



La psicomotricidad en la escuela: prevención y educación

Descripción

La educación infantil desempeña un papel crucial en el desarrollo y crecimiento de los niños y niñas. Durante esta etapa tan importante, es fundamental fomentar su comprensión y desarrollo del conocimiento de sí mismos y de su relación con el entorno que les rodea. En este sentido, la psicomotricidad en la escuela se presenta como una práctica preventiva y educativa de gran relevancia.

CURSO GRATUITO

Para personas ocupadas
en el Sector Educación
Residentes en España

Psicomotricidad en el aula

SSCE135PO 40 HORAS

- PLAZAS LIMITADAS -

 **IMPULSO_06**
FORMACIÓN Y FUTURO

 Dirección General de Formación
CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,
EMPLEO Y HACIENDA
Comunidad de Madrid

 **SEPE**

CÓDIGO AUTORIZACIÓN IMPULSO06: 2800028168

[psicomotricidad en el aula.](#)
Educadores que deseen integrar
este curso. ¡Inscríbanse hoy
mismo!

En este artículo, nos

adentraremos en los fundamentos y beneficios de la psicomotricidad en la escuela, con un enfoque dirigido a los profesores y educadores que buscan potenciar el desarrollo integral de los niños y niñas en el aula.

La psicomotricidad en la escuela es mucho más que el simple movimiento. Es un enfoque que aborda la interrelación entre los aspectos físicos, emocionales y cognitivos de los niños y niñas, permitiéndoles explorar, descubrir y comprender el mundo que les rodea a través de su cuerpo en movimiento. Es una herramienta poderosa que no solo despierta el desarrollo físico, sino también el social y emocional de los niños y niñas.

Comprensión y desarrollo del conocimiento de la realidad y las relaciones del cuerpo con el entorno

En la educación infantil, el cuerpo juega un papel fundamental como herramienta de aprendizaje. A través de la psicomotricidad en la escuela, los niños y niñas exploran, experimentan y descubren el mundo que les rodea. El movimiento y la acción física son vehículos indispensables para comprender y desarrollar el conocimiento de la realidad y las relaciones del cuerpo con el entorno.

La psicomotricidad en la escuela permite a los niños y niñas tomar conciencia de su propio cuerpo y de cómo este interactúa con el entorno. A medida que exploran y manipulan objetos, se desplazan, gatean, saltan o trepan, adquieren información sensorial valiosa. A través de estas experiencias motrices, los niños y niñas comprenden las características de los objetos, las propiedades del espacio y las relaciones espaciales, así como la relación causa-efecto.

Relación entre psicomotricidad en la escuela y desarrollo físico, social y emocional

Además de ser una herramienta para el conocimiento de la realidad, la psicomotricidad también está estrechamente relacionada con el desarrollo físico, social y emocional de los niños y niñas.

Desarrollo físico

A nivel físico, la práctica psicomotriz contribuye al desarrollo de habilidades motoras, coordinación motriz gruesa y fina, equilibrio, fuerza y resistencia. Estas habilidades son fundamentales para el desarrollo global del niño, ya que le permiten explorar el entorno de manera activa y participativa.



Desarrollo social

En cuanto al desarrollo social, la psicomotricidad en la escuela promueve la interacción y el juego cooperativo entre los niños y niñas. Durante las sesiones de psicomotricidad, se fomenta el trabajo en equipo, la comunicación, la empatía y el respeto hacia los demás. A través de actividades lúdicas y de movimiento, se crean espacios de encuentro y relación entre los niños y niñas, generando vínculos afectivos y fortaleciendo su sentido de pertenencia a un grupo.



Desarrollo emocional

Desde el punto de vista emocional, la psicomotricidad en la escuela brinda a los niños y niñas la oportunidad de expresar y regular sus emociones. A través del movimiento y la acción motriz, pueden liberar tensiones, experimentar sensaciones placenteras, explorar diferentes estados emocionales y aprender estrategias de autocontrol emocional.



La psicomotricidad en la escuela se convierte así en un medio para el desarrollo de la inteligencia emocional, permitiendo a los niños y niñas reconocer, comprender y

gestionar sus propias emociones y las de los demás. Se presenta como una práctica integral que contribuye al desarrollo global de los niños y niñas en esta etapa crucial de su desarrollo.

LA PSICOMOTRICIDAD EN LA ESCUELA COMO PRÁCTICA PREVENTIVA Y EDUCATIVA

La psicomotricidad se presenta como una práctica preventiva y educativa en el ámbito de la educación infantil. A continuación, profundizaremos en su definición y concepto, así como en su función dinamizadora y consolidadora. También exploraremos cómo la psicomotricidad promueve la comunicación y la evolución a través del lenguaje corporal y gestual.

La psicomotricidad en la escuela se define como una disciplina que se ocupa de la relación entre los aspectos psicológicos y motrices del individuo. Se centra en el estudio y desarrollo de las habilidades motrices, emocionales, cognitivas y sociales, integrando cuerpo y mente como un todo indivisible. En el contexto educativo, la psicomotricidad busca potenciar el desarrollo global del niño, atendiendo a sus necesidades físicas, emocionales y cognitivas.

Función dinamizadora y consolidadora de la psicomotricidad en la escuela

La psicomotricidad desempeña una función dinamizadora en el proceso de aprendizaje y desarrollo de los niños y niñas. A través de la estimulación de la actividad motriz, se promueve la exploración, la curiosidad y la creatividad. La práctica psicomotriz proporciona un espacio en el que los niños y niñas pueden experimentar, descubrir y desarrollar sus capacidades motrices, cognitivas y emocionales de manera integrada. Al potenciar el movimiento y la acción, se activa el interés y la motivación hacia el aprendizaje.

Además de su función dinamizadora, la psicomotricidad en la escuela también cumple una función consolidadora. Esto significa que contribuye a la integración y asimilación de las experiencias vividas por los niños y niñas.

A través del movimiento y la acción motriz, se establecen conexiones entre el cuerpo y las vivencias emocionales y cognitivas.

La psicomotricidad facilita la interiorización de las experiencias, permitiendo que los aprendizajes se consoliden y se integren de manera significativa en la estructura personal del niño.

Comunicación y evolución a través del lenguaje corporal y gestual

La comunicación y la evolución en la psicomotricidad en la escuela se dan a través del lenguaje corporal y gestual. Los niños y niñas, especialmente en edades tempranas, utilizan el cuerpo como medio de expresión y comunicación.

A través de gestos, posturas, movimientos y expresiones faciales, transmiten sus emociones, necesidades y deseos.

La psicomotricidad fomenta la observación y comprensión de estos lenguajes no verbales, permitiendo a los profesionales de la educación interpretar y responder de manera adecuada a las señales comunicativas de los niños y niñas.

Asimismo, la psicomotricidad propicia la evolución y el desarrollo progresivo del lenguaje corporal y gestual. A medida que los niños y niñas se involucran en actividades psicomotoras, amplían su repertorio de movimientos, adquieren coordinación y control corporal, y refinan sus habilidades expresivas. Este proceso contribuye a la construcción de una comunicación más precisa y eficaz, enriqueciendo su capacidad para relacionarse con los demás y comprender el mundo que les rodea.

Temas relacionados con la psicomotricidad

Dentro del ámbito de la psicomotricidad, existen varios temas relacionados que resultan relevantes para comprender su alcance y aplicaciones. A continuación, se desarrollarán los siguientes temas:

El placer de ser y actuar vs. el placer de pensar

En el ámbito de la psicomotricidad, se plantea una interesante dicotomía entre el placer de ser y actuar versus el placer de pensar. Aunque ambos aspectos son fundamentales en el desarrollo de los niños y niñas, es importante comprender su relación y cómo pueden potenciarse mutuamente.

El placer de ser y actuar

El placer de ser y actuar se refiere a la satisfacción que experimentan los niños y niñas al moverse, explorar y participar activamente en el mundo que les rodea. A través de la psicomotricidad, se les brinda la oportunidad de disfrutar de su propio cuerpo, de experimentar el movimiento y de descubrir las posibilidades que este les ofrece.

El placer de ser y actuar se relaciona con el aspecto sensoriomotor y lúdico de la psicomotricidad, permitiendo a los niños y niñas explorar y expresar su identidad a través del movimiento y la acción.

el placer de pensar

Por otro lado, el placer de pensar implica la satisfacción que se obtiene al ejercitar las capacidades cognitivas y mentales. A medida que los niños y niñas crecen, su desarrollo cognitivo se va expandiendo y adquieren habilidades de pensamiento más complejas. La psicomotricidad puede ser una vía para potenciar el placer de pensar, ya que a través de las actividades motrices se pueden integrar procesos cognitivos como la atención, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas. Al combinar la acción motriz con el pensamiento reflexivo, se estimula el desarrollo integral de los niños y niñas.

Complementarios e integración

Es importante destacar que el placer de ser y actuar no debe considerarse opuesto al placer de pensar, sino que ambos aspectos son complementarios y se retroalimentan entre sí. La psicomotricidad, como enfoque educativo, busca integrar y equilibrar estos dos aspectos en el desarrollo de los niños y niñas. Promueve un enfoque holístico que reconoce la importancia tanto de la acción motriz y la expresión corporal como del pensamiento reflexivo y cognitivo.

Es a través de la integración armónica del placer de ser y actuar y el placer de pensar que los niños y niñas pueden experimentar un desarrollo psicomotor y cognitivo óptimo. Únanse a nuestro curso gratuito de psicomotricidad en el aula y descubramos juntos cómo maximizar el potencial de ambos aspectos en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas!

La pulsión de apego y la pulsión de dominio

En el contexto de la psicomotricidad, se plantea la interesante dicotomía entre la pulsión de apego y la pulsión de dominio. Estas pulsiones básicas representan dos impulsos fundamentales en el desarrollo de los niños y niñas, que influyen en su interacción con el entorno y en su proceso de aprendizaje.

La pulsión de apego

La pulsión de apego se refiere a la necesidad intrínseca que tienen los niños y niñas de establecer vínculos afectivos y conexiones emocionales con los demás. Es a través de estas relaciones afectivas que los niños y niñas desarrollan un sentido de seguridad, confianza y pertenencia. La pulsión de apego se manifiesta en su deseo de buscar cercanía, recibir afecto y

establecer relaciones significativas con sus cuidadores y pares. En el contexto de la psicomotricidad, se reconoce la importancia de crear un ambiente seguro, cálido y acogedor que favorezca el desarrollo de estas conexiones emocionales.

la pulsión de dominio

Por otro lado, la pulsión de dominio se refiere al impulso de los niños y niñas de explorar, descubrir y controlar su entorno. A medida que crecen, desarrollan un interés natural por investigar y comprender el mundo que les rodea. La pulsión de dominio impulsa a los niños y niñas a adquirir nuevas habilidades, enfrentar desafíos y alcanzar metas. A través de la psicomotricidad, se les brinda la oportunidad de experimentar el placer de conquistar nuevos espacios, dominar nuevas destrezas motoras y ampliar su autonomía.

Como se complementan las dos pulsiones

Ambas pulsiones son necesarias para un desarrollo psicomotor y emocional saludable. Una conexión segura y afectiva proporciona una base sólida para que los niños y niñas se sientan seguros y confiados al explorar y enfrentar desafíos. A su vez, la pulsión de dominio, cuando se experimenta en un entorno seguro y afectuoso, refuerza los vínculos afectivos y fortalece la autoestima.

Reconocer y equilibrar la pulsión de apego y la pulsión de dominio es fundamental para un desarrollo integral en la etapa de educación infantil. Al ofrecer oportunidades para establecer relaciones afectivas y alentando la exploración activa del entorno, los profesores y educadores pueden ayudar a los niños y niñas a desarrollar un sentido de seguridad, confianza, autonomía y capacidad para enfrentar desafíos.

Simbología de la acción

La “simbología de la acción” es un concepto fascinante dentro del campo de la psicomotricidad. Se refiere al uso de movimientos y gestos como formas de expresión simbólica, permitiendo a los niños y niñas comunicar ideas, emociones y situaciones a través de su cuerpo en movimiento.

Cuando los niños y niñas se expresan a través de la simbología de la acción, utilizan el lenguaje corporal y gestual para representar algo más allá de la acción física en sí misma. Por ejemplo, pueden usar gestos para representar la idea de volar, movimientos para simular el andar de un animal o utilizar objetos para representar diferentes roles y situaciones. Estos actos simbólicos les permiten explorar y comunicar su mundo interno, expresar sus fantasías, vivencias y deseos, así como interactuar con su entorno de una manera creativa y significativa.

La importancia de la simbología de la acción en la etapa infantil

La simbología de la acción es especialmente relevante en la etapa de educación infantil, ya que en esta etapa los niños y niñas están inmersos en un proceso de construcción de su identidad y del significado que le otorgan a las experiencias que viven. A través de la simbología de la acción, pueden expresar y dar forma a sus emociones, resolver conflictos internos, representar roles y situaciones de su entorno cotidiano, y experimentar diferentes formas de interacción social.

En la práctica psicomotriz, se promueve la simbología de la acción proporcionando a los niños y niñas un ambiente propicio para la expresión y la creatividad. Se les brindan espacios y materiales que les permitan explorar y representar diferentes roles y situaciones. Por ejemplo, se pueden utilizar disfraces, juguetes, elementos de la naturaleza o incluso el propio cuerpo para facilitar la expresión simbólica. Los profesores y educadores pueden observar y acompañar a los niños y niñas en sus representaciones, fomentando la reflexión sobre los significados y las emociones que se están expresando.

La simbología de la acción no solo estimula la imaginación y la creatividad de los niños y niñas, sino que también promueve el desarrollo cognitivo y emocional. A través de estas representaciones simbólicas, los niños y niñas amplían su capacidad de comprensión del mundo, desarrollan habilidades de comunicación no verbal, fortalecen su autoexpresión y se involucran en procesos de empatía y cooperación.

Parámetros de la expresividad motriz

Los parámetros de la expresividad motriz son elementos clave que se observan y evalúan en el contexto de la psicomotricidad, ya que nos permiten comprender y valorar la capacidad de los niños y niñas para expresarse a través del movimiento y la acción. Estos parámetros reflejan la riqueza y diversidad de las manifestaciones motrices de cada individuo, destacando aspectos relacionados con la calidad, la creatividad y la comunicación emocional de sus movimientos.

Principales parámetros de la expresividad motriz

A continuación, se presentan algunos de los principales parámetros de la expresividad motriz:

Calidad de movimiento

Se refiere a la forma en que los niños y niñas ejecutan los movimientos, considerando aspectos como la fluidez, la amplitud, la coordinación y la precisión. Se observa si los movimientos son suaves, bruscos, enérgicos, delicados, entre otros.

Ritmo

Se evalúa la capacidad de los niños y niñas para organizar y regular su movimiento en relación con el tiempo. Se observa si se adaptan a diferentes ritmos y si son capaces de seguir secuencias rítmicas.

Expresión corporal

se analiza la capacidad de los niños y niñas para utilizar su cuerpo como medio de comunicación y expresión emocional. Se observa si son capaces de transmitir emociones, estados de ánimo o intenciones a través de su movimiento.

Creatividad

Se valora la capacidad de los niños y niñas para generar movimientos originales, explorar nuevas posibilidades y combinar diferentes elementos motrices de manera imaginativa. Se observa si muestran espontaneidad y creatividad en su expresión motriz.

Intencionalidad

Se refiere a la capacidad de los niños y niñas para realizar movimientos con un propósito específico, ya sea para comunicar, explorar, jugar o resolver una tarea motriz. Se observa si los movimientos están dirigidos hacia un objetivo o si muestran una intención clara.

Adaptación al entorno

Se evalúa la capacidad de los niños y niñas para ajustar su movimiento a las demandas del entorno. Se observa si son capaces de adaptarse a diferentes espacios, materiales o consignas, mostrando una adaptación adecuada a las situaciones motrices planteadas.

La observación de estos parámetros de la expresividad motriz nos permite apreciar la singularidad de cada niño y niña en su forma de expresarse a través del movimiento. Al valorar y promover estos aspectos, se fomenta su autoexpresión, su creatividad y su capacidad de comunicación no verbal.

Es importante destacar que la expresividad motriz es única para cada individuo y puede variar en función de su personalidad, sus experiencias y su contexto cultural. Como profesores y educadores, es fundamental brindar un entorno en el que se fomente y se respete la diversidad de expresiones motrices, permitiendo a los niños y niñas desarrollar su identidad y su autoexpresión de manera auténtica.

La observación de estos parámetros nos brinda información valiosa para adaptar las intervenciones y actividades a las necesidades y características individuales de cada niño y niña.

Observación de los parámetros psicomotores

La observación de los parámetros psicomotores es una herramienta fundamental en la práctica psicomotriz, ya que permite evaluar y comprender el desarrollo y progreso de los niños y niñas en diferentes áreas relacionadas con el movimiento y la psicomotricidad. Estos parámetros nos brindan información valiosa sobre el nivel de desarrollo motor, las habilidades perceptivas y las capacidades emocionales de los niños y niñas, lo que nos permite adaptar las intervenciones y actividades a sus

necesidades individuales.

Aspectos clave que influyen en el desarrollo motor y emocional de los niños y niñas

Al observar los parámetros psicomotores, se analizan aspectos clave que influyen en el desarrollo motor y emocional de los niños y niñas. Algunos de los parámetros más comunes que se suelen tener en cuenta incluyen:

Coordinación motriz

Se evalúa la capacidad de los niños y niñas para controlar y coordinar los movimientos de diferentes partes del cuerpo. Se observa la fluidez, la precisión y la armonía de los movimientos.

Equilibrio

Se analiza la habilidad para mantener el equilibrio en diferentes posturas y situaciones, así como la capacidad para recuperarlo en caso de pérdida del equilibrio.

Esquema corporal

Se observa la conciencia y el conocimiento que los niños y niñas tienen de su propio cuerpo, incluyendo la identificación de las diferentes partes corporales y la capacidad para orientarse en el espacio.

Lateralidad

Se evalúa la preferencia o dominancia de un lado del cuerpo sobre el otro. Se observa si los niños y niñas muestran una preferencia clara por usar el lado derecho o izquierdo del cuerpo.

Percepción espacio-temporal

Se analiza la capacidad de los niños y niñas para percibir y comprender el espacio y el tiempo. Se observa si son capaces de ubicarse en el espacio, seguir instrucciones espaciales y realizar movimientos en relación con el tiempo.

Expresión emocional

Se presta atención a la manifestación de emociones y sentimientos a través del movimiento y la expresión corporal. Se observa la capacidad de los niños y niñas para regular y expresar emociones de forma adecuada.

La observación de estos parámetros psicomotores se realiza de manera sistemática y se registra para llevar un seguimiento del desarrollo de los niños y niñas. Esto permite identificar posibles dificultades o áreas de mejora, así como adaptar las intervenciones y actividades para potenciar el desarrollo integral.

Es importante destacar que la observación de los parámetros psicomotores debe llevarse a cabo de manera respetuosa y sin generar presiones o comparaciones entre los niños y niñas. El objetivo es comprender y apoyar su desarrollo individual, respetando su ritmo y promoviendo su bienestar emocional.

Mediante la comprensión de estos temas, los profesionales de la educación pueden diseñar intervenciones y actividades que promuevan un desarrollo integral y armónico en esta área.

La práctica psicomotriz educativa-preventiva

La práctica psicomotriz educativa-preventiva es una metodología que busca promover el desarrollo integral de los niños y niñas, previniendo posibles dificultades en su desarrollo psicomotor. A continuación, se desarrollarán los siguientes aspectos relacionados con esta práctica:

Principios de acción de la práctica psicomotriz

La práctica psicomotriz se rige por una serie de principios de acción que orientan su enfoque y desarrollo. Estos principios fundamentales guían la intervención psicomotriz y proporcionan una base sólida para potenciar el desarrollo integral de los niños y niñas. A continuación, se describen algunos de los principales principios de acción de la práctica psicomotriz:

Globalidad

Se considera al individuo en su totalidad, integrando los aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales. La psicomotricidad reconoce la interdependencia entre estos aspectos y promueve un enfoque holístico para abordar el desarrollo del niño o niña.

Individualización

Se reconoce que cada niño o niña es único y tiene necesidades y características particulares. La práctica psicomotriz se adapta a las particularidades de cada individuo, respetando su ritmo de desarrollo, sus intereses y sus habilidades.

Juego y placer

El juego es considerado el medio privilegiado de aprendizaje en la psicomotricidad. Se valora el placer y la alegría que los niños y niñas experimentan al jugar y moverse. A través del juego, se estimula la motivación intrínseca y se favorece el desarrollo integral.

Actividad lúdica

La psicomotricidad se basa en la actividad lúdica como vehículo para el desarrollo. Se propician situaciones y espacios de juego que permitan a los niños y niñas explorar, experimentar, imaginar y crear a través del movimiento y la acción.

Relación y comunicación

Se promueve la interacción y la comunicación entre los niños y niñas, así como entre los profesionales y los niños. La psicomotricidad es un espacio propicio para establecer vínculos afectivos y favorecer el desarrollo de habilidades sociales.

Respeto y confianza

Se establece un clima de respeto y confianza, donde los niños y niñas se sientan seguros y valorados. Los profesionales de la psicomotricidad crean un ambiente acogedor que permite a los niños y niñas expresarse libremente y ser escuchados.

Progresión y continuidad

Se trabaja de forma progresiva, respetando el nivel de desarrollo de cada niño o niña. Se establecen secuencias de actividades que permiten avanzar gradualmente y consolidar los aprendizajes.

Observación y evaluación

Se realiza una observación sistemática de los niños y niñas para comprender su desarrollo, sus necesidades y sus avances. La evaluación se utiliza como una herramienta para adaptar las intervenciones y actividades a las particularidades individuales.

Interdisciplinariedad

La práctica psicomotriz implica la colaboración y el trabajo conjunto entre diferentes profesionales, como psicomotricistas, pedagogos, psicólogos y otros especialistas. Se valora la complementariedad de las diferentes disciplinas para favorecer un enfoque integral.

Estos principios de acción constituyen una base sólida para la práctica psicomotriz y orientan el trabajo de los profesionales en el ámbito de la educación y la psicomotricidad en la escuela. Al integrar estos principios en las intervenciones, se potencia el desarrollo global de los niños y niñas, promoviendo su bienestar, su autonomía y su pleno desarrollo psicomotor y emocional.

Estructura de una sesión de psicomotricidad en la escuela

La estructura de una sesión de psicomotricidad en la escuela puede variar dependiendo de diversos factores, como la edad de los niños y niñas, el contexto educativo y los objetivos específicos de la sesión. Sin embargo, a continuación se presenta una estructura general que puede servir como referencia:

Calentamiento

La sesión comienza con una fase de calentamiento, donde se realizan actividades de movilización y activación del cuerpo. Estas actividades pueden incluir ejercicios de estiramientos, juegos de movimiento libre o actividades que favorezcan la coordinación motriz.

Actividades de exploración

En esta etapa, se brinda a los niños y niñas la oportunidad de explorar libremente el espacio y los materiales disponibles. Se pueden establecer diferentes estaciones o áreas de juego donde los niños y niñas puedan experimentar con diferentes elementos motrices, como trepar, saltar, gatear, rodar o deslizarse. Se fomenta la curiosidad, la creatividad y la iniciativa de los niños y niñas.

Juegos y actividades dirigidas

En esta fase, se proponen juegos y actividades específicas, que pueden estar relacionadas con el desarrollo de habilidades motrices, la coordinación, el equilibrio, la lateralidad, entre otros aspectos. Estas actividades pueden ser individuales, en parejas o en grupos, y se adaptan a las capacidades y necesidades de los niños y niñas.

Momentos de expresión corporal

Se reserva un espacio en la sesión para que los niños y niñas puedan expresarse corporalmente a través de movimientos y gestos. Se pueden utilizar elementos como la música, los ritmos, los instrumentos musicales u otros estímulos sensoriales para fomentar la creatividad y la comunicación no verbal.

Momento de relajación

Al final de la sesión, se incluye un momento de relajación, donde se invita a los niños y niñas a descansar y recuperar su equilibrio emocional. Se pueden utilizar técnicas de relajación, respiración y visualización para facilitar la relajación y la conexión con su propio cuerpo.

Es importante destacar que esta estructura es flexible y puede adaptarse según las necesidades y características de los niños y niñas. Además, es fundamental contar con un ambiente seguro, acogedor y adecuado para la práctica psicomotriz, con materiales y espacios que estimulen la exploración y el movimiento libre.

Esta estructura proporciona un equilibrio entre la exploración libre y la intervención dirigida, permitiendo a los niños y niñas desarrollar habilidades motrices, expresarse creativamente y

fortalecer su desarrollo psicomotor y emocional.

Desarrollo de la sesión según las edades de los niños y niñas

El desarrollo de una sesión de psicomotricidad en la escuela puede variar según las edades de los niños y niñas. A continuación, se presentan algunas pautas generales sobre cómo adaptar la sesión a diferentes grupos de edad:

Niños y niñas de 2-3 años

- Comienza con un calentamiento suave que incluya movimientos simples como estiramientos y juegos de imitación.
- Proporciona un espacio seguro y estructurado con estaciones de juego que estimulen la exploración sensorial y motriz, como trepar, gatear, manipular objetos, etc.
- Fomenta el juego libre y la expresión corporal a través de movimientos y gestos simples.
- Incorpora canciones y rimas que involucren movimientos corporales.
- Incluye momentos de juego en parejas o pequeños grupos para estimular la interacción social.

Niños y niñas de 4-5 años

- Realiza un calentamiento más dinámico que incluya movimientos más complejos, como saltos, carreras y movimientos de coordinación.
- Ofrece una variedad de actividades de exploración que desafíen su equilibrio, coordinación y control motor, como circuitos de obstáculos o juegos de equilibrio.
- Introduce juegos con reglas simples que fomenten la cooperación y el trabajo en equipo.
- Incluye actividades que promuevan el desarrollo de la lateralidad, como lanzar y atrapar objetos con una mano específica.
- Proporciona momentos de expresión corporal más elaborados, como coreografías simples o dramatizaciones.

Niños y niñas de 6 años en adelante

- Realiza un calentamiento más enérgico y enfocado en la preparación física, incluyendo ejercicios de estiramiento, fortalecimiento y movimientos de coordinación más complejos.
- Proporciona actividades desafiantes que promuevan el desarrollo de habilidades específicas, como el equilibrio dinámico, la coordinación ojo-mano y la precisión motriz.
- Introduce juegos y actividades de mayor complejidad que involucren estrategia, toma de decisiones y resolución de problemas.
- Promueve la creatividad y la expresión corporal a través de actividades de improvisación, danza o teatro.
- Incorpora ejercicios de relajación y respiración consciente al final de la sesión para ayudar a los niños y niñas a recuperar la calma.

Sesión con niños y niñas de 2-3 años

A continuación, se presenta un ejemplo de sesión de psicomotricidad en la escuela adaptada para

niños y niñas de 2-3 años:

Duración aproximada: 30-45 minutos

Calentamiento (5 minutos):

Comienza con una canción o una historia breve que invite a los niños y niñas a moverse suavemente.

Realiza estiramientos simples y juegos de imitación, como estirar los brazos como un árbol o hacer movimientos de animales.

Actividades de exploración (15 minutos):

Crea un espacio de juego seguro y estructurado con diferentes áreas temáticas. Por ejemplo, un área para trepar, una zona de juego simbólico con muñecos o disfraces, una zona para manipular objetos de diferentes texturas, etc.

Anima a los niños y niñas a explorar libremente cada área, experimentando con los materiales y moviéndose de una estación a otra.

Proporciona apoyo y acompañamiento individualizado para aquellos niños que lo necesiten, fomentando su autonomía y confianza.

Juegos y actividades dirigidas (10 minutos):

Introduce juegos simples que promuevan la coordinación motora y la interacción social, como lanzar y atrapar una pelota suave o imitar los movimientos de un animal.

Realiza actividades de seguimiento de instrucciones sencillas, como saltar en un pie, gatear bajo una soga o caminar en puntas de pie.

Incorpora canciones y rimas con movimientos corporales para estimular la coordinación y el ritmo.

Momentos de expresión corporal (10 minutos):

Proporciona materiales para la expresión artística, como pinturas de dedos o crayones grandes, y anima a los niños y niñas a pintar en papel grande en el suelo.

Invita a los niños y niñas a crear movimientos y gestos que representen diferentes emociones, animales o acciones simples.

Crea un ambiente de juego simbólico, proporcionando disfraces, peluches u otros objetos que los niños y niñas puedan utilizar para representar roles y situaciones imaginarias.

Momento de relajación (5 minutos):

Finaliza la sesión con un momento de calma y relajación.

Puedes utilizar música suave o cuentos tranquilos para ayudar a los niños y niñas a relajarse y concentrarse en su respiración.

Guía a los niños y niñas en ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar su cuerpo.

La sesión debe ser un espacio lúdico y motivador, donde los niños y niñas puedan explorar, experimentar y disfrutar del movimiento. Además, asegúrate de contar con un entorno seguro y supervisión adecuada en todo momento.

Sesión con niños y niñas de 5-6 años

A continuación, se presenta un ejemplo de sesión de psicomotricidad en la escuela adaptada para niños y niñas de 5-6 años:

Duración aproximada: 45-60 minutos

Calentamiento (10 minutos):

Comienza con una canción o juego activo que involucre movimientos de todo el cuerpo, como “Simon dice” o “Cabeza, hombros, rodillas y pies”.

Realiza ejercicios de estiramiento más dinámicos, como saltar y estirar los brazos hacia arriba, para preparar el cuerpo para el movimiento.

Actividades de exploración y habilidades motoras (15 minutos):

Crea un circuito de obstáculos con colchonetas, aros, conos y cuerdas para que los niños y niñas puedan desarrollar habilidades motoras básicas, como saltar, trepar, gatear y rodar.

Anima a los niños y niñas a explorar el circuito, superar los obstáculos y experimentar con diferentes formas de movimiento.

Proporciona desafíos adicionales, como equilibrarse en una línea estrecha o saltar sobre obstáculos más altos, para aquellos que están listos para un nivel de dificultad mayor.

Juegos y actividades de coordinación y equilibrio (15 minutos):

Introduce juegos que involucren coordinación motora y equilibrio, como caminar en una línea recta, saltar a la pata coja o hacer carreras de relevo.

Realiza juegos de coordinación con pelotas, como lanzar y atrapar en parejas o en grupo.

Fomenta la cooperación y el trabajo en equipo a través de juegos de equilibrio en los que los niños y niñas se apoyen mutuamente.

Momentos de expresión corporal y creatividad (10 minutos):

Proporciona música y desafíos de movimiento para que los niños y niñas creen coreografías simples en grupo.

Anima a los niños y niñas a improvisar movimientos y gestos que representen diferentes emociones, animales o situaciones.

Ofrece materiales y espacio para que los niños y niñas creen dibujos grandes en el suelo con tizas o exploren diferentes formas de expresión artística con su cuerpo en movimiento.

Momento de relajación y cierre (10 minutos):

Finaliza la sesión con un momento de relajación y calma.

Guía a los niños y niñas en ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar su cuerpo.

Puedes utilizar música suave o contar un cuento tranquilo para ayudarles a centrar su atención y relajarse antes de concluir la sesión.

Promueve la participación activa y el juego cooperativo, estimula la creatividad y la expresión individual de cada niño y niña, y asegúrate de proporcionar un entorno seguro y supervisión adecuada durante toda la sesión.

Orientaciones para la formación en psicomotricidad en la escuela

La formación en psicomotricidad resulta fundamental para los profesores y educadores, ya que les brinda los conocimientos, habilidades y herramientas necesarias para implementar de manera efectiva la práctica psicomotriz en el ámbito educativo. A continuación, se presentan las siguientes orientaciones:

Importancia de la formación en psicomotricidad en la escuela para los profesores

La formación en psicomotricidad proporciona a los profesores una comprensión profunda de los aspectos teóricos y prácticos de esta disciplina.

Les permite adquirir conocimientos sobre el desarrollo psicomotor de los niños y niñas, las bases neuropsicológicas de la psicomotricidad y las diferentes metodologías y enfoques existentes.

Además, la formación en psicomotricidad capacita a los profesores para adaptar las actividades y los entornos educativos a las necesidades individuales de los niños y niñas, promoviendo así un desarrollo integral.

Recursos y recomendaciones para la formación en psicomotricidad en la escuela

Para obtener una formación en psicomotricidad de calidad, es recomendable buscar programas de estudios, cursos, talleres o posgrados especializados en el tema.

Existen instituciones y centros educativos que ofrecen formación en psicomotricidad, tanto presencial como en línea. Es importante seleccionar programas que cuenten con docentes especializados y que integren teoría y práctica de manera equilibrada.

Además, es recomendable complementar la formación académica con la lectura de libros, artículos y materiales especializados en psicomotricidad. Estos recursos proporcionarán una base teórica sólida y permitirán estar al tanto de los avances y nuevas perspectivas en el campo de la

psicomotricidad.

La formación en psicomotricidad también puede beneficiarse de la participación en congresos, seminarios y encuentros relacionados con el tema. Estos eventos brindan la oportunidad de compartir conocimientos, experiencias y prácticas con otros profesionales y especialistas en psicomotricidad en la escuela.

Por último, es importante destacar la importancia de la formación continua en psicomotricidad. El campo de la psicomotricidad en la escuela está en constante evolución, por lo que es fundamental mantenerse actualizado con respecto a nuevas investigaciones, enfoques y técnicas. La formación continua permite mejorar y enriquecer las prácticas educativas, así como adaptarlas a los cambios y necesidades de los niños y niñas.

Conclusiones La psicomotricidad en la escuela: prevención y educación

En conclusión, en este artículo hemos abordado diversos aspectos relacionados con la psicomotricidad en el contexto de la educación infantil. A continuación, se presenta una síntesis de los puntos principales tratados y una recapitulación de la importancia de la psicomotricidad en la maduración psicoafectiva de los niños y niñas:

- La psicomotricidad se presenta como una práctica preventiva y educativa que promueve el desarrollo integral de los niños y niñas en el ámbito educativo.
- La psicomotricidad juega un papel fundamental en la comprensión y desarrollo del conocimiento de la realidad y las relaciones del cuerpo con el entorno.
- A través de la psicomotricidad, se despierta y potencia el desarrollo físico, social y emocional de los niños y niñas en la etapa de educación infantil.
- La psicomotricidad se basa en el uso del cuerpo como herramienta de aprendizaje, permitiendo a los niños y niñas explorar, experimentar y descubrir el mundo que les rodea.
- La práctica psicomotriz educativa-preventiva se fundamenta en principios de acción que respetan la individualidad de cada niño, promueven el juego y la exploración, y fomentan la participación activa y el trabajo en grupo.
- La psicomotricidad se estructura en sesiones que incluyen momentos de acogida, desarrollo de la sesión y cierre, con el objetivo de crear un clima de confianza, promover actividades psicomotoras y brindar un espacio de síntesis y relajación.
- La psicomotricidad debe adaptarse a las diferentes edades de los niños y niñas, considerando sus características y necesidades específicas en cada etapa de desarrollo.

– La formación en psicomotricidad es crucial para los profesores y educadores, ya que les proporciona los conocimientos, habilidades y recursos necesarios para implementar de manera efectiva esta práctica en el ámbito educativo.

En definitiva, la psicomotricidad desempeña un papel crucial en la maduración psicoafectiva de los niños y niñas en la etapa de educación infantil.

Impulso06