.</p>	10 min	Las siguientes hojas de trabajo:
<p><b>Actividad 4: sigamos el caminito</b> Se les proporcionará a los niños una hoja de trabajo:</p>	10 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que realicen movimientos tales como girar la muñeca y doblar los dedos, apretar las manos, etc.</p>	5 min	

Sesión 16

Tema: equilibrio, temporalidad y ritmo

Objetivo: que el niño tenga un desarrollo adecuado de la temporalidad y el ritmo; además de reforzar su equilibrio.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse
<p><b>Actividad 2: limbo</b> Los coordinadores sujetarán un palo de escoba y les pedirán a los niños que pasen por debajo sin tocarlo y al ritmo de la música; posteriormente irán bajando el palo conforme pasan todos los niños.</p>	10 min	Palo de escoba
<p><b>Actividad 3: pegados</b> Se colocarán a los niños por parejas y se les pedirá que se sienten en el suelo de espaldas y con los brazos entrelazados. Después se les pedirá que sin separarse se levanten. Cada vez que logren levantarse deberán sentarse nuevamente y repetir el ejercicio en el menor tiempo posible.</p>	20 min	Grabadora
<p><b>Actividad 4: congelados</b> Los niños bailarán al ritmo de la música y en cuanto esta deje de sonar, deberán mantenerse en la posición en la que quedaron y cuando la música vuelva a sonar comenzarán a moverse nuevamente.</p>	10 min	Música para bailar
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

Sesión 17

Tema: espacialidad

Objetivo: Que los niños identifiquen su orientación espacial con respecto a objetos y a ellos mismos.

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Grabadora  Música clásica
<p><b>Actividad 2: por los puentes</b> Los niños deben formar un círculo y los coordinadores les pedirán que se coloquen como si formaran un puente. Posteriormente indicarán quién comienza el juego el cual consiste en pasar a sus compañeros por arriba o por abajo (uno y uno) hasta finalizar el círculo para después colocarse en la misma posición que los demás.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 3: veo veo</b> Los coordinadores empezarán diciendo “veo veo...” y el nombre de un objeto, posteriormente cada niño dirá “veo veo...” y el nombre de un objeto. Esto se irá haciendo cada vez más rápido.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: un sueño</b> El juego se llevará a cabo contando una historia la cual se desarrollará de la siguiente manera: “Nos hemos quedado dormidos; de pronto, un extraño sonido nos despierta. Abrimos los ojos y poco a poco vemos que nos encontramos en el país de los gigantes. Nuestros compañeros son gigantes. Caminamos lentamente y con pasos largos de gigantes. De repente un gran estruendo. ¡Al suelo todos! Ya pasó. Nos levantamos y ahora nos vemos convertidos en seres muy pequeños que andan con pasos muy cortos. Estamos en el país de los enanos. Corremos para salir de allí, corremos más y más hasta que, por fin, llegamos a nuestra clase. Entonces caminamos normalmente.”</p>	10 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	

## Sesión 18

Tema: equilibrio y esquema corporal

Objetivo: reforzar el equilibrio y el esquema corporal en los niños

Actividades	Tiempo	Recursos
<p><b>Actividad 1: ejercicios de calentamiento</b> Los coordinadores les pedirán a los niños que se pongan de pie y hagan una fila, posteriormente colocarán su toalla o tapete y se recostarán en él para realizar ejercicios de estiramiento, respiración y flexión.</p>	5 min	Tapete o toalla para recostarse  Gises de colores  Tablero de juego
<p><b>Actividad 2: cruce de caminos</b> Se dibujará una línea recta en el piso, por parejas los niños se colocarán en un extremo de la línea y en el momento en el que los coordinadores les indiquen avanzarán y cuando en la línea se crucen deberán llegar al otro extremo sin salirse de la línea</p>	10 min	
<p><b>Actividad 3: enredados</b> Utilizando el tablero de juego (twister) se organizarán grupos de 5 niños y se procederá a jugar.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 4: espejito espejito</b> Se formarán parejas y un niño será el espejo y deberá realizar los mismos movimientos y gestos del otro lo más rápido y mejor posible. Posteriormente se intercambiarán los papeles.</p>	15 min	
<p><b>Actividad 5: ejercicios de relajación</b> Los niños se recostarán en el tapete o toalla y realizarán ejercicios de respiración y de estiramiento con los ojos cerrados.</p>	5 min	



Hoja de registro por sesión del programa psicoeducativo de motricidad fina y gruesa

Número de sesión: \_\_\_\_\_ fecha: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Lugar: \_\_\_\_\_

Hora de inicio: \_\_\_\_\_ hora de término: \_\_\_\_\_

Evalúo: \_\_\_\_\_

ACTIVIDAD	NO. DE INTENTOS					EJECUCIÓN			
	1	2	3	4	5	0	1	2	
	1	2	3	4	5	0	1	2	
	1	2	3	4	5	0	1	2	
	1	2	3	4	5	0	1	2	

OBSERVACIONES: