

Ludo-Motricidad



Una estrategia para
la exploración del talento

Ludo-Motricidad

Una estrategia para la exploración del talento

Programa de Inclusión y Talento en el Aula
Estrategias Ludo-pedagógicas

Diseñadas por Buinaima bajo la dirección de:
Jairo Giraldo Gallo y Constanza Núñez Vargas

Textos: Carolina Rojas Gutiérrez
Diseño y diagramación: David Garzón V.



LUDO-MOTRICIDAD
Una estrategia para
la exploración del talento

Autor
Diana Carolina Rojas G.

Editores
Jairo Giraldo Gallo
Constanza Núñez Vargas
© Ediciones Buinaima,
Asociación Colombiana pro
Enseñanza de la Ciencia
Calle 49 No. 22-13,
Teléfono 3207672,
Bogotá D.C., Colombia
www.ethosbuinaima.org
buinaima@gmail.com

Ilustración y diagramación
David Garzón V.

Impresión
Charlie's Impresores Ltda.
Calle 25 D No. 33-32
Bogotá, D.C. , Colombia
Abril de 2011
ISBN:978-958-98709-3-8

CONTENIDO

PRESENTACIÓN	pag.6
Módulo 1: La percepción del cuerpo	pag.11
Unidad 1: El esquema corporal	pag.14
Unidad 2: La tonicidad corporal	pag.32
Unidad 3: La postura corporal	pag.50
Unidad 4: El equilibrio corporal	pag.64
Módulo 2: La percepción del entorno	pag.79
Unidad 1: Espacialidad	pag.82
Unidad 2: Temporalidad	pag.106
Módulo 3: Motricidad fina	pag.129
Unidad 1: Motricidad fina (Coordinación gráfica, verbal, facial y gestual)	pag.132

PRESENTACIÓN

“La mente humana es una formidable orquesta, donde de la extraordinaria constelación de cerca de cien millones de neuronas actúa como una sinfonía, regida por el cortex. Sin embargo, la armonía de una orquesta no impide el perfeccionamiento y la educación de cada uno de sus componentes para que la melodía sea más brillante: las inteligencias múltiples.”
(Celso Antunes, 2008)

De las 8 estrategias ludo-pedagógicas que consta la primera fase del Programa de Inclusión y Talento, la de ludo-motricidad no solamente es la primera y la más básica sino también la más importante y transversal en la formación integral del ser humano. Si se mira con atención el proceso evolutivo de las especies, el movimiento ha estado siempre ligado en alguna de sus múltiples formas. Fijémonos en los organismos que requieren del movimiento, entendido como cambio de lugar, para sobrevivir. Salvo las plantas, sésiles o sedentarias por definición, los otros organismos vivos (no me refiero a células individuales) están dotados de un sistema neuronal, por primitivo que sea. De hecho, el sistema nervioso aparece básicamente como la necesidad de los seres vivos de moverse o desplazarse. “Es interesante anotar que las plantas, que tienen un sistema circulatorio bien organizado (mas no tienen corazón) aparecen en la evolución con posterioridad a la mayoría de los animales primitivos; es como si los organismos sésiles, de hecho, hubieran decidido no tener sistema nervioso.” (Llinás, R., El cerebro y el mito del yo. Norma, 2003.).

A partir de esta consideración, es fácil entender que la motricidad, juega un papel fundamental en el desarrollo del cerebro humano (entendido como el órgano primordial, por encima del corazón; nótese que a diferencia de éste y otros órganos, aquel es insustituible por trasplante directo), ya que para ejecutar los movimientos con probabilidades de éxito, es necesario evaluar las características del medio ambiente, representárselo y predecir el impacto de las interacciones con el mismo. El sistema nervioso es anticipatorio y realiza todo el tiempo, en una u otra forma, hipótesis o representaciones sobre el mundo externo.

Por lo tanto, el módulo de ludo-motricidad que se ofrece a las maestras y los maestros que participen del Programa de Inclusión y Talento en el Aula ha sido diseñado pensando en la urgente necesidad de atender las deficiencias y también las posibilidades, de una población infantil que ha sido marginada en su formación inicial por causa de la inequidad social. De estrato 3 hacia abajo, las dificultades o limitaciones que el niño o la niña tiene para empezar su formación o desarrollo escolarizado antes del preescolar son inmensas. Esta circunstancia en sí misma le está limitando a esta población las posibilidades de desarrollo integral (motor, afectivo, cognitivo, físico, social, etc) mediante el aprendizaje formal o escolar.

A cerca del dominio psicomotor y sus niveles de clasificación y desarrollo en orden jerarquizado HARROW 1984, dispone desde el nivel inferior de comportamiento observable hasta el más alto, una clasificación que comprende atender a los niños desde su primera infancia los siguientes conceptos:

1. MOVIMIENTOS REFLEJOS
2. MOVIMIENTOS BÁSICOS FUNDAMENTALES
3. CAPACIDADES PERCEPTIVAS
4. CAPACIDADES FÍSICAS
5. DESTREZAS MOTORAS
6. COMUNICACIÓN NO VERBAL

De ahí, que el modulo guía de la Estrategia Lúdica: Motricidad sea una herramienta eficaz para el educador, que, por medio de las actividades propuestas, puede llegar a conseguir un sistema de aprendizaje-enseñanza ideal y completo para los niños de primer ciclo, y especialmente para los niños con Necesidades Educativas Especiales Excepcionales (NEEE) a través de actividades de:

1. Esquema corporal
2. Tonicidad corporal
3. Postura corporal
4. Equilibrio corporal
5. Espacialidad
6. Temporalidad
7. Motricidad fina

Así mismo, este módulo guía proporciona a los docentes herramientas y parámetros de observación para realizar una adecuada identificación de los Estudiantes con Necesidades Educativas Especiales Excepcionales (ENEEE) desde la estrategia lúdica: Motricidad, y así los niños puedan tener un ambiente planificado, articulado y adaptado que promueva su desarrollo, la adquisición y potenciación de sus destrezas. Por lo tanto, se retoma los centros de atención de la observación en motricidad, planteados por Gardner (1998) los cuales se diseñan con el ánimo de descubrir las capacidades destacadas de los estudiantes en la dimensión motriz:

CENTROS DE ATENCIÓN DE LA OBSERVACIÓN EN MOTRICIDAD

1. Sensibilidad al ritmo	Se refiere tanto a la capacidad del niño para moverse en sincronía con ritmos estables o cambiantes como con su capacidad para fijar su propio ritmo y regularlo para alcanzar un efecto deseado.
2. La expresividad	Destreza para responder a un instrumento o selección musical y aptitud para evocar estados de ánimo e imágenes mediante el movimiento, utilizando gestos y posturas.

3. Respuesta ante la música	Capacidad de responder de forma diferente a distintos tipos de música. A diferencia de aquellos niños que repiten un tipo de movimiento independientemente a la música que se interprete.
4. Conciencia corporal	Capacidad de identificar y utilizar las distintas partes del cuerpo y de comprender sus funciones.
5. Control corporal	Capacidad de ubicar, controlar y utilizar el propio cuerpo para ejecutar eficientemente movimientos, lo que determina la calidad del movimiento
6. Generación de ideas de movimiento	Capacidad de realizar aportes de manera espontánea, ideas sobre problemas de movimiento. Estos niños pueden extender el alcance de las ideas de movimiento o proponer alternativas a las mismas de modo creativo, lo que determina cantidad de movimiento
7. Memoria de movimiento	Capacidad de repetir movimientos ejecutados por uno mismo o por otros.
8. Uso del espacio	Capacidad de explorar todo el espacio disponible, utilizando distintos niveles (<i>bajo</i> -reptar, <i>sentado</i> - <i>medio</i> – gatear- y <i>alto</i> – caminar, correr-) y áreas.

Este módulo guía consta de 3 módulos, divididos de la siguiente forma:

Módulo 1: La percepción del cuerpo

- Unidad 1: El esquema corporal
- Unidad 2: La tonicidad corporal
- Unidad 3: La postura corporal
- Unidad 4: El equilibrio corporal

Módulo 2: La percepción del entorno

- Unidad 1: Espacialidad
- Unidad 2: Temporalidad

Módulo 3: Motricidad fina

- Unidad 1: Coordinación gráfica, verbal, facial y gestual

Los cuales comprenden una serie de unidades que poseen una formación teórico-práctica que va desde la conceptualización del tema, el ¿QUÉ ES?; las FASES DE EVOLUCIÓN entendida como una guía orientativa, y por tanto las edades que se contemplan son aproximaciones, ya que el desarrollo de cada niño es único y está influenciado por diferentes aspectos madurativos, evolutivos, de crecimiento, estimulantes y afectivos; Los TRASTORNOS, como posibles alteraciones que puede tener el niño frente a la temática a trabajar; LAS ORIENTACIONES METODOLÓGICAS, como las herramientas pedagógicas y didácticas de las que ha de hacer uso el docente para orientar de una mejor manera la unidad, y finalmente, hasta el DESARROLLO que incluye una serie de actividades que permiten potenciar en el niño la temática a desarrollar, cada actividad posee información acerca del nombre de la actividad, objetivos que se pretende alcanzar, aprendizajes, materiales a utilizar, organización o disposición de los niños y el espacio al inicio de la actividad, desarrollo, actividades complementarias o variantes y reglas a cumplir.

Recordemos que la propuesta de actividades específicas para el estímulo de la inteligencia cinestésico corporal no impide que el docente emplee sus conocimientos e incluya otros juegos y desafíos diversos.

Creemos que esta obra será útil no solo para los educadores sino también para padres de familia, quienes notarán que, aunque se sugiere estímulos específicos, no excluye la intención de exaltar y concebir al ser humano de manera más amplia, significativamente más compleja: INTEGRAL.

Módulo

1

PERCEPCIÓN DEL CUERPO

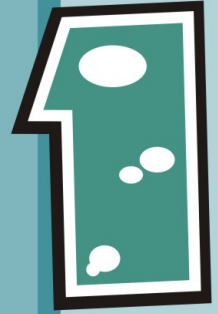
La percepción del cuerpo es el conocimiento que se obtiene a través de la información recibida del propio cuerpo mediante los receptores nerviosos. Entre los elementos que integran la idea del propio cuerpo se pueden resaltar los siguientes conceptos:

1. El esquema corporal
2. La tonicidad
3. La postura
4. El equilibrio





Unidad



UNIDAD 1 EL ESQUEMA CORPORAL

¿QUÉ ES?

El primer objeto que el niño percibe desde su nacimiento es su propio cuerpo: a través de él experimenta hambre, sueño, dolor, etc. constituyéndose en el medio más importante para la acción, el conocimiento y la relación con los demás.

De ahí que la realización eficaz de cualquier movimiento requiere de una imagen consciente, lo más precisa y global posible del cuerpo, con el fin de que el sujeto pueda cumplir con el objetivo propuesto, pues bien, esta noción del propio cuerpo se denomina: esquema corporal.

El **esquema corporal** se refiere a la representación mental que cada uno tiene de la forma y posición del cuerpo en el espacio, de sus posibilidades y sus limitaciones, tanto en reposo como en movimiento, a partir de las diversas sensaciones recibidas del entorno.

FASES DE EVOLUCIÓN

Es importante tener en cuenta, las fases de estructuración del esquema corporal, tomando como referencia las etapas de desarrollo evolutivo del niño, la maduración del sistema nervioso, el crecimiento y, paralelamente, la evolución sensorio-motriz y la relación con los otros, concretándolas de la siguiente forma:¹

FASES	CARACTERÍSTICAS
1. Los movimientos espontáneos:	Etapa donde se crean las primeras representaciones difusas que van a marcar el mundo del niño, tanto a nivel positivo (confianza, seguridad, placer, etc.) como negativo (inestabilidad, agresividad, etc.)
2. La sensorio-motora:	Etapa de exploración, autonomía y adaptación. Las experiencias que viven los diversos segmentos del cuerpo se dotan de múltiple información del entorno y de las posibilidades de modificación por su acción. Por último, la imagen del cuerpo se hace visible e identificable.
3. La perceptivo-motora:	Etapa de control y discriminación corporal y su acción sobre el entorno: el cuerpo se pone en funcionamiento con relación a desplazamientos, giros, rotaciones, la representación gráfica de la figura humana. etc. Por lo tanto, el espacio adquiere consistencia y relevancia.
4. La proyección simbólica o de representación:	Etapa de interiorización conocimiento y expresión del cuerpo, no solo desde los movimientos globales o gruesos sino desde los movimientos de precisión o finos. El espacio y el ritmo se interiorizan y se conceptualizan creando la posibilidad de expresar emociones, sentimientos, ideas, etc.

¹ Las fases evolutivas del esquema corporal fueron tomadas de García Núñez y Fernández Vidal, 1994 en su libro "Juego y psicomotricidad" pág. 29.

TRASTORNOS

Un esquema corporal mal estructurado o impreciso, como lo enuncia Le Boulch (1966), "entraña un déficit de la relación sujeto-mundo exterior que se traduce sobre el plano de los trastornos de percepción, de la motricidad y de la relación con el otro": cualquiera de estos trastornos por sí solos serían suficientes para plantear dificultades en el aprendizaje. De tal modo, que se podrían agrupar de la siguiente forma:

- Trastornos posturales: con incidencia en los procesos de coordinación y equilibrio
- Trastornos de percepción: implica alteraciones en las nociones espaciales y temporales.
- Trastornos de comunicación: afectaría los procesos de interacción con los otros.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Es necesario tener en cuenta algunas condiciones de trabajo encaminadas a conseguir un mejor conocimiento y control del cuerpo.

- Como dice Pierre Vayer (1977) "el desarrollo está asociado a la maduración nerviosa (proceso de mielinización de las fibras nerviosas) y regido por las dos leyes psicofisiológicas: ley céfalo caudal (el desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies) y ley próximo-distal (el desarrollo se da desde el eje central del cuerpo hacia afuera)².
- Para el niño en esta etapa tienen gran importancia las sensaciones que puede percibir a través de todos sus sentidos, especialmente el tacto, de ahí, la importancia de trabajar con el mínimo de ropa posible.
- Es importante que el niño y la niña exploren y descubran su propio cuerpo, primero a través de sí mismos; luego, con el compañero; después, con el grupo de trabajo, y finalmente pasar al trabajo fino: dibujo, recorte, rompecabezas, etc.
- Recordemos que antes de trabajar la motricidad fina, los niños deberán tener una adecuada motricidad gruesa, para que tengan una apropiada adaptación de su espacio grande a espacios pequeños como el cuaderno o la hoja.
- Para las primeras edades se parte del conocimiento global del cuerpo y luego se trabajan las partes específicas del cuerpo.
- Téngase en cuenta que el niño y la niña al principio no están en condiciones de poder nombrar muchas partes del cuerpo, pero sí pueden reconocerlas y señalarlas sobre sí mismos o sobre otros cuando se les indique.
- Se debe procurar que el niño vaya interiorizando e incorporando a su vocabulario todo los términos relacionados al cuerpo y que cada vez los utilice con más propiedad a la hora de expresarse: verbal, escrita o físicamente.
- La motivación debe ser un pilar fundamental en el desarrollo de las actividades.
- Finalmente, es necesario conocer y respetar las etapas del desarrollo del niño; sus ritmos de trabajo, crecimiento y maduración neuronal.

² Tomado del libro "Educación psicomotriz: el dialogo corporal" de Pierre Vayer, 1977. Pag. 11

DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL.

Las actividades para el desarrollo del esquema corporal están enfocadas al conocimiento y control corporal tomando como punto de partida la conciencia y la discriminación de las diferentes partes del cuerpo, lo cual permite reconocer sus posibilidades y limitaciones.

Por lo tanto, para el conocimiento y control del propio cuerpo es necesario conocer y practicar las siguientes actividades, las cuales varían durante su puesta en práctica, teniendo en cuenta los niveles de dificultad y desarrollo del niño; se empieza por lo más sencillo, avanzando hacia lo más elaborado.

ACTIVIDAD 1 MIS SEGMENTOS CORPORALES

OBJETIVO: Reconocer y controlar las partes globales en las que se divide el propio cuerpo.

APRENDIZAJES: Conocimiento y control corporal, segmentación corporal.

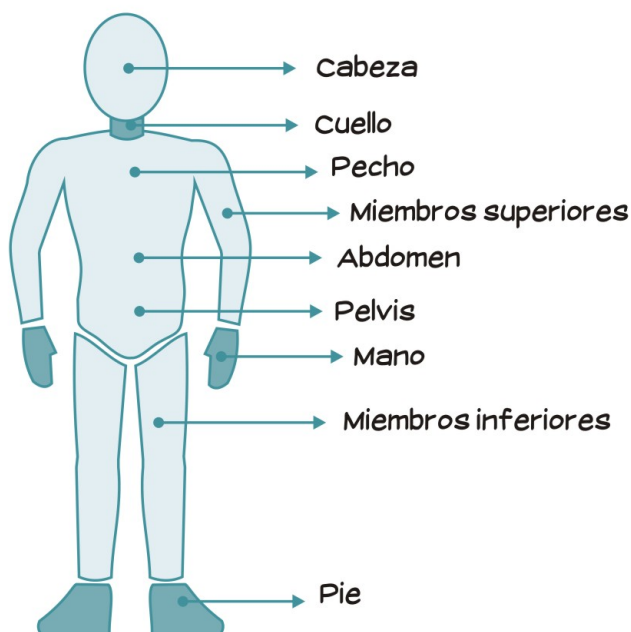
MATERIALES: Espejos y/o láminas del cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Se ubican individualmente, luego por parejas y finalmente por grupos.

DESARROLLO: Inicialmente, con ayuda de espejos (si los hay) cada uno de los niños se mueve libremente, luego la o el docente pregunta a los niños: ¿Cuáles son las partes externas más grandes del propio cuerpo?, cada uno de los niños deberá nombrarlas y tocarlas en su propio cuerpo y en el de un compañero: cabeza, cuello, brazos, antebrazos, manos, tronco, cadera, muslo, pierna y pie. Finalmente, cada uno explora diferentes posibilidades de movimiento que tiene cada segmento.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar el ejercicio con los ojos vendados, agudizándose la audición, la espacialidad y la autonomía. Además, se le pide al niño que haga en una hoja una autoimagen.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. Además, se debe hacer una adecuada división del cuerpo, haciendo énfasis en todos los segmentos.



ACTIVIDAD 2: MIS PARTES ESPECÍFICAS

OBJETIVO: Reconocer y controlar las partes específicas externas en las que se divide el propio cuerpo.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, segmentación corporal.

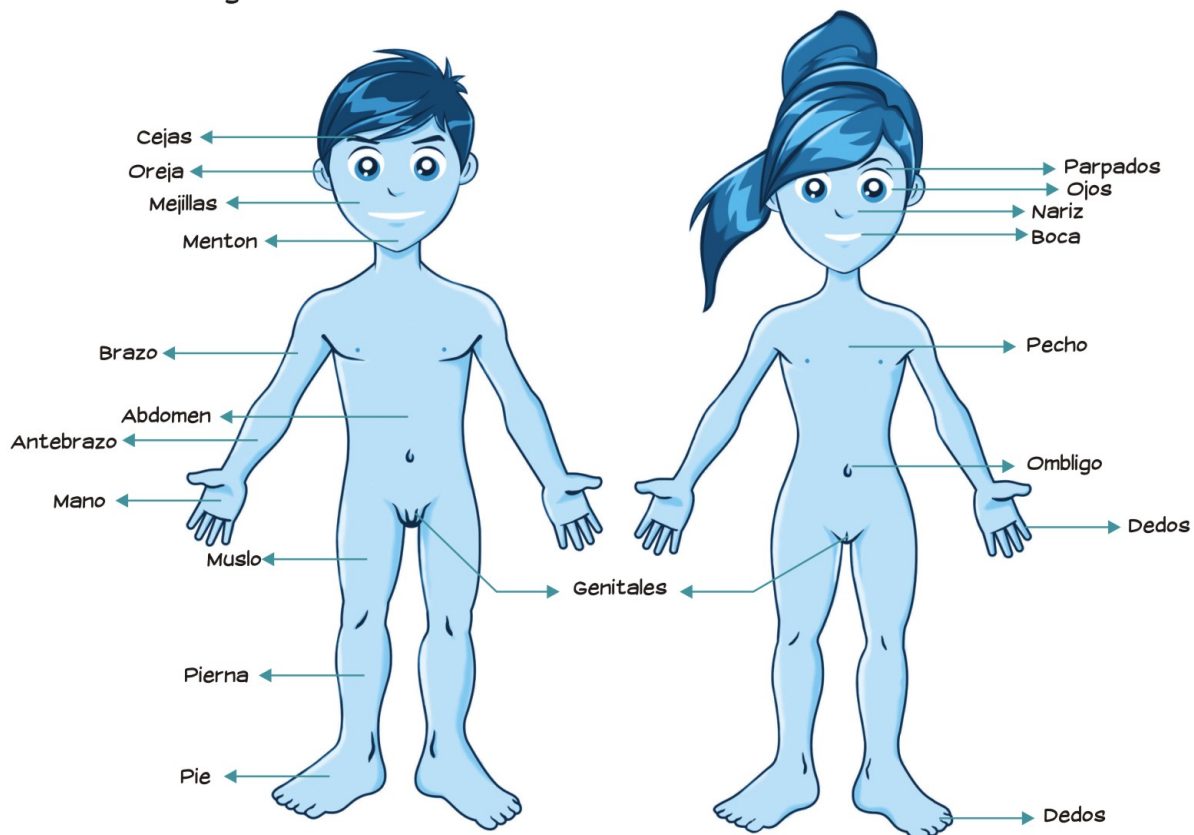
MATERIALES: Espejos y/o láminas del cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Se ubican individualmente, luego por parejas y por último pueden de nuevo hacerlo de modo individual.

DESARROLLO: Cada niño se mira en el espejo y reconoce las partes más pequeñas, diminutas y específicas del propio cuerpo. Lo importante, es hacer énfasis en aquellas partes que generalmente no suelen mencionarse: pestañas, párpados, cejas, paladar, mentón, ombligo, talón, dedos de los pies y de las manos, entre otras. Luego, en parejas con las manos palpar en el compañero la parte enunciada por el docente.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar el ejercicio con los ojos vendados agudizándose la audición, la espacialidad y la autonomía. En parejas se puede hacer tocando parte con parte por ejemplo: ojo con ojo, talón con talón, ombligo con ombligo, además entre la parte del cuerpo enunciada podrá haber un elemento: un globo, un bastón, una pelota, un pañuelo, etc. Finalmente, se le pide al niño que haga en una hoja una autoimagen.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. No se debe confundir el modo en que se agrupan las diferentes partes del cuerpo. Por último, es necesario recordar que la actividad de la autoimagen dibujada trasciende del simple hecho motor, puesto que permite conocer la representación mental que tiene el niño sobre sí mismo y su entorno, funciona como una herramienta de diagnóstico.



ACTIVIDAD 3: MIS ARTICULACIONES

SABIAS QUE... Las articulaciones son las uniones entre dos huesos, las cuales forman las palancas del cuerpo en compañía de los músculos y los huesos. Ellas nos permiten realizar los movimientos de nuestro cuerpo. Entre las más sencillas y básicas encontramos: cuello, hombro, codo, muñeca, dedos de manos y pies, cadera, rodilla, tobillo.

Cada articulación móvil tiene sus propios movimientos, flexión, extensión y/o rotación, pero es importante recordar que la articulación del cuello, la rodilla, codo y de los pies no se debe mover en rotación puesto que excede sus rangos de movimiento presentándose una fricción entre los dos huesos lo que puede causar una lesión.



OBJETIVOS: Conocer las articulaciones del propio cuerpo, sus funciones y adecuadas posibilidades de movimiento.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, control corporal, segmentación corporal, espacialidad, conocimiento científico.

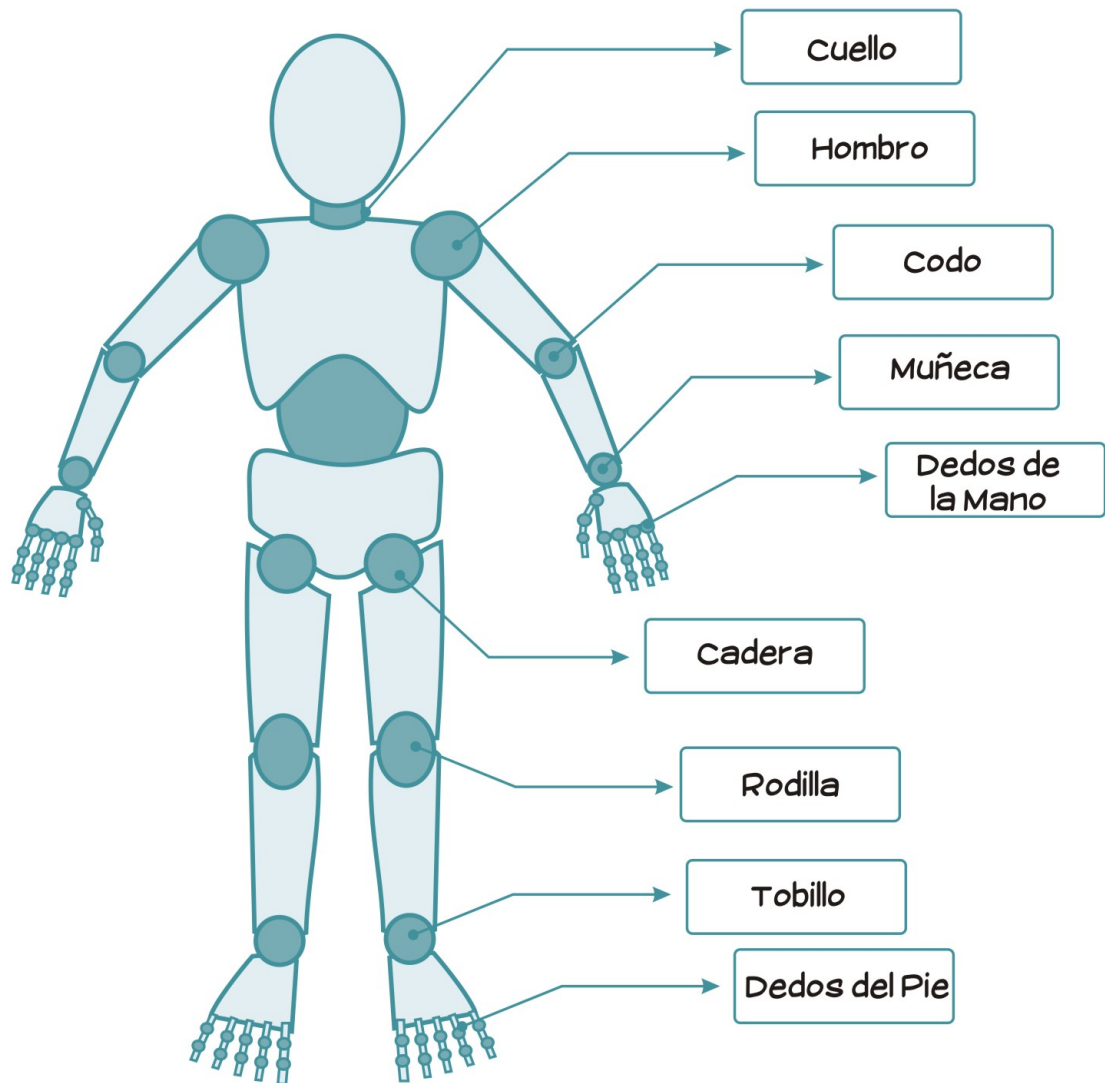
MATERIALES: Espejo y/o láminas del cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Se ubican individualmente, luego por parejas y grupos y por último pueden de nuevo hacerlo de modo individual.

DESARROLLO: El docente dibuja en el tablero las diferentes articulaciones del cuerpo humano, los niños deberán identificarlas en su propio cuerpo, en el compañero y en un dibujo. Luego, cada uno explora las diferentes posibilidades de movimiento que tiene cada articulación y se verifica si son correctos los movimientos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Individualmente se deberá responder a las instrucciones verbales del docente, por ejemplo levantar la pierna (derecha o izquierda), tocar el suelo con una mano, con un pie en puntitas, talones, gateo. También se podrá hacer con un compañero en forma de espejo: situado frente a frente, uno de los niños realiza diferentes acciones y el otro deberá imitar simultáneamente las acciones. De igual forma, se puede ubicar los niños uno detrás del otro para trabajar el mismo segmento corporal. Finalmente, fotocopiar un dibujo del ser humano con diferentes partes del cuerpo separadas, luego el niño deberá pintarlas, recortarlas y unir las con hilo, lana o fique por los puntos de articulaciones y obtendrá un muñeco móvil el que podrá disfrazar y personificar para hacer una obra de teatro.

REGLAS: El aprendizaje del niño debe ser netamente exploratorio, creativo y autónomo, no debe ser por imitación. Por último, se debe exponer las articulaciones principales y sus movimientos adecuados.



ACTIVIDAD 4: MI ESQUELETO



SABÍAS QUE... los huesos dan el sostenimiento del cuerpo; pueden ser largos como el húmero, cortos como los del carpo en la mano y planos como la pelvis.

OBJETIVO: Conocer los principales huesos que conforman el cuerpo y sus funciones.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, control corporal, segmentación corporal, espacialidad, conocimiento científico.

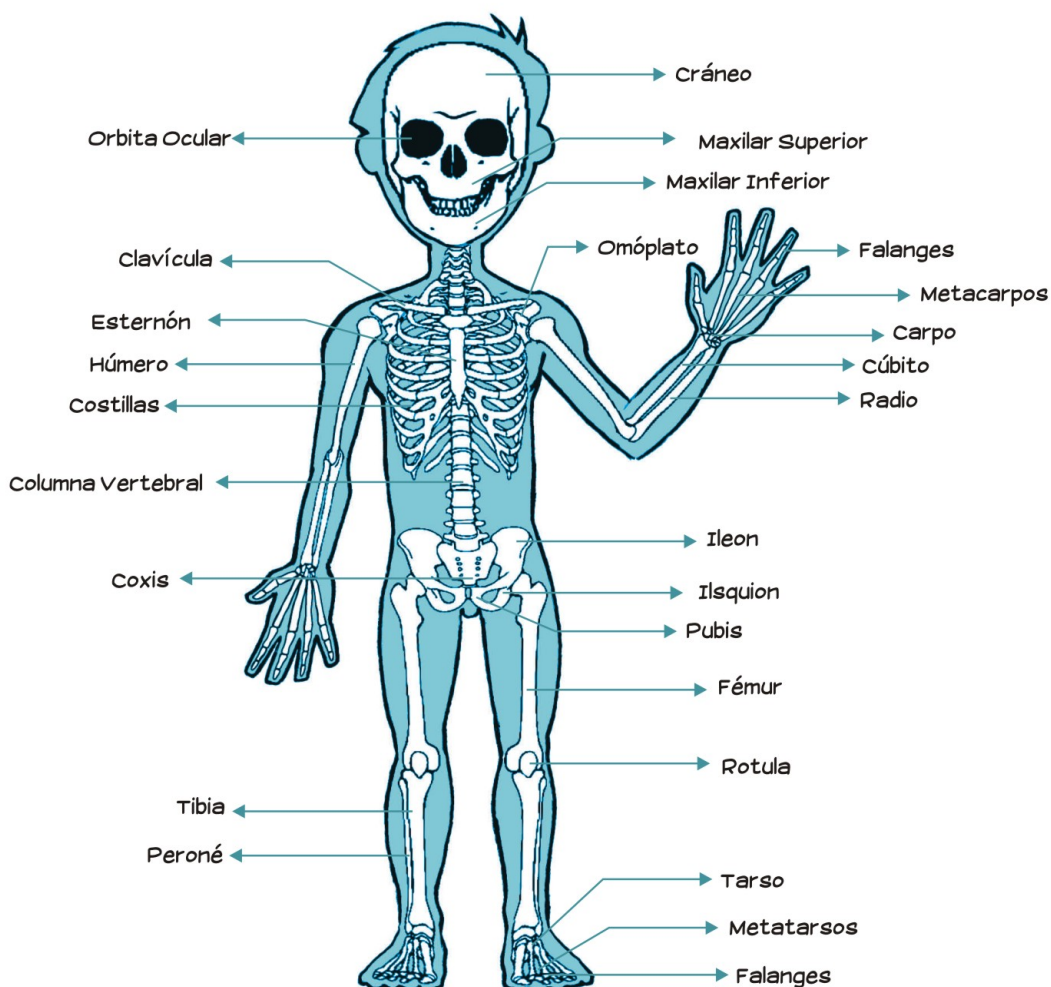
MATERIALES: Espejo, esqueleto humano y/o láminas del cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Se ubican individualmente, luego por parejas.

DESARROLLO: El docente muestra en su propio cuerpo, en un esqueleto humano, en láminas o en el tablero los diferentes huesos principales del cuerpo humano. Luego, los niños deberán identificarlos y palparlos en su propio cuerpo, en el compañero. Finalmente, se podrá hacer con plastilina, palillos u otro material una leve representación del sistema esquelético.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar el ejercicio con los ojos vendados agudizándose la audición, la espacialidad y la autonomía. En parejas se puede hacer tocando parte con parte, por ejemplo: clavícula con clavícula, húmero con húmero, etc.; entre la parte del cuerpo enunciada podría colocarse un elemento: un globo, un bastón, una pelota, un pañuelo, etc.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. Se deben exponer los huesos principales y, en la medida en que se considere apropiado, se irá aumentando el nivel de dificultad.



ACTIVIDAD 5: MIS MÚSCULOS

SABÍAS QUE... Los músculos representan la parte activa del aparato locomotor³, Cuando los músculos se contraen los huesos actuando como palancas, producen el movimiento; al mismo tiempo mantienen la estabilidad tanto en movimiento como en reposo. Junto a todo esto, los músculos contribuyen a dar la forma externa del cuerpo. Entre los más representativos por su tamaño tenemos los abdominales, los bíceps, los cuádriceps y los gemelos.



OBJETIVO: Conocer los principales músculos que conforman el cuerpo y sus funciones.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, control corporal, segmentación corporal, espacialidad.

MATERIALES: Espejo y/o láminas del cuerpo.

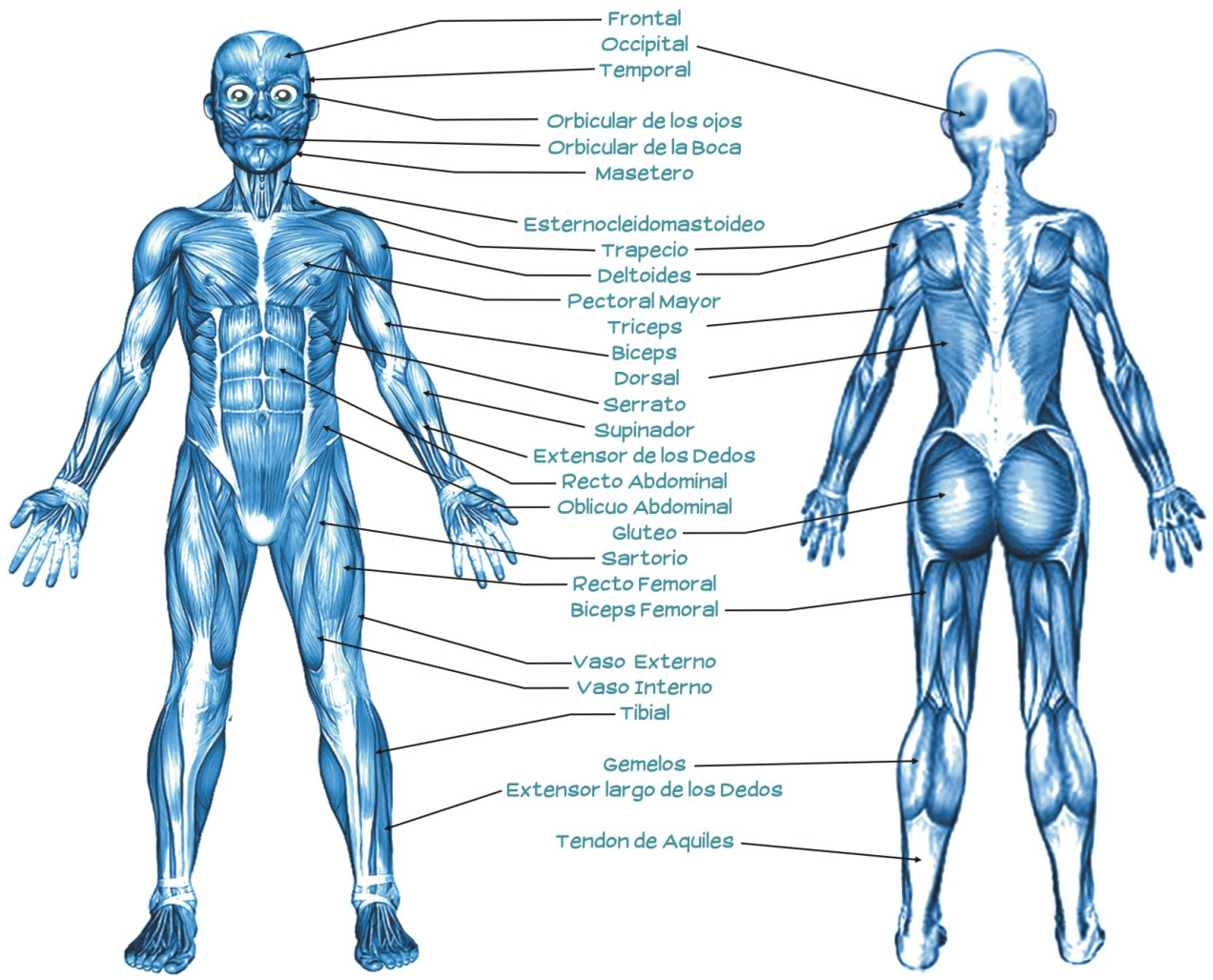
ORGANIZACIÓN: Se ubican individualmente y luego por parejas.

DESARROLLO: El docente muestra en su propio cuerpo, en láminas o en el tablero los diferentes músculos principales del cuerpo humano. Luego, los niños deberán identificarlos y palparlos en su propio cuerpo, en el compañero. Después, cada uno explora las diferentes posibilidades de movimiento (contracción y relajación) que tiene cada músculo. Finalmente, se podrá hacer con plastilina, greda, u otro material una representación del sistema muscular.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar el ejercicio con los ojos vendados agudizándose la audición, la espacialidad y la autonomía. Además, en parejas se podrá hacer el siguiente juego: un niño hace de "hierro" y el otro de "corriente". El niño "corriente" con la palma de la mano se acerca al niño "hierro"; este deberá contraer el músculo que fue tocado y cargado de energía.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. Se deben exponer los músculos principales y en la medida que sea apropiado se irá aumentando el nivel de dificultad.

³El **aparato locomotor** permite al ser humano o a los animales en general interactuar con el medio que les rodea mediante el movimiento o locomoción.



ACTIVIDAD 6: MIS PLANOS CORPORALES

SABÍAS QUE... El cuerpo se divide en diferentes planos como: la línea que divide el cuerpo en derecha - izquierda (plano sagital), la línea que divide el cuerpo en adelante-atrás o anterior y posterior (plano frontal) y la línea que divide el cuerpo en tren superior y tren inferior (plano transversal).



OBJETIVOS: Reconocer los diversos planos en los que se divide el cuerpo.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, control corporal, segmentación corporal, espacialidad, conocimiento científico.

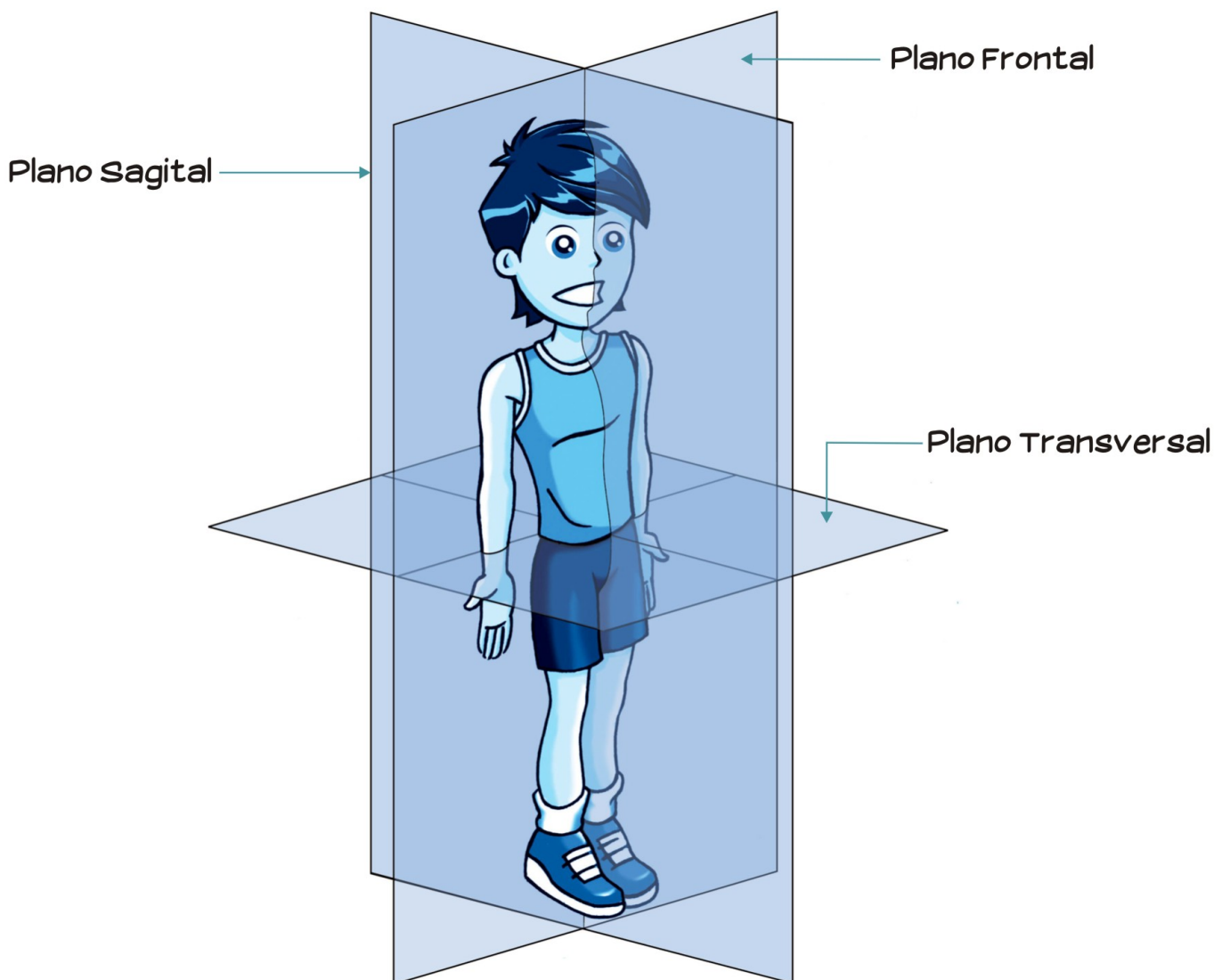
MATERIALES: El propio cuerpo

ORGANIZACIÓN: Grupal y libre por el espacio previamente delimitado y con obstáculos.

DESARROLLO: Todos los integrantes se mueven por el espacio libremente, a la voz de "estatuas" todos permanecen inmóviles, luego la o el docente le pregunta a cada uno de los niños en que plano se encuentra con relación a alguien o algún objeto. Por último, el juego no se hace libre sino dirigido, por ejemplo todos moviéndose como gatico, reptando, en frente de un compañero, con un compañero cogido de la mano, de espaldas, boca-abajo (ventral), boca arriba (dorsal) etc. y la docente explica en qué plano se ejecuta el movimiento.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar el ejercicio con los ojos vendados agudizándose la audición, la espacialidad y la autonomía.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. Se debe exponer cuales son los planos del cuerpo de modo claro y conciso, luego a través del juego se irá apropiando los términos.



ACTIVIDAD 7: MIS SENTIDOS

SABÍAS QUE... Todo lo relacionado con los órganos sensoriales del cuerpo se denomina sensaciones exteroceptivas, lo cual permite recibir la información desde el exterior e informa sobre las relaciones con el entorno. En algunas situaciones resulta útil cerrar los ojos, tapar los oídos, atar las manos etc.; esto hace que el cuerpo agudice los sentidos para compensar el ausente y cuanto más se practique, más refinados se volverán para transformarlos en supersentidos.



OBJETIVO: Conocer los diferentes sentidos del cuerpo, sus funciones y sus potencialidades y limitaciones.

LA VISIÓN	
Concepto	Es aquella función que nos permite ver lo que nos rodea y su órgano principal es el ojo.
Ejercicios	<ul style="list-style-type: none"> • Seguimiento de recorridos de objetos y/ o sujetos (recorrido de la luz de una linterna, movimiento de un compañero) • Visualización (encontrar en un laberinto el camino, unión de puntos) • Percepción de diversos tipos de imágenes (forma, color, medida, grosor, textura, posición, orden, orientación y dirección) • Discriminación visual (asociación y disociación: figura fondo, parte-todo) • La coordinación viso manual y viso pedica (patear, lanzar) • Memoria visual (recordar modelos presentados en el tablero, con juegos, coreografías, recorridos, etc.) • Ejercicios con ojos vendados (espacialidad)
Actividad	• Intentar con los ojos vendados realizar una actividad que se hace a diario: amarrarse los cordones, peinarse, cambiarse la ropa, llegar al puesto, salir del salón, entre otras.
LA AUDICIÓN	
Concepto	Tiene la función de captar ondas sonoras para que podamos escucharlas. Además incide en el control del equilibrio (sistema
Ejercicios	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios con música • Ejercicios de discriminación tímbrica • Reproducción de sonidos

<p>Actividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Escuchar con atención y en silencio una canción (que no se sepa de memoria). Y verificar cuánto el niño pudo memorizar, ya sea con los ojos abiertos o cerrados. • Escuchar y grabar un programa de televisión, un cuento, una película etc., y los integrantes se imaginaran qué es lo que ocurre. Deberán centrar la acción más en lo que se oye que en cualquier otra cosa. • Sentarse en un lugar apacible, silencioso, escuchar todos los sonidos del lugar (aire, pájaros, coches, etc.). Luego compartir con los compañeros ¿Cuál fue la sensación que causó cada uno de los sonidos escuchados? • Todos con los ojos vendados y alguien sin venda deberá hacer sonidos que los otros imitarán: sonidos con las palmas, sonidos con instrumentos, palmas en el cuerpo, palmas en una mesa, sonidos producidos por pelotas, aros, bastones, sonidos orales, imitación de animales, sonidos fuertes y débiles, etc. De igual forma, se puede dar instrucciones de movimiento, por ejemplo: guarda el cuaderno y siéntate en el piso.
---------------------------	--

EL TACTO

<p>Concepto</p>	<p>El tacto permite sentir la textura, la temperatura y/o las dimensiones de las cosas y está íntimamente relacionado con la piel ya que posee terminaciones nerviosas especializadas que se llaman receptores del tacto, las cuales pueden variar según el sector de la piel; recuerda que hay partes que poseen mayor sensibilidad que otras.</p> <p>Es de vital importancia cuidar la piel de las enfermedades o condiciones que pueden afectar la sensibilidad de la misma.</p>
<p>Ejercicios</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sensaciones de temperatura: calor, frío, húmedo, etc. • Sensaciones de dolor: comprensión, pinchón, pellizco, etc. • Sensaciones de contacto y presión. • Percepción de textura, forma, medida y peso.
<p>Actividad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios corporales y segmentarios con diferentes temperaturas: caminatas a lugares fríos y calientes, pasar objetos calientes y fríos por el cuerpo. • Sentir diferentes texturas con el cuerpo y sus segmentos aplicando lodo, chocolate, arena, pasto, corrugado, liso, áspero, algodón, etc. • Con los ojos vendados, y con ayuda de un compañero quien pone objetos de distintas texturas, pesos y formas, tales como una lima de uñas, un lápiz, una cajita, una lenteja, etc. Se deberá intentar reconocer los objetos y clasificarlos según sus características. • Ejecutar diversos masajes en el propio cuerpo y en el cuerpo de otro compañero. Se puede utilizar aceite mineral o corporal para que las manos por el cuerpo mantengan la temperatura corporal. <p>Recuerde que los masajes están relacionados con la ubicación y dirección del músculo, si no se hace en esa misma dirección se podrá lesionar el cuerpo. Además, el masaje en algunas partes del cuerpo incide en el buen funcionamiento de algunos órganos internos.</p>

EL OLFATO

Concepto	<p>Este sentido permite percibir los olores y su órgano central es la nariz. Está relacionado con la memoria ya que algunos aromas nos recuerdan experiencias previas, lugares y/o personas.</p> <p>Hay diversos tipos de receptores olfativos, estos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alcanfor • Almizcle • Flores • Menta • Éter (líquido para limpieza en seco) • Acre (avinagrado) • Podrido <p>Recuerda, que es de vital importancia cuidar el órgano olfativo de resfriados, enfermedades, sustancias irritantes, etc. que evitan el normal funcionamiento del olfato.</p>
Ejercicios	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de respiración nasal y oral • Ejercicios de respiración torácica y abdominal. • Trabajar las fases de inspiración y espiración con diferentes elementos: pluma, papel delgado (seda), pingpong, pitillos, vela (con cuidado), etc. • Percibir e interpretar olores del entorno.
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> • Con los ojos cerrados, un ayudante proporcionará objetos con olor. Inhalamos y exploramos las sensaciones que produce en cada uno. Es la única forma de potenciar este sentido tan primitivo, que poco se conoce y se potencia. ¿Qué aromas reconoces más rápido? • Se harán grupos y cada integrante se enumera. El juego consiste en mantener un globo en el aire con espiraciones por la boca e inspiraciones por la nariz, por cada uno de los integrantes de cada equipo según el número asignado. • El docente empezará a contar una historia relacionada con algún animal. Ese animal lo representará el profesor, y los niños deberán imitarlo. El docente realizará ejercicios de respiración e inspiración, como imitar el sonido de ese animal, variar la intensidad, respirar con la boca cerrada, dormir, etc. • Se harán grupos que se colocarán en una fila con las piernas abiertas, y uno de los niños, a gatas, intentará pasar el globo por entre las piernas de sus compañeros, mediante espiraciones bucales e inspiraciones nasales. • El docente realizará un gráfico en la pizarra. En el gráfico habrán subidas, bajadas y rectas. El niño deberá seguir la línea con el dedo, mientras en las subidas inspira, en las bajadas expira y en las rectas mantiene el aire. • Los niños se desplazarán libremente por el espacio; cuando inspiran por la nariz simulan ser muy grandes, gordos, pesados y cuando expiran por la boca son bajitos y se mueven rápidamente. • Agrupar figuras: El docente distribuirá figuras geométricas por toda el área, los jugadores por equipo tratarán de soplar en el piso tantas figuras como sean capaces de agrupar en una zona determinada y llegar a la meta que se ubica en el área. Se suman dos puntos al equipo por cada figura que se agrupa.

EL GUSTO

SABÍAS que...el ser humano es capaz de percibir los alimentos acorde a la textura, la temperatura, el olor y el gusto.

Además, que la lengua es un órgano musculoso que incide en las sensaciones gustativas, la fonación, la masticación y la deglución de los alimentos.

Recuerda, que es importante cuidar el sentido del gusto de enfermedades que evitan el normal funcionamiento, por lo tanto, es necesario, mantener una adecuada higiene oral.



<p>Concepto</p>	<p>Este sentido nos permite percibir los sabores de los alimentos y su órgano central es la lengua, la cual percibe cuatro sabores:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dulce - Salado - Amargo - Ácido <p>Normalmente las papilas sensibles a los sabores dulce y salado se encuentran en la punta de la lengua, las sensibles al ácido están a los lados y las sensibles al amargo se ubican en la parte posterior.</p>
<p>Actividad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Colocar en diferentes platos, pequeños trozos de alimentos de diferentes sabores, texturas y temperaturas: frutas, cereales, verduras cocidas y frescas, dulces y saladas y con los ojos vendados y sin tocarlos un estudiante le dará a probar esos bocados a su compañero, los cuales degustara tratando de sacarles todas las sensaciones y sabores. • Ahora, poner alimentos de la misma categoría y los estudiantes deberán diferenciarlos. Ejemplo: tipos de arroz (arroz sin sal, arroz con verdura, arroz con tomate...) • Cocinar diversos tipos de alimentos y determinar cuáles son sus ingredientes. • Beber distintos tipos y marcas de agua (agua del grifo, agua de una fuente, agua de manantial) y tratar de encontrar las diferencias, agudizando el sentido del gusto. • Beber distintos tipos de líquidos (agua, gaseosa, jugo, tinto, leche, etc.) y tratar de encontrar las diferencias.

ACTIVIDAD 8: OTRAS ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EL ESQUEMA CORPORAL

- Cada niño se coloca un pañuelo, aro o cualquier otro elemento adhesivo en un segmento corporal. A la voz del docente los niños deben reunirse en grupos dependiendo de donde se hayan colocado el pañuelo.
- Se coloca un elemento (balón, lazo, aro, pañuelo, etc.) en la parte del cuerpo que el docente asigne.
- Cada integrante deberá tener un globo que golpeará con diferentes partes del cuerpo, libremente o por imitación.
- Se le pide a cada uno que se desplace con un compañero agarrados por diferentes partes del cuerpo
- Colocar objetos pequeños por todo el espacio. Los niños, descalzos, cogerán los objetos con los dedos de los pies y los introducirán en un aro. A medida que se vaya avanzando, los niños deberán introducir los objetos en el aro en función del color, tamaño, textura, etc.

- Con los ojos cerrados y con los brazos extendidos en forma de cruz, se les pide a los niños que intenten tocarse la punta de la nariz con cada uno de los dedos de una y otra mano. Se hace el mismo ejercicio con otros segmentos corporales (oreja, labios, etc...)
- Los niños se desplazarán por el espacio, cuando el maestro diga un color, se acercarán a cualquier objeto que tenga dicho color y lo saludarán con el mayor número de segmentos corporales posibles o con el segmento que el docente asigne.
- El docente repartirá a todos medallones con dibujos de distintas partes del cuerpo. Habrá dos medallones por segmento. Los niños se desplazarán por el espacio y cuando el docente diga: cada cual con su pareja!, buscarán al compañero que lleve igual medallón, adoptando cada pareja una posición estática, manteniendo juntos los segmentos corporales correspondientes. Se cambiarán los medallones y continuará el juego.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SIEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Reconoce las partes globales en las que se divide el propio cuerpo.			
Controla las partes globales en las que se divide el propio cuerpo.			
Reconoce las partes específicas externas en las que se divide el propio cuerpo.			
Controla las partes específicas externas en las que se divide el propio cuerpo.			
Ejecuta ejercicios de reconocimiento corporal con los ojos vendados.			
Ejecuta ejercicios de reconocimiento corporal en sí mismo, en el compañero y en un gráfico.			
Reconoce las articulaciones del propio cuerpo, las de un compañero y en un gráfico.			
Identifica en su propio cuerpo los movimientos propios de cada articulación.			
Reconoce los principales huesos humanos en el propio cuerpo, en un compañero y en un gráfico.			
Identifica los principales músculos humanos en el propio cuerpo, en un compañero y en un gráfico.			
Comprende las diferentes funciones que cumplen los músculos en el cuerpo humano.			
Reconoce los diversos planos en los que se divide el cuerpo humano.			
Conoce los órganos de los sentidos (vista, gusto, olfato, tacto, oído y kinesiológico).			

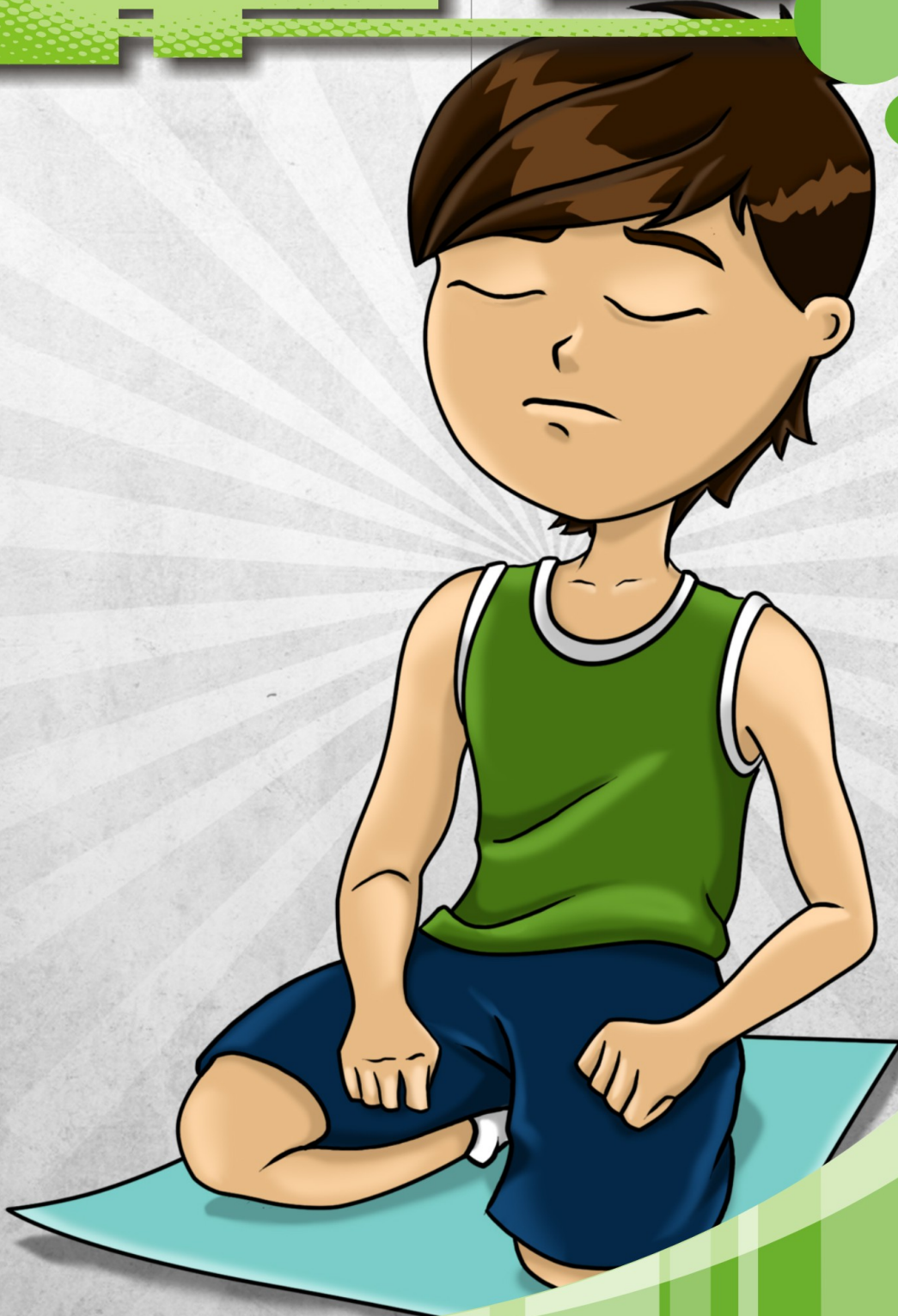
Identifica las funciones de los órganos de los sentidos.			
Conoce y aplica las diferentes formas de respiración.			
Disfruta de las actividades de reconocimiento corporal.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Sus movimientos combinan diferentes partes del cuerpo y/o con los demás compañeros.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Capacidad para recordar y diferenciar los diversos sistemas en los que está compuesto el cuerpo humano.			
Propone alternativas de movimiento de modo creativo.			
Capacidad de ubicar, controlar y utilizar el propio cuerpo para ejecutar eficientemente movimientos, lo que determina la calidad del movimiento.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			
Participa en las diversas actividades de reconocimiento corporal que propone el docente.			





Unidad

2



UNIDAD 2. LA TONICIDAD CORPORAL

¿QUÉ ES?

La tonicidad es el grado de contracción o tensión del músculo, teniendo en cuenta la actitud del sujeto, ya sea en posición estática o dinámica, ya que al realizar algún movimiento se necesita imprimir cierta tensión a unos músculos e inhibir y relajar otros.

Cabe recordar que el tono interviene en la fluidez del movimiento del cuerpo, actúa como mecanismo posibilitador y regulador de las formas de expresión del yo (verbal, facial, corporal, escrito), es mediador de las relaciones, habla de las emociones (ya que las emociones fuertes tienden a ir acompañadas de tensiones musculares y viceversa) y se convierte en factor determinante en el mantenimiento de la postura, el equilibrio y, por ende, de la atención (ésta se afecta si existe más tensión de la debida); de ahí que el tono sea la base de todos los procesos educativos.

Existen tres tipos de tonicidad: la primera se presenta cuando un sujeto posee una exagerada contracción muscular en su cuerpo o en algunos segmentos, y se califica como hipertónico; por el contrario, si se tiene poca contracción muscular, el estado se denomina hipotónico. En el estado normal, cuando se tiene un perfecto y armonioso equilibrio y cuando todas las partes del cuerpo poseen el mismo grado de tensión muscular, se habla de eutonía.

FASES DE EVOLUCIÓN

Las fases por las que ha de pasar un niño para poder controlar su movimiento dependen del desarrollo del niño: su evolución, su crecimiento y, su maduración; esta última está regida por dos leyes:

- **Ley céfalo-caudal:** el desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies.
- **Ley próximo-distal:** el desarrollo se da desde el eje central del cuerpo hacia afuera.

Paralelamente, influenciada por la evolución sensorio-motriz y la relación con los otros, concretándolas de la siguiente forma.

FASES	CARACTERÍSTICAS
De 0 a los 3 años aproximadamente	<p>En esta etapa el niño establece el primer diálogo con la madre; en ella los mensajes recibidos son transmitidos por la vía del afecto y las emociones. Así, cada niño se manifiesta a través de una actitud y una expresión corporal global.</p> <p>El niño ejecuta movimiento globales e indiferenciados que evolucionan de la siguiente forma:</p> <ul style="list-style-type: none">• Control de la cabeza• Posición sentada: aumento del campo visual.• Arrastre: mayores posibilidades de exploración del medio.• Gateo: mayor acceso al mundo de los objetos• Posición de pie: búsqueda de personas y cosas• Marcha: mayor equilibrio y coordinación general.• Saltos: Implica hacer énfasis en la fuerza para elevar el cuerpo del suelo y el equilibrio para volver a tener contacto con el suelo sin caer.• Prensión: movimientos finos (escribir, coger, abrochar, desabrochar, rasgar, enroscar, desenroscar)

<p style="text-align: center;">De 4 a los 7 años</p>	<p>Mayor autonomía motriz gracias a la intervención pedagógica del adulto, sin llevar al niño a la sobreprotección ni la sobreexigencia lo que llevaría al niño a un sentimiento de fracaso y ansiedad, aquí se destacan procesos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mayor control corporal en: los desplazamientos, la postura, el equilibrio estático y la coordinación general (desnudarse, vestirse, colgar ropa, amarrarse los zapatos, etc.) • Diferenciación segmentaria: entre brazo y antebrazo, pierna y muslo, entre otros. • Adecuada aplicación de fuerzas a la hora de coger un elemento o mover el cuerpo. • Definición de la dominancia lateral del ojo, del pie, de la mano.
<p style="text-align: center;">De 8 a los 12 años</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas nociones espaciales con el objeto, con el sujeto y consigo mismo. • Movimientos precisos y coordinados. • Mayores cambios corporales con relación al sistema óseo y muscular, los cuales incrementan la fuerza del niño para practicar deportes a un nivel avanzado y específico.

Ahora bien, hay que tener presente que algunos niños no culminan o pasan rápidamente alguna de las faces citadas anteriormente; es necesario posibilitar el mayor número de experiencias con el fin de que adquieran las habilidades que se requieren.

TRASTORNOS

Aquellos niños que ejecutan paratonías, esto es, cambios bruscos de un estado de tonicidad a otro, se dice que padecen de trastornos de tonicidad; es característico de los niños emotivos y sensibles a determinadas situaciones del medio.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar la tonicidad corporal en el niño es necesario:

- Un aprendizaje motor que permita la adaptación del movimiento al objeto o la persona
- Respetar los estados de desarrollo del niño.
- Crear diversas situaciones que proporcionen al niño el máximo de sensaciones del propio cuerpo en diferentes posiciones (de pie, sentados o sedentes, acostados, de rodillas, etc.), en actitud estática y dinámica (gatear, reptar, trepar, deslizarse, rodar entre otras).
- Experimentar los cambios de tono muscular (contracción y relajación), las variaciones de peso y la percepción de sensaciones en diferentes medios como el agua, la arena, el aire.
- Retomar los ejercicios de relajación global (todo el cuerpo) y segmentaria (algunas partes del cuerpo), ya que ellos ayudan a los niños a tomar conciencia de las propias sensaciones y a mejorar la capacidad de atención y concentración. Recordemos que en la evaluación del control motor los movimientos globales preceden a los movimientos segmentarios.
- Utilizar los ejercicios de relajación como preparación de una actividad o después de las actividades motrices dinámicas. Ellos se deben hacer con tiempo, en un ambiente tranquilo, con poca luz y con ayuda de recursos como la música, con voz suave y realizando masajes.

- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar- expirar) ya que esto ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.
- Realizar sesión de masajes teniendo en cuenta los momentos idóneos (después del baño), en una superficie confortable (colchoneta, toalla, cama, etc.), usar aceites naturales, sin aditivos y a la hora de aplicarlo procurar calentar el aceite frotándolo entre las manos para evitar que el contacto sea desagradable.

DESARROLLO DE LA TONICIDAD CORPORAL

Las actividades para el desarrollo del control tónico están enfocadas desde las posibilidades de movimiento, la relajación, los masajes, la respiración, la fuerza y la resistencia. Por lo cual es necesario que se conozcan y practiquen las siguientes actividades, las cuales varían durante su puesta en práctica, teniendo en cuenta los niveles de dificultad de la misma y el desarrollo del niño; se empieza por lo más sencillo, avanzando hacia lo más elaborado.

ACTIVIDAD 1: SIMÓN DICE

OBJETIVO: Experimentar, percibir y reconocer la adaptación del tono muscular a partir de consignas.

APRENDIZAJES: Control tónico, control postural, autonomía motora, disociación segmentaria, ubicación espacial.

MATERIALES: El propio cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Se ubican todos los integrantes en círculo o por todo el espacio sin que haya ningún contacto entre ellos y se designa un niño para que dirija las acciones.

DESARROLLO: El niño que dirige la acción dice "Simón dice... acostados en el suelo boca abajo" los otros niños deben seguir la instrucción. El niño que no la cumpla queda eliminado del juego. La idea es permanecer en el juego siguiendo las instrucciones, las cuales van variando de nivel de dificultad.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se puede realizar la actividad con los ojos vendados, agudizándose el sentido de la audición, la espacialidad y la autonomía.

Dentro de los comandos a trabajar se pueden utilizar instrucciones generales y específicas como las siguientes: durmiendo, despertando, bostezando, en puntas, en talones, tocando el techo, como gelatina, como robots, sentados, de rodillas, acostados en un banco con las piernas y brazos colgando, nadando, en cuadrupedia, reptando, rodando, saltando, sonriendo, bravo, contento, cansado, entre otras.

También se puede realizar la siguiente variante: cada uno de los niños se imagina que es una marioneta, y tendrá que imitar todo lo que hace el que dirige la actividad. Se ha de realizar movimientos que proporcionen al niño el máximo de sensaciones posibles, en diversas posiciones y se deberá ir incrementando el grado de dificultad de las actividades, permitiéndoles adoptar diferentes niveles de tensión muscular.

REGLAS: Es tarea de Simón intentar conseguir que cada uno de los niños del juego salga lo más rápido posible, y es trabajo de cada uno permanecer dentro del mismo tanto tiempo como sea posible. El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación a otros compañeros.

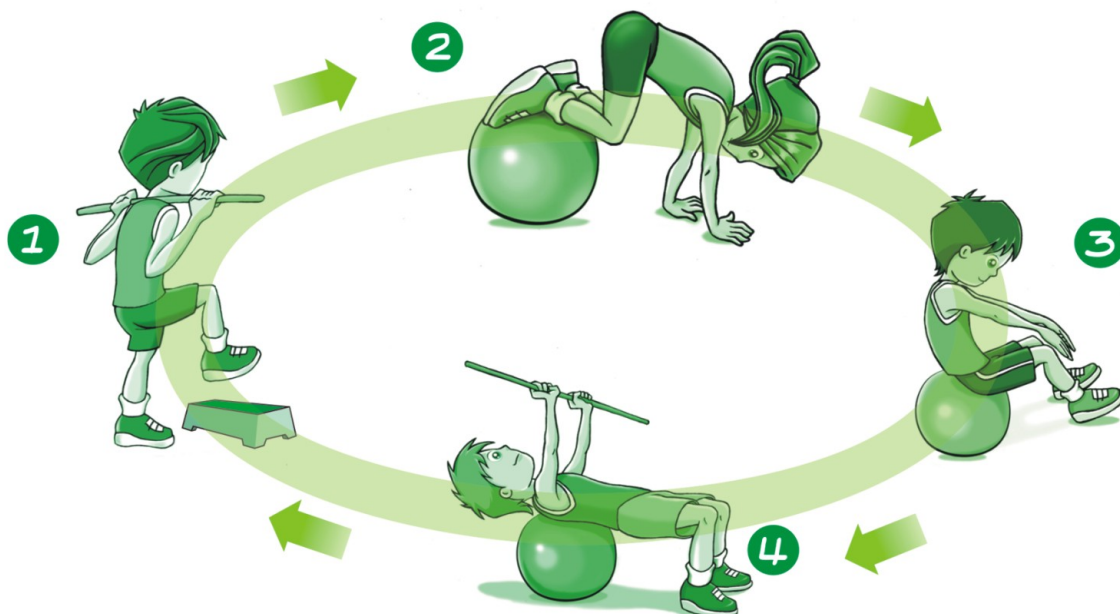
ACTIVIDAD 2: CIRCUITO DE FUERZA

OBJETIVO: Realizar un circuito de movimientos corporales relacionados con la fuerza, los cuales proporcionen al niño el máximo de sensaciones posibles y permite adoptar diferentes niveles de tensión muscular.

APRENDIZAJES: Control tónico, control postural, autonomía motora, disociación segmentaria, ubicación espacial, conocimiento científico.

MATERIALES: Pelotas, bastones, lazos, conos.

ORGANIZACIÓN: Se delimita un terreno con diferente número de estaciones según el número de integrantes, las cuales se pueden ubicar de modo circular, cuadrado o recto; esto se podrá hacer con ayuda de los conos y lazos. Luego, se conforman grupos que se ubicarán en cada una de las estaciones.



DESARROLLO: Esta actividad consiste en realizar determinadas actividades en un punto específico llamado estación por periodos de un (1) minuto, con descansos entre una estación y la otra de 30 segundos o sin descanso. Lea cuidadosamente las siguientes actividades que se proponen a continuación e intente elaborar el circuito para la clase; recuerde que este debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas, un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones (no mayor a un minuto).

Las actividades a desarrollar son:

Ejercicios de fuerza grupales

- Entre dos o más compañeros halar una cuerda o una pelota, la cual es abrazada por uno de los integrantes.
- Realizar un recorrido por parejas en posición de "CARRETILLA"
- Dos filas enfrentadas y con sus compañeros cogidos entre sí por la cintura; se delimita un línea entre las dos y cada una deberá halar hacia atrás hasta que logre llevar la otra fila hasta su campo de juego. Este ejercicio se puede hacer por parejas.
- Por parejas, golpear con la mano o puño una pelota que tiene un compañero entre alguna articulación: codo-codo, pie-pie, etc.
- Transportar diferentes elementos preferiblemente grandes y de variados pesos de un lugar a otro.
- Por parejas o grupos lanzar y recibir diferentes pelotas pesadas o balones medicinales; podrán estar de pie, de rodillas o sentados.
- Por parejas, preferiblemente de similar peso, levantar (a caballo) al compañero y transportarlo de un lugar a otro, puede ser corriendo, caminado, trotando, o en cuadrupedia etc.

Ejercicios de fuerza individuales

- Flexiones de codo: boca abajo con el cuerpo extendido, las manos cerca al pecho apoyadas en el piso o un banco (este elemento se podrá ubicar en los pies, variando los niveles de dificultad). Elevar el cuerpo con ayuda de los brazos. Hacer repeticiones de ascenso y descenso del cuerpo, solo con la flexión del codo.
- De pie o sentado con los brazos en extensión hacia los lados, ejecutar movimientos de rotación del hombro hacia adelante y hacia atrás. Puede incorporar peso a los brazos.
- De pie hacer una flexión de cadera y rodilla, simulando que se sienta en el aire con ángulo de 90°. Recuerde que las rodillas deberán estar en línea paralela a los pies y no pueden pasar la punta de los pies.
- Acuéstese boca arriba con las piernas en extensión o en flexión, las manos detrás del cuello y los codos apuntando hacia los lados. Elevar suavemente el tronco a unos 10°. Recuerde que se exhala cuando se eleva el tronco.
- Realizar un recorrido en posición de "CANGREJO"; boca arriba con apoyo de manos y apoyo de pies.
- Contraer una pelota con las diferentes articulaciones del cuerpo.
- Sentado con las piernas abiertas, sostenga con los pies una pelota o bastón el cual deberá permanecer en el aire.
- Ejecutar ejercicios de fuerza segmentaria como: succionar, masticar, emitir sonidos y hacer gestualizaciones.
- Saltos: hacia arriba con piernas abiertas y palmadas sobre la cabeza, llevando las piernas al pecho, o saltando obstáculos.
- En cuncillas, manos apoyadas al frente o al aire, se realizan saltos llevando pierna izquierda adelante y luego la derecha, saltos con ambas piernas y desplazamientos.
- Acostado boca abajo apoye las manos y extienda los brazos en el piso, el cuerpo permanece extendido. Podrá elevar una pierna y/o un brazo.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: En grupo pasar un circuito de ejercicios, donde gana el equipo que lo logre pasar en el menor tiempo posible. Además, se podrá ubicar una persona con cuaderno y lápiz en cada estación, quien tomará nota de las repeticiones y tiempos realizados por cada uno de los integrantes. Finalmente, las anteriores actividades las podrán realizar de manera aislada sin un circuito y como modo de exploración.

REGLAS: El tiempo y el espacio en las estaciones serán claros y deberán cumplirse. Además, es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

ACTIVIDAD 3: CIRCUITO DE DESTREZAS

OBJETIVO: Realizar un circuito de movimientos corporales relacionados con destrezas corporales, los cuales proporcionen al niño el máximo de sensaciones posibles y le permitan adoptar diferentes niveles de tensión muscular.

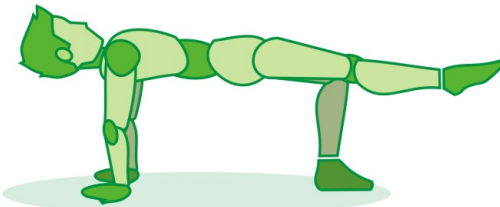
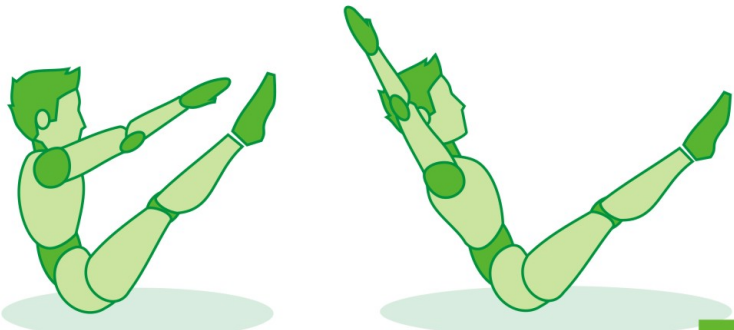
APRENDIZAJES: Control tónico, control postural, equilibrio, flexibilidad, autonomía motora, disociación segmentaria, ubicación espacial, conocimiento científico.

MATERIALES: Colchonetas (si las hay) o sino una superficie como las zonas verdes.

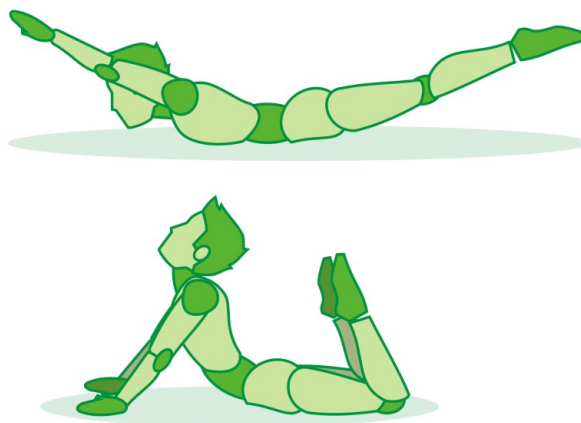
ORGANIZACIÓN: Se delimita un terreno con conos y lazos con diferente número de estaciones según el número de integrantes; se pueden ubicar de modo circular, cuadrado o recto. Luego, se conforman los grupos que se ubicarán en cada una de las estaciones.

DESARROLLO: Esta actividad consiste en realizar determinadas actividades en un punto específico llamado estación por periodos de un (1) minuto, con descansos entre una estación y la otra de 30 segundos o sin descanso. Lea cuidadosamente las siguientes actividades que se proponen a continuación e intente elaborar el circuito para la clase; recuerde que este debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas, un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones (no mayor a un minuto). Las actividades a desarrollar son:

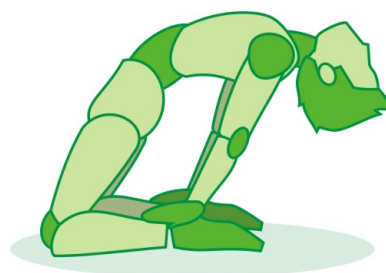
Ejercicios Individuales: mantener las siguientes posiciones:

EJERCICIO Y DESCRIPCIÓN	LUSTRACION
<p>CANGREJO con elevación de una pierna.</p>	
<p>CUNA DORSAL en apoyo de los glúteos y con las manos tocando las puntas de los pies o arriba.</p>	

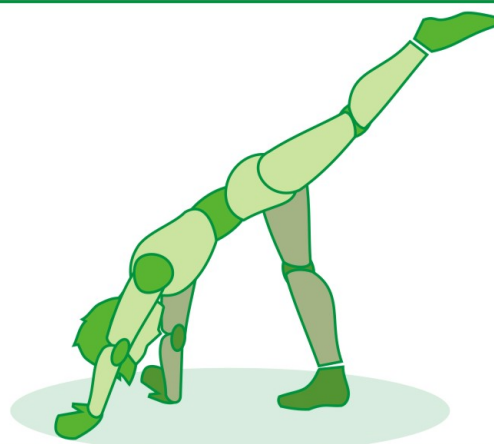
CUNA VENTRAL en apoyo del vientre con los brazos y piernas en extensión y elevación. Se podrán flexionar las rodillas e intentar tocar con la cabeza la planta de los pies..



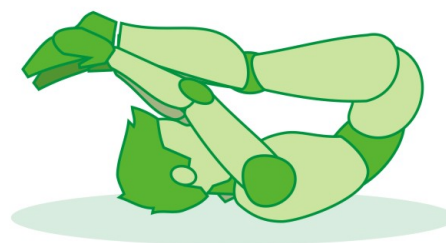
ARCO EN RODILLAS en apoyo de las rodillas, con la cadera apuntando hacia el frente se deberá tratar de coger con las manos los talones.



PLANCHA A UNA PIERNA en apoyo de las manos y un pie, se deberá mantener las piernas en extensión con la máxima amplitud de las mismas.



POSICION AGRUPADA en apoyo de la espalda con los brazos en extensión hacia arriba, intentar llevar la punta de los pies donde están las manos; estas los agarraran.



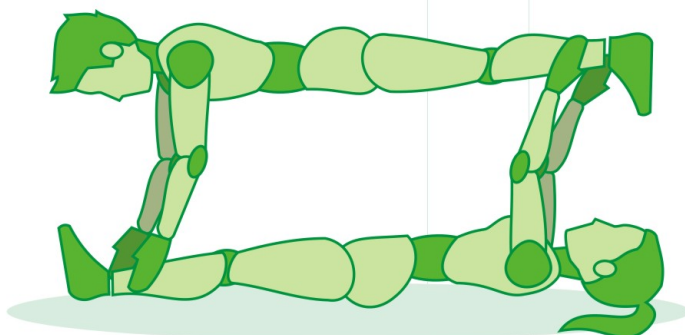
ARCO DESDE EL PISO con apoyo de espalda y pies, con manos cerca a los hombros se deberá elevar la cadera y extender los brazos. Podrá elevar una pierna y tener una persona que le ayude a soportar la cadera.



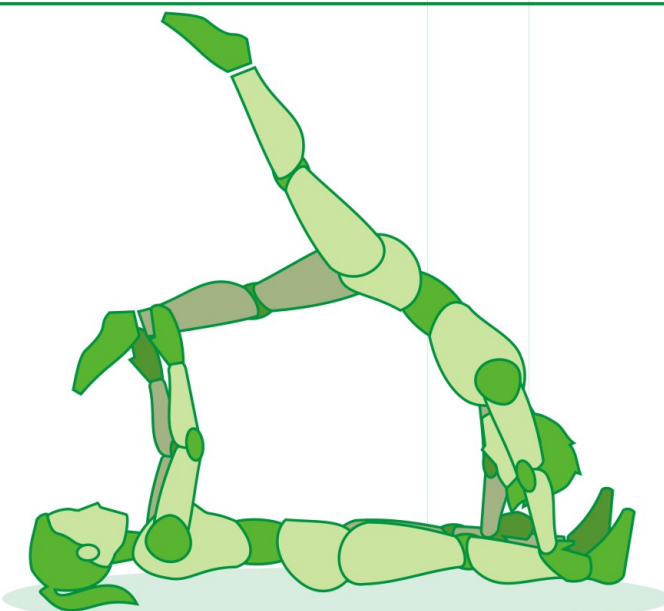
Ejercicios grupales: mantener las siguientes posiciones:

EJERCICIO Y DESCRIPCIÓN	LUSTRACION
<p>DOBLE ELE (L) con apoyo de un pie deberán mantener el equilibrio con las piernas en extensión y posición alineada.</p>	
<p>MÁXIMA EXTENSION A UN PIE, un compañero se ubica en posición de cuncilla, luego el otro apoya el talón y la pierna en extensión sobre el hombro del compañero, quien está en cuncilla comienza a ponerse de pie hasta extender y ampliar el rango de movimiento de la pierna del compañero. Deberán intentar cogerse de las manos y mantener la posición por un periodo de tiempo.</p>	

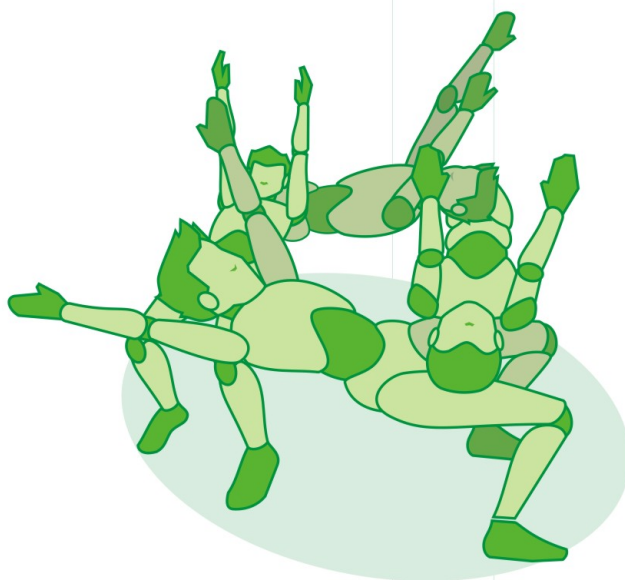
PLANCHA DOBLE, un compañero acostado boca arriba y con los brazos al frente en su máxima extensión. Luego el otro integrante se ubica al lado del compañero mirándole los pies, apoyándole las manos en los tobillos y apoyándole las piernas en las manos. Deberán mantener los brazos en extensión y la cadera elevada.



PLANCHA DOBLE A UN PIE. Un compañero acostado boca arriba y con los brazos al frente en su máxima extensión. Luego el otro integrante se ubica al lado del compañero mirándole los pies, las manos en los tobillos y apoyándole una pierna en las manos, la otra pierna se elevará en extensión o flexión con su máxima amplitud. Deberán mantener los brazos en extensión y la cadera elevada.



CUARTETOS CON MANOS ELEVADAS: cada cuatro integrantes se ubican en cuadrado, en posición cangrejo y con la cabeza apoyada en los muslos del compañero. Luego, cuando estén ubicados, deberán dejar de apoyar las manos en el piso, llevarlas al frente, mantener el apoyo en la cabeza y los pies, y la cadera debe estar elevada. Intentarán no caerse.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se podrá hacer un circuito de ejercicios donde cada grupo lo realice en su totalidad; gana el equipo que logre pasar el circuito en el menor tiempo posible y cumpliendo con las especificidades del ejercicio. Además, se podrá ubicar una persona con cuaderno y lápiz en cada estación quien tomará nota de las repeticiones realizadas durante el tiempo determinado; gana el equipo o integrante con el mejor tiempo.

Finalmente, las anteriores actividades se podrán realizar de manera aislada sin un circuito y como modo de exploración.

REGLAS: El tiempo y el espacio en las estaciones son claros y deberán cumplirse. Además, es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

ACTIVIDAD 4: SESIÓN DE RELAJACIÓN

" Los ejercicios de relajación van acompañados de una adecuada respiración y postura"

"Los estiramientos y la movilidad articular son ideales para relajarnos"

"No olvidemos que uno de los elementos base en la relajación, es un adecuado y completo estado de sueño".

(Carolina Rojas, 2010)

OBJETIVO: Experimentar la tensión y distensión voluntaria del propio cuerpo.

APRENDIZAJES: Control tónico, respiratorio, y postural.

MATERIALES: Música relajante o suave, grabadora y el propio cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Todos los integrantes distribuidos por el espacio sin ningún contacto con otro compañero.



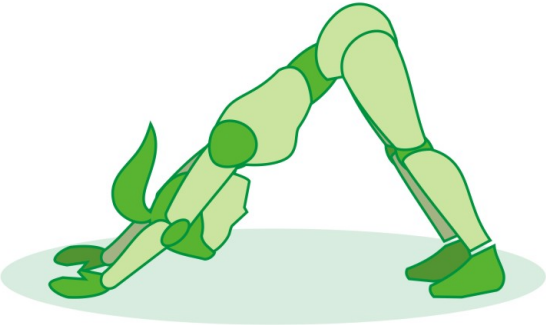


DESARROLLO: Cada uno de los niños busca una postura que le resulte cómoda, luego el docente narra una historia relajante y los niños deberán imaginársela y representarla con los ojos cerrados: gotas de lluvia que caen poco a poco, una cascada, peces, koalas, la brisa en el mar, las olas del mar, como un globo, bloque de hielo que se derrite, etc.

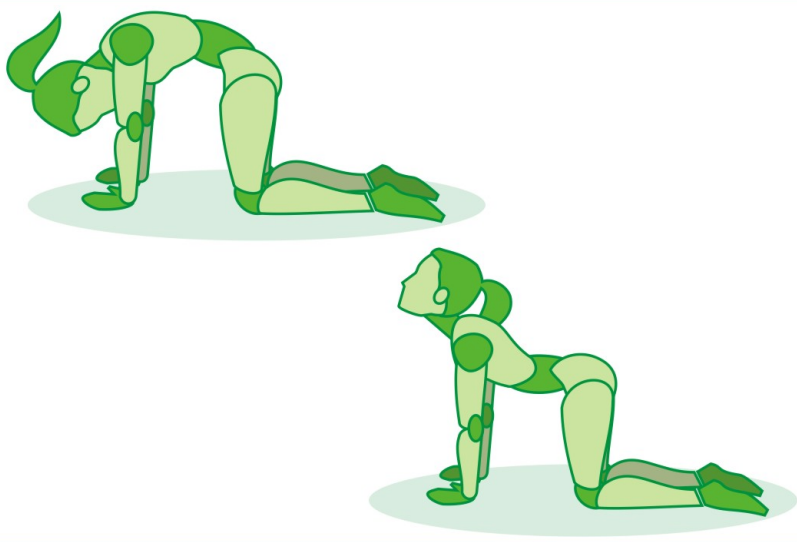


ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se ubica los niños boca arriba y se les pide que cierren los ojos, ellos deberán seguir las instrucciones de contracción y relajación global y segmentaria, y las consignas de respiración nasal-oral o inspirar-expirar. De igual forma, se podrá utilizar música suave para que los niños con los ojos cerrados se muevan al ritmo de la música o a la vez que se narra la historia.

Por otro lado, podrán ponerse en práctica las diferentes posturas de relajación acompañadas de la respiración, como las siguientes:

POSICIÓN	LUSTRACION
DE LOTTO	
PIEDRA, podrá ubicar los brazos al frente.	
MONTAÑA, no se deberá levantar los talones del piso y la columna deberá permanecer recta.	

GATO



Finalmente, no olvide realizar los ejercicios de movilidad articular en diferentes posiciones y de todas las partes del cuerpo (Revisar unidad 1: esquema corporal).

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio y autónomo, no debe ser por imitación. Además, se debe contar con tiempo para su desarrollo y un ambiente tranquilo con poca luz y sin ruido preferiblemente.

ACTIVIDAD 5: SESIÓN DE MASAJES

"Los masajes segmentarios y globales son ideales para la relajación corporal"
(Carolina Rojas, 2010)

OBJETIVO: Favorecer los estados de relajación, mejorando la conciencia corporal.

APRENDIZAJES: Control tónico, respiratorio y postural, relajación, conocimiento científico.

MATERIALES: Colchonetas (si las hay), aceite corporal u otro componente para realizar masajes.

ORGANIZACIÓN: Primero se hace el ejercicio de modo individual, luego por parejas.

DESARROLLO: Aplicar diferentes maniobras de masaje corporal como: deslizamientos, fricciones, vibraciones, amasamientos, estiramientos, compresiones o movimientos articulares dentro de la amplitud de movimiento fisiológico normal de las personas, mediante actividades táctiles desarrolladas con las manos, codos, antebrazos, entre otros.

Las diferentes maniobras que se emplee en el masaje, se efectuará en lo posible siguiendo la dirección de los tejidos, las fibras musculares y la circulación venosa hacia el corazón, es decir hacia arriba. Además, es necesario tener en cuenta que el masaje va determinado por la presión, arrastre, velocidad, dirección y ritmo del movimiento.

Recuerde que durante esta práctica se debe mantener una adecuada respiración, ya que todo el organismo se oxigena con mayor amplitud y se ejerce una cierta presión sobre los vasos sanguíneos y linfáticos; es decir, se mueve en dirección al corazón y se acelera la eliminación de los productos de desecho. Además, es necesario utilizar materiales que no lesionen la piel y permitan un adecuado deslizamiento de las manos.

Respecto a la secuencia del masaje se recomienda:

- Iniciar por los pies y las piernas: se acaricia con suavidad las plantas de los pies y después se va subiendo por el tobillo, la pantorrilla y el muslo hasta llegar a la cadera.
- Los glúteos; se suelen masajear con la palma de la mano hueca y realizando movimientos circulares.
- La espalda; las manos se mueven hacia abajo en la misma dirección que actúan los músculos de la espalda a la hora de levantar el tronco. Hay que masajear por los lados sin tocar la columna vertebral.
- El vientre; la dirección del movimiento debe ser en el sentido de las agujas del reloj.
- El pecho; el masaje debe realizarse de adentro hacia afuera, siguiendo la expansión de la caja torácica durante la inspiración
- Los brazos, se coge la mano del niño y con la otra mano se sacude ligeramente la musculatura del brazo hasta aflojarla, hacer lo mismo con el antebrazo, la muñeca y la mano. Finalmente, estirar suavemente cada dedo desde la raíz hasta la punta.

A continuación, encontrará algunas pautas para ejecutar un masaje.

MANIOBRA	DESCRIPCIÓN
Posición de descanso o reposo	Posición adecuada que permita la relajación total del cuerpo y que posibilite procesar toda la información sensorial recibida durante el masaje.
Roces o deslizamientos ligeros (Efiurage)	<ul style="list-style-type: none"> • Son las aplicaciones más superficiales. • La característica que distingue a esta técnica es que se aplica siguiendo la dirección de las fibras musculares. • Los movimientos ligeros se aplican con las yemas de los dedos o las palmas de las manos.
Roces o deslizamientos profundos	<ul style="list-style-type: none"> • Son aquellos movimientos algo más profundo que los anteriores. • Los deslizamientos son lentos, tienen más acción calmante, mientras que los deslizamientos superficiales rápidos son estimulantes.
Amasamiento (Predisach)	<ul style="list-style-type: none"> • Esta maniobra usa una serie de movimientos para elevar, rodar y estrujar el tejido blando. • Los amasamientos deben ser rítmicos para que sean correctos. • La velocidad de la manipulación es limitada, si el tejido se eleva con rapidez o se estruja demasiado, se sentirá incómodo. • Esta maniobra excita y refuerza la actividad muscular y acelera la circulación sanguínea.

Fricciones

- Consisten en aplicar pequeños movimientos profundos sobre un área determinada.
- La piel se mueve con los dedos, ocasionalmente se producen quemaduras por fricción si no se deja que los dedos se deslicen suavemente por la piel con un producto adecuado.
- El movimiento de las fricciones suele ser transversal a la dirección de las fibras musculares y su aplicación será de treinta segundos a cinco minutos.
- El principal objetivo de esta maniobra es movilizar el tejido blando por lo que el área a trabajar debe estar en una posición de laxitud.

Golpeteo o percusión (Tapotement)

- Requiere que las manos o partes de las mismas administren golpes ligeros a un ritmo rápido sobre el cuerpo.
- Las percusiones se dividen en dos grupos: ligeros y fuertes. La diferencia entre ambos se basa en que si la fuerza penetra solo en el tejido superficial o más profundamente en los músculos, tendones, etc.
- Las percusiones fuertes no deben aplicarse sobre el área de los riñones o donde se sienta dolor.
- Los métodos de percusión se clasifican en:

a. Palmeo cubital o tajos (hacking): se aplican con las dos muñecas relajadas, los dedos de las manos extendidos, son solo los meñiques; es decir el lado cubital de la mano los que golpean la superficie en los palmeos. Los otros dedos golpean unos con otros, con un toque elástico. El palmeo cubital se aplica con toda la mano sobre áreas de tejidos blandos mayores (parte superior de la espalda y los hombros)

b. Palmeteo cerrado (cupping): dedos y pulgares se arquean formando como un cuenco con la mano hacia abajo y se realiza la misma acción que el palmeo cubital.

c. Golpeteo (beating): Estos movimientos se aplican con los puños sin estar cerrados del todo y los nudillos hacia abajo o verticalmente con el lado cubital de la palma. El golpeteo se practica sobre músculos grandes en piernas, glúteos y muslos.

d. Palmeo abierto (slapping): Es la palma de la mano, mano extendida, la que hace contacto con el cuerpo. Es un buen método para emplearlo en la planta de los pies. El contacto amplio de toda la mano dispersa la fuerza hacia los lados en lugar de hacia abajo y sus efectos permanecen en el tejido superficial.

Vibración:

- Las vibraciones manuales se emplean con éxito para tonificar los músculos mediante la aplicación de la técnica durante treinta a sesenta segundos aproximadamente.
- Para comenzar con las vibraciones se coloca una mano sobre la zona a efectuar la técnica aplicando una ligera presión.
- Se comienza a mover la mano adelante y atrás activando los músculos, se aumenta gradualmente la velocidad del movimiento de adelante a atrás, asegúrate que la parte superior del brazo permanezca relajada.
- Se comienza a reducir el movimiento hasta que la mano deja de moverse sobre la zona, pero sigue temblando con intensidad.
- Esta maniobra debe utilizarse durante cortos periodos de tiempo.
- Las vibraciones se pueden realizar con: el talón de la mano, con toda la mano o con los dedos según las zonas a tratar.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: La sesión de masajes se podrá combinar con aprendizajes como: movilidad articular, respiración, estiramientos, sistema muscular, entre otros.

REGLAS: El aprendizaje debe ser motivante. Además, se debe contar con tiempo para su desarrollo y un ambiente tranquilo con poca luz y sin ruido preferiblemente.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SIEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Realiza con facilidad diferentes ejercicios de contracción y relajación muscular.			
Diferencia los diferentes niveles de tensión muscular que tiene el cuerpo el su globalidad y especificidad.			
Practica destrezas de control tónico a modo individual y en compañía.			
Conoce y aplica las diferentes formas de respiración.			
Ejecuta actividades de relajación corporal acompañados de una adecuada alineación postural y respiración.			

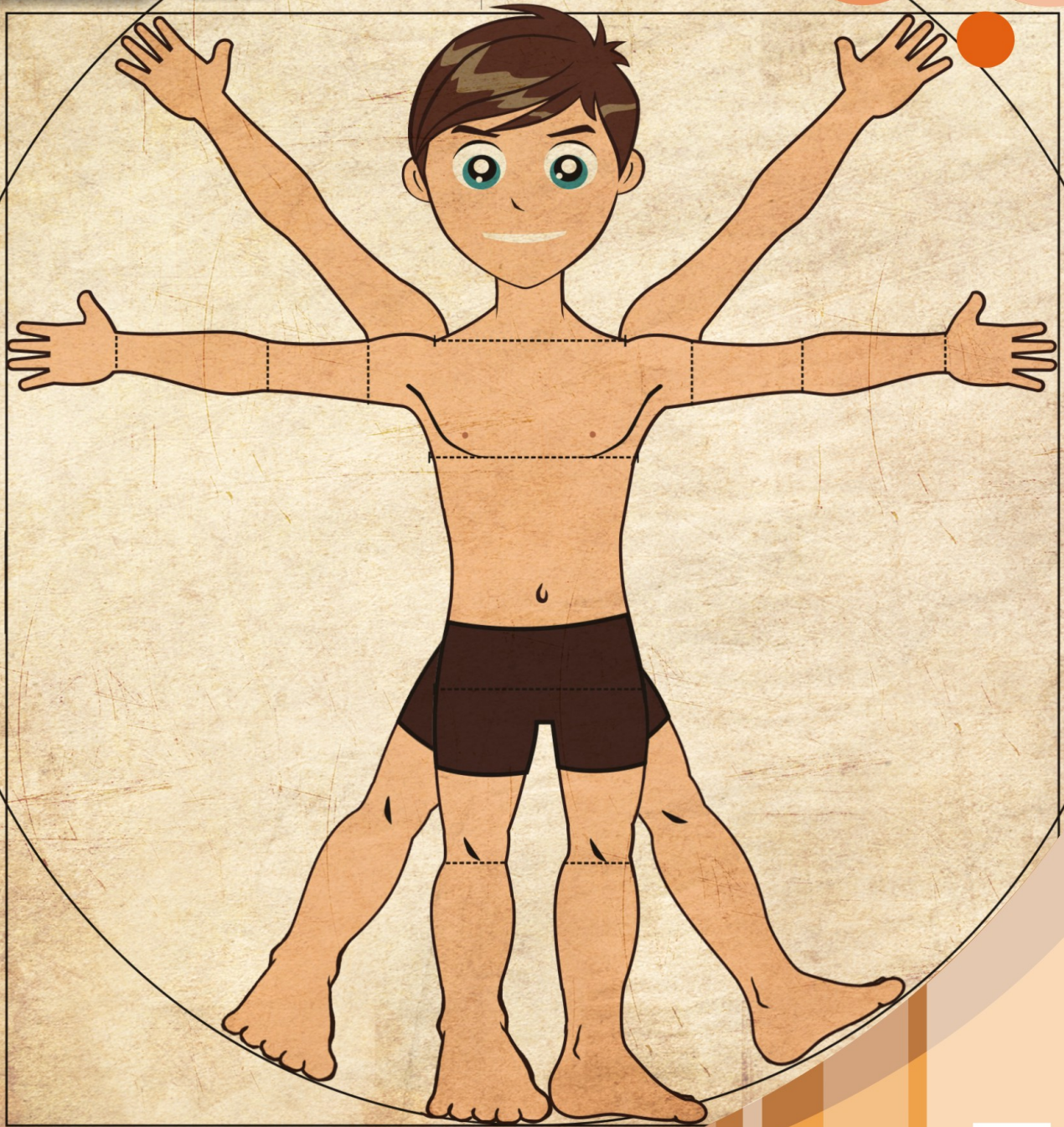
Realiza masajes segmentarios y globales en su propio cuerpo y en el de un compañero.			
Habilidad para relajar voluntariamente la musculatura cuando se está realizando un acto motor.			
Estima la fuerza que debe aplicar para mover objetos de diferente peso y tamaño.			
Percibe hasta donde puede realizar esfuerzos físicos sin sobrepasar las posibilidades personales.			
Muestra control en los movimientos y desplazamientos al cambiar direcciones, posiciones y velocidades.			
Disfruta de las actividades de control tónico.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Propone alternativas de movimiento de modo creativo.			
Participa en las diversas actividades de control tónico corporal que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			





Unidad

3



UNIDAD 3: LA POSTURA CORPORAL

¿QUÉ ES?

"la postura es la posición que se sitúa el cuerpo en el espacio para poder llevar a cabo el aprendizaje"
(Ajuriaguerra)

La postura se refiere a la capacidad de adaptar, alinear, controlar y/o adecuar las partes del cuerpo a diversas actividades y su control se refiere al hecho de ser capaz de mantenerla durante un periodo de tiempo.

Está íntimamente relacionada con el tono muscular, con la manera de ser de cada ser humano, con la maduración, con la calidad del aprendizaje y las relaciones interpersonales. Recuerde, que el hecho de mantener por más tiempo una misma postura, permitirá un aumento de la atención y concentración a la hora de hacer actividades.

FASES DE EVOLUCIÓN

Las fases por las que ha de pasar un niño para poder controlar su movimiento dependen del desarrollo del niño: su evolución, su crecimiento y, su maduración, esta última regida por dos leyes:

- Ley céfalo-caudal: el desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies
- Ley próximo-distal: el desarrollo se da desde el eje central del cuerpo hacia afuera.

Paralelamente, influenciada por la evolución sensorio-motriz y la relación con los otros.

ALTERACIONES POSTURALES

Existe un sin número de alteraciones posturales derivadas de las inadecuadas alineaciones corporales adquiridas en el transcurso de la vida o por alteraciones congénitas, las cuales se detectan mediante un examen de valores para ver hasta dónde alcanza la patología, entre ellas se pueden encontrar las siguientes:

SEGMENTO CORPORAL	ALTERACIÓN	CARACTERÍSTICAS
LOS PIES	Pies planos	No existe bóveda plantar. En los bebés recién nacidos y niños que están comenzando a caminar, el arco no está desarrollado y el pie plano es normal.
	Pies cabos	La bóveda plantar está muy remarcada, muy pronunciada.
	Pies talos	Deformidad del pie en la que se produce una flexión de tal modo que al apoyar el pie en el suelo, éste entra en contacto con el suelo únicamente con el talón, permaneciendo levantado el antepié.
	Pies vados	Los talones están tirados por dentro, y por eso el apoyo va por fuera.
	Pies zambos	Pie equino, supinado, aductus o escabutus. El pie se curva hacia adentro y hacia abajo, apoyándose en la totalidad de la parte externa del mismo.

SEGMENTO CORPORAL	CARACTERÍSTICAS
LAS RODILLAS	<p>En el plano sagital o anteroposterior:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El genu-varo: las piernas arqueadas, donde las rodillas divergen y los tobillos convergen. Se trata de una curva de los miembros inferiores a convexidad externa y se encuentra su punto más extremo a nivel de las rodillas. Es importante saber que el niño, desde su nacimiento y hasta los 24 o 30 meses aproximadamente presenta un genu varo que debe ser considerado como fisiológico. • El genu- valgo: las rodillas convergen en forma de X y los tobillos divergen. Se distinguen dos tipos de Genu valgo: uno articular que responde a un hecho fisiológico (entre los 3 y los 7 años) y otro esquelético, secundario a diferentes causas.
	<p>En el plano lateral:</p> <p>Se da el genu recurvatum, derivada de la hiperextensión de las rodillas hacia atrás.</p>
LA PELVIS	<p>En el plano lateral:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La ante versión: la pelvis va hacia atrás, es una hiperlordosis de la pelvis (ante versión pélvica). • La retroversión: la pelvis va hacia delante (retroversión pélvica).
	<p>En el plano sagital:</p> <p>Se da una asimetría de espinas ilíacas.</p>
LA COLUMNA	<p>En el plano frontal:</p> <p>Son curvaturas fisiológicas normales, pero cuando pasan su amplitud se convierten en patologías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La cifosis dorsal y sacra (giba), que es una exageración de la curvatura dorsal y sacra de convexidad posterior, que se da en ancianos, en embarazadas, y en las que practican gimnasia rítmica. • La lordosis cervical y lumbar, una acentuación de dichas curvaturas de convexidad anterior.
	<p>En el plano sagital:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La escoliosis, la columna vertebral de una persona se curva de lado a lado como una "S" o una "C" más que una línea recta como es normalmente. Se da por trastornos de crecimiento, asimetría de caderas, lesiones vertebrales, factores hereditarios y congénitos y por problemas posturales.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar el control postural necesario:

- Respetar los estados de desarrollo del niño.
- Combinar los ratos libres con los de exigencia.
- No olvidar hacer un calentamiento previo donde se incremente la temperatura corporal (correr, trotar, saltar, etc.), realizar movilidad articular (ver unidad 1: esquema corporal, articulaciones) y ejecutar estiramientos propios de la actividad central.
- Crear diversas situaciones que proporcionen al niño el máximo de sensaciones del propio cuerpo en diferentes posiciones (de pie, sentados o sedente, acostados, de rodillas, etc.), en actitud estática y dinámica (gatear, reptar, trepar, deslizarse, rodar entre otras), de manera que la adecuación postural sea más precisa sin tener que hacer movimientos forzados a la hora de adaptarla a diferentes situaciones.
- Retomar los ejercicios de relajación global (todo el cuerpo) y segmentaria (algunas partes del cuerpo), ya que ayudan a los niños a tomar conciencia de las propias sensaciones y mejora la capacidad de atención y concentración.
- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar o expirar) ya que ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.

DESARROLLO DE LA POSTURA CORPORAL

Las actividades para el desarrollo del control postural tienen como punto de partida la exploración, la experimentación y la observación del propio cuerpo, donde el niño tome conciencia de la representación de su postura; ejercicios que tengan como objetivo analizar la situación en el espacio de las diferentes partes del cuerpo. Por lo cual es necesario que conozca y practique las siguientes actividades, las cuales varían durante su puesta en práctica, teniendo en cuenta los niveles de dificultad y desarrollo del niño; se empieza por lo más sencillo, avanzando hacia lo más elaborado.

ACTIVIDAD 1: LAS ESTATUAS

OBJETIVO: Crear diversas situaciones que proporcionen al niño el máximo de sensaciones del propio cuerpo en diferentes posiciones.

APRENDIZAJES: Control postural, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, disociación segmentaria.

MATERIALES: Obstáculos como: aros, mesas, sillas, barras de equilibrio, bancos suecos, etc.

ORGANIZACIÓN: Se delimita un espacio y se ubican diversos obstáculos, luego los integrantes se distribuyen libremente por toda el área.

DESARROLLO: Los integrantes deberán moverse espontáneamente o por imitación por todo el espacio pasando los obstáculos, a la consigna "estatua" adoptarán diferentes posturas de acuerdo a su imaginación: acostados, sentados o de pie.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: La actividad se podrá realizar de modo libre u orientado, esta última se caracteriza por que un líder del juego da las instrucciones del cómo se deberán desplazar, cuál postura adoptar los otros integrantes, y podrá corregir las posturas adoptadas por los compañeros.



También se puede desarrollar esta actividad con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: Los integrantes deberán ser creativos, utilizando los niveles espaciales bajo (acostado), medio (flexión de piernas) y alto (saltos o en puntitas). Además, al estar en estado "estatua" no se puede hablar ni moverse, se obligarán a dar la sensación de estar frente a una verdadera estatua.



ACTIVIDAD 2: EL REY...

OBJETIVO: Reproducir con el cuerpo posturas sencillas y complejas.

APRENDIZAJES: Control postural, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, disociación segmentaria.

MATERIALES: El propio cuerpo y colchonetas (si no las hay, hacerlo en una superficie que no implique mucho riesgo).

ORGANIZACIÓN: Todos los integrantes se ubican en un círculo, en filas o libremente por el espacio.

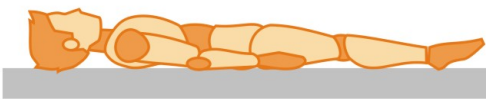
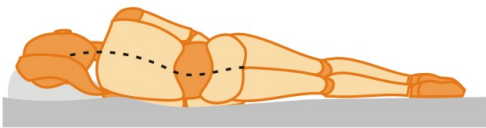
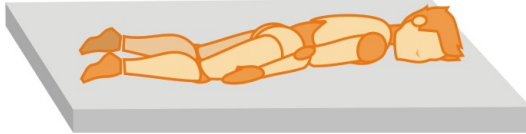
DESARROLLO: Se selecciona a un jugador quien tendrá la función de "Rey", se le podrá poner una corona para identificarlo. Este será el primero que adopte diferentes posiciones corporales, y el resto de los jugadores lo van imitando hasta que el Rey cambie de posición. Luego la función de Rey se va rotando por los demás miembros del equipo.

Dentro de las posiciones a realizar se podrán hacer de pie (piernas abiertas y cerradas, en puntitas, brazos abiertos-cerrados-arriba-abajo y equilibrio), sentados (piernas abiertas-cerradas, extendidas- flexionadas y cuclillas) y acostados (boca arriba, boca abajo, con piernas y brazos abiertos-cerrados), las cuales no se podrán interpretar, variar y ejecutar.

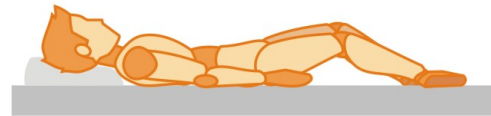
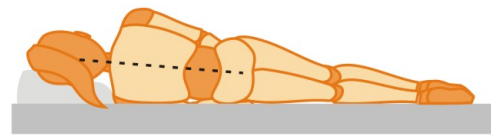
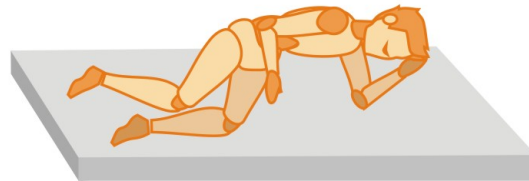
DESARROLLO: Corregir posturas inadecuadas normalmente realizadas: de pie, sentados en el piso o la silla, acostados, de rodillas, agachados, etc.

ACOSTADOS

NO

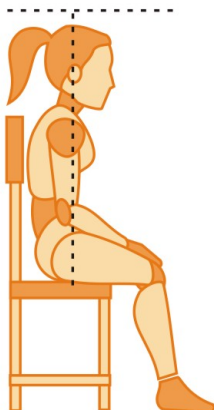


SI

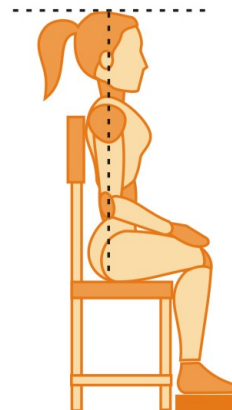


SENTADOS

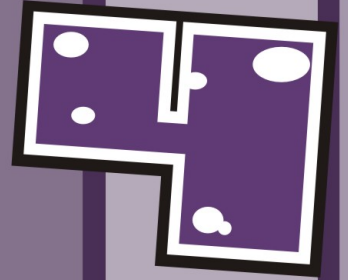
NO



SI



Unidad





ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Imitar las posturas realizadas con los ojos cerrados ya sea a partir de consignas orales, por observación de una postura la cual se deberá imitar o por exploración táctil de un modelo.

Además, realizar las actividades en un espejo y con ayuda de un compañero (de frente o uno detrás del otro).

Por último, posibilitar que cada uno de los integrantes o en grupo le ponga un nombre a cada posición, como forma de asociación y aprendizaje.

REGLAS: Mantener las posturas por largos periodos de tiempo, ser creativos y poseer memoria motriz.

ACTIVIDAD 3: SILUETAS

OBJETIVO: Observar, interpretar y representar las posiciones realizadas por sí mismo y por los compañeros.

APRENDIZAJES: Control postural, espacialidad, autonomía motora, disociación segmentaria, motricidad fina.

MATERIALES: Tiza o marcador y piso, pared o papel periódico.

ORGANIZACIÓN: Se ubican todos los integrantes por parejas de similar tamaño cerca al piso, a una pared o al papel según condiciones.

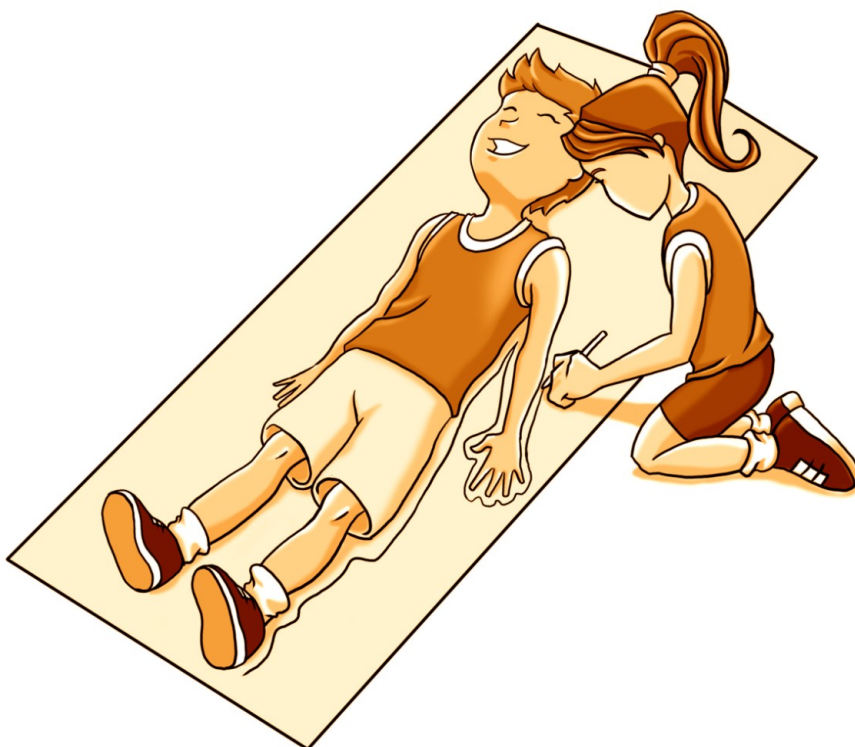
DESARROLLO: Uno de los dos integrantes adopta una posición acostado en el suelo, o de pie en la pared y el otro lo delinea con una tiza o marcador. Una vez marcada la silueta, quien ha delineado se mete dentro de ella y deberá imitarla en su totalidad, el otro compañero le colabora para que quede exacta la postura. Luego, se cambian los roles.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: La actividad se podrá realizar por grupos y con los ojos vendados.

Además, si se hizo la silueta en papel, se podrá rellenar con diferentes materiales como papel, tela, pintura, colores, escarcha, etc. personificándola según el protagonista o un personaje diferente que le guste al niño. Después de rellenarla y decorarla se puede exponer a los compañeros y ellos deberán adivinar quién es el personaje.

Finalmente, se puede hacer siluetas de diferentes partes del cuerpo: manos, pies, brazos, piernas, etc.

REGLAS: Quien esté realizando la postura deberá ser muy creativo y permanecer inmóvil.



ACTIVIDAD 4: POSTURAS CORRECTAS

OBJETIVO: Mantener correctamente posturas cotidianas durante breves periodos de tiempo, dependiendo de la madurez, el interés del niño y la dificultad de la actividad.

APRENDIZAJES: Control postural, espacialidad, autonomía motora, disociación segmentaria.

MATERIALES: El propio cuerpo, sillas y colchonetas.

ORGANIZACIÓN: Todos los integrantes se ubican en un círculo, en filas o libremente por el espacio.

UNIDAD 4. EL EQUILIBRIO CORPORAL

¿QUÉ ES?

El equilibrio está íntimamente relacionado con el control de la postura y el tono muscular; y se constituye en una condición necesaria para la estructuración y la orientación en el espacio. Según García Núñez, "el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre eje corporal y eje de gravedad". Dicho de forma más sencilla, el equilibrio es la capacidad de mantener el cuerpo en la postura que se desee, sirviéndose de la fuerza de gravedad o resistiéndose a ella.

De ese modo, se encuentran dos tipos de equilibrio, el equilibrio estático, aquel que se refiere al mantener quieto el cuerpo en un punto establecido o superficie, y el equilibrio dinámico, aquel que implica movimiento, es decir un desplazamiento en el espacio.

FASES DE EVOLUCIÓN

Las fases por las que ha de pasar un niño para poder controlar su movimiento dependen del desarrollo del niño: su evolución, su crecimiento y, su maduración, esta última regida por dos leyes:

- Ley céfalo-caudal: el desarrollo se extiende a través del cuerpo desde la cabeza a los pies
- Ley próximo-distal: el desarrollo se da desde el eje central del cuerpo hacia afuera.

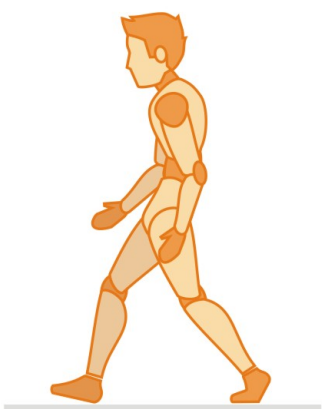
Paralelamente, se ve afectado por la evolución sensorio-motriz y la relación con los otros que tenga el niño.

El equilibrio corporal se construye y desarrolla con base en las informaciones viso-espaciales y vestibulares (relacionada con el oído interno y posición de la cabeza) y en la medida que el niño va creciendo y va adquiriendo experiencias a través de sentarse, gatear, marchar, trepar, etc., se aprende a controlar la postura y dominar las posibilidades motrices del cuerpo.

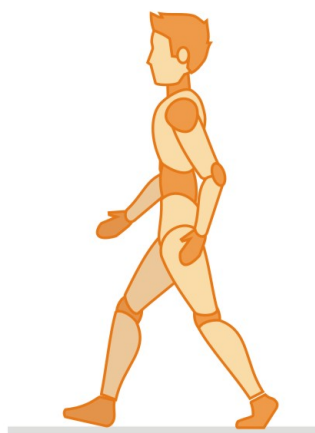
FASES	CARACTERÍSTICAS
De 0 a 1 años aproximadamente.	<ul style="list-style-type: none">• Control de la cabeza• Posición sentada• Arrastre• Gateo
De 1 a 2 años	<ul style="list-style-type: none">• Posición de pie• Marcha• Desplazarse sobre líneas rectas• Desplazarse transportando una bolsita sobre la cabeza
De 2 a 3 años	<ul style="list-style-type: none">• Desplazarse sobre líneas, sogas, cintas colocadas en el suelo.• Desplazarse sobre un tablón colocado a 20 o 30 cm de altura.• Desplazarse sobre bloques, neumáticos, etc.

CAMINANDO

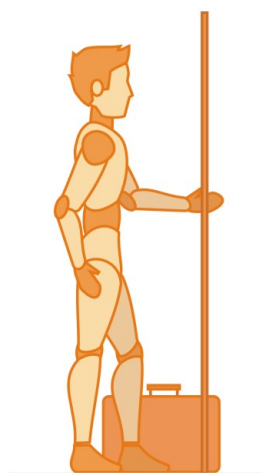
NO



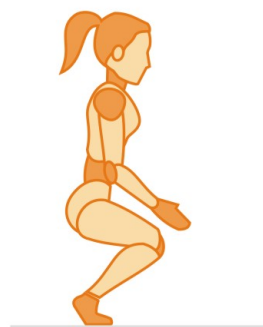
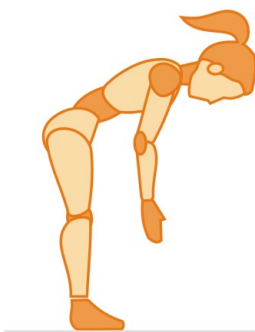
SI



BIPEDESTACIÓN ESTÁTICA Y PROLONGADA



INCLINARSE

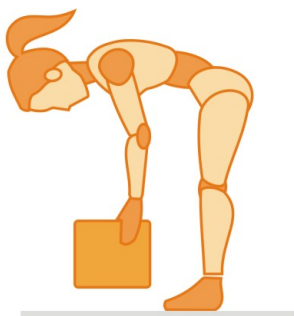


RECOGER

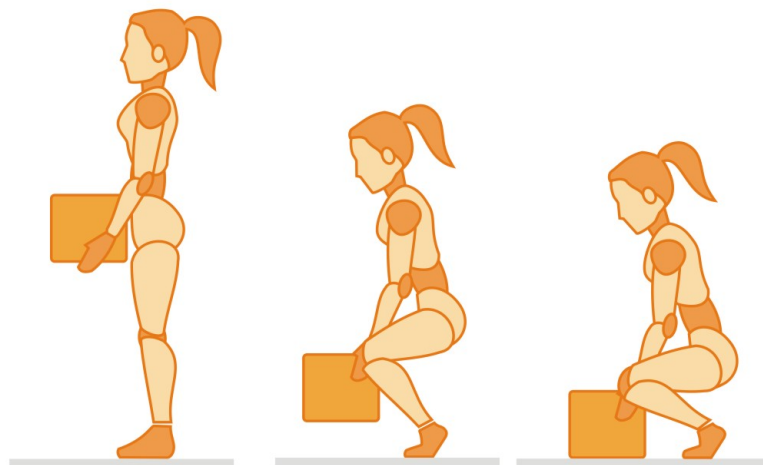


LEVANTAR OBJETOS DEL SUELO

NO

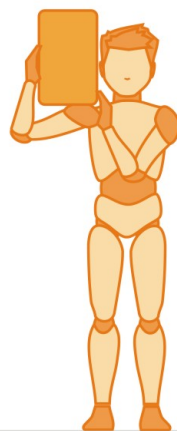
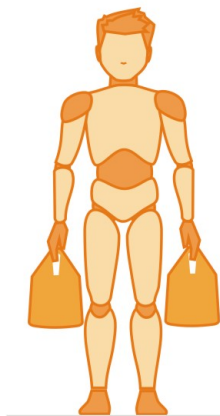
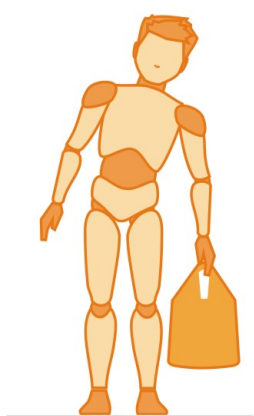


SI



TRASLADAR OBJETOS

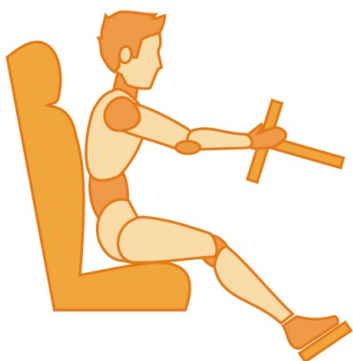
NO



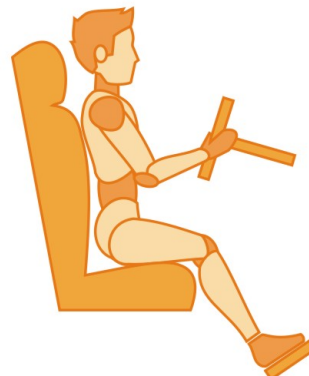
SI

CONDUCIR

NO



SI



De 3 a 4 años	<ul style="list-style-type: none"> • Desplazarse de frente sobre líneas curvas y en zigzag • Desplazarse en diferentes direcciones sobre líneas. • Transportar objetos en equilibrio (bolsitas, bastones, aros, etc) • Desplazarse sobre aparatos con ayuda de un compañero.
De 4 a 5 años	<ul style="list-style-type: none"> • Saltos • Prensión • Desplazarse en diferentes direcciones sobre aparatos a diferentes alturas que varían progresivamente.
De 5 a 6 años	<ul style="list-style-type: none"> • Desplazarse sobre objetos en equilibrio inestable • Mantener objetos en equilibrio con partes del cuerpo
De 6 a 7 años	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor control corporal • Diferenciación segmentaria • Adecuada aplicación de fuerzas • Definición de la dominancia lateral
De 8 a 12 años	<ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas nociones espaciales con el objeto, con el sujeto y consigo mismo. • Movimientos precisos y coordinados • Mayores cambios corporales con relación al sistema óseo y muscular, los cuales incrementan la fuerza del niño para practicar deportes a un nivel avanzado y específico.

TRASTORNOS

Los niños con dificultades de equilibrio suelen ser tímidos y dependientes, quizás porque son sobreprotegidos o han tenido fracasos o malas experiencias motrices.

Hay que tener siempre presente que estas actitudes, incluso caracterizadas, constituyen siempre un conjunto complejo de sinergias neuromusculares en relación con la morfología, el temperamento, los factores biológicos, del medio y relacionales.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar el equilibrio es necesario:

- Respetar los estados de desarrollo del niño, especialmente lo relacionado al conocimiento de las experiencias previas que el niño ha tenido con relación al tema y sus ritmos de trabajo.
- Tener en cuenta la progresión en la dificultad de las actividades, de lo más sencillo a lo más elaborado.
- Crear diversas situaciones que proporcionen al niño el máximo de sensaciones del propio cuerpo en diferentes posiciones (de pie, sentados o sedente, acostados, de rodillas, etc.), en actitud dinámica (gatear, reptar, trepar, deslizar, rodar entre otras) con diferentes alturas y bases de sustentación.
- Pensar que el equilibrio se constituye como fundamento inicial para obtener una buena coordinación de los movimientos y fomenta la capacidad de iniciativa, confianza y autonomía.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Realizar las posturas con los ojos cerrados y con ayuda de un compañero quien se encargara de corregir la posición.

REGLAS: Mantener una adecuada posición por breves periodos de tiempo.

ACTIVIDAD 5: RECORDANDO MIS POSTURAS

OBJETIVO: Recordar y representar posturas vividas o vistas con contenido simbólico.

APRENDIZAJES: Control postural, espacialidad, autonomía motora, memoria motriz.

MATERIALES: Disfraces y los elementos necesarios por cada estudiante

ORGANIZACIÓN: Inicialmente se ubican todos los integrantes en un círculo, luego por grupos de trabajo.

DESARROLLO: Cada uno de los integrantes voluntariamente pasa al centro y realiza una posición vivida o vista con anterioridad; los compañeros deberán adivinar qué desea expresar el compañero.

Luego, se reúnen por grupos de trabajo y escriben una obra de teatro (de animales, de personajes, de profesiones, etc.) o de danza (circo, revista gimnastica, danzas folclóricas, danzas modernas, etc.), donde se pongan en práctica diversas posiciones con contenido simbólico y posturas que impliquen adaptar el movimiento a las posturas de los otros.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Representar una postura vivenciada anteriormente con diferentes materiales: plastilina, barro, papel, etc.

A la hora de hacer una postura dentro del círculo se podrán hacer movimientos que expresen ideas, sentimientos, emociones, etc. Además el participante podrá tener los ojos vendados para mayor autonomía.

Finalmente, para el desarrollo de la obra de danza o teatro se podrá crear un ambiente con cintas de colores, con papel, con música, etc.

REGLAS: La actividad desde el inicio deberá ser muy creativa, y en la segunda parte deberá estar orientada y apoyada por el docente, sin perder de vista las opiniones o ideas de los integrantes.



OTRAS ACTIVIDADES:

- **El péndulo:** Formados por tríos, un niño de cada equipo se sitúa en frente a otro, a una distancia de 50 cm. El tercer miembro se ubica en el centro, entre los dos. Sin desplazarse, el del medio se balancea hacia adelante y hacia atrás, mientras los otros dos van frenando el balanceo y lo impulsan hacia el centro (recuerde que el compañero no se puede caer al piso y se le debe generar confianza). El juego continúa intercambiando los papeles de los tres niños del equipo.
- **La piscina invisible:** El docente traza con tiza o marca con lazos un gran cuadrado en el área de juego, que será la piscina, y después se divide en seis o más carriles, según corresponda. Los niños forman grupos según el número de carriles y deberán imitar lo diferentes estilos de natación: libre, pecho, espalda y mariposa. A la orden del silbato, cada integrante simula lanzarse a la piscina con un salto a pies juntos y brazos alzados y se tumban al suelo. Gana el equipo que logre pasar a todos sus integrantes en el menos tiempo posible.
- **Los ciclistas:** Se forman por parejas sentados en el piso, uno frente a otro, con las piernas extendidas y en contacto de talones. A una orden, se inicia un movimiento de flexión y extensión de rodillas. Los integrantes deberán mantener los pies unidos todo el tiempo y no podrán tocar el piso con las piernas. Por último, realizan la misma actividad con los brazos.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Crea posturas corporales en los diferentes niveles espaciales, las cuales le generan un máximo de sensaciones.			
Ejecuta con facilidad las posturas básicas como sentado, de pie, de rodillas, acostado, entre otras.			
Realiza posturas complejas las cuales implican un mayor control corporal.			
Ejecuta posturas sencillas y complejas a través de comandos y con los ojos vendados.			
Llena diversos espacios por medio de diferentes posturas corporales.			
Comprende la importancia que tiene en su cuerpo una adecuada alineación corporal.			
En las acciones cotidianas o posturas básica tiene una adecuada alineación corporal.			
Coordina sus movimientos en relación con su estado y posición del cuerpo, en tiempo y espacio.			
Mantiene una postura adecuada mientras realiza algún movimiento indicado.			

- No olvidar que el equilibrio se encuentra afectado por la seguridad y la confianza de si mismo.
- Utilizar los ejercicios de relajación como preparación a la actividad de equilibrio, ya que cada niño deberá concentrarse debidamente para su ejercitación.
- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar o expirar) ya que ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.
- Cuando se debe equilibrar un objeto (por ejemplo un bastón sobre la palma de la mano) es necesario asegurarse de que haya espacio suficiente entre cada niño para evitar golpes.
- Lo más aconsejable y práctico para ejercitar el equilibrio es hacerlo descalzo, tanto para facilitar al niño el trabajo de la musculatura del pie, como para favorecer la percepción cinéstica.

DESARROLLO DEL EQUILIBRIO CORPORAL

El desarrollo de equilibrio se hará a través de actividades tanto estáticas como dinámicas, en diversos planos de altura, con o sin elementos y desde diferentes bases de sustentación o apoyo como: una barra de equilibrio, una silla, el piso, lazos etc., permitiendo acercar al niño al autocontrol del cuerpo.

Además, durante el desarrollo de las actividades se tendrá en cuenta algunas fases como las siguientes: fase de exploración que permite la familiarización con los obstáculos, con los otros y consigo mismo, y genera el máximo de sensaciones; fase de confianza y conciencia donde el niño ya está solo y debe encontrar por si mismo los medios para realizar situaciones precisas, la posibilidad de salto se incrementa sin ningún miedo; y fase de control donde el niño coordina las sensaciones que se pueden producir por la altura, la posición del cuerpo, el tipo de desplazamiento entre otras.

Con lo anterior, conozca y practique las siguientes actividades con sus estudiantes, las cuales varían de progresión en la dificultad y el desarrollo del niño.

ACTIVIDAD 1: EQUILIBRIO DINÁMICO

OBJETIVO: Explorar y controlar el equilibrio dinámico sobre y con diferentes materiales, direcciones y recorridos.

APRENDIZAJES: Control postural, control tónico, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, confianza y seguridad.

MATERIALES: Sillas, mesas, neumáticos, cintas, sogas, barras de equilibrio, escalera, bastones, bloques-tacos, tablas, pelotas, papel y cinta.

ORGANIZACIÓN: Esta actividad consiste en realizar un circuito con diferentes recorridos y caminos en el suelo con materiales como cintas, lazos, bancos, bastones, escalera horizontal y vertical, sillas, mesas, neumáticos, tacos-bloques, entre otros. Luego, cada uno de los integrantes se ubica en fila al inicio del circuito.

DESARROLLO: El niño o el equipo deberán recorrer en el menor tiempo posible el circuito que puede estar constituido por los siguientes ejercicios:

Disfruta de las actividades de control postural.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Propone alternativas de movimiento de modo creativo.			
Participa en las diversas actividades de control postural que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			



- Desplazarse sobre una soga en el suelo.
- Recorrer caminos estrechos realizados con cintas, arena, o sogas.
- Desplazarse sobre obstáculos ubicados en el piso.



- Desplazarse sobre cintas rectas, curvas o figuras geométricas que están en el suelo.
- Desplazarse por bancos de diferentes alturas, los cuales tienen diferentes obstáculos: bloques, bolsitas, aros, etc. De igual forma, deberá hacer una tarea en el banco como: sentarse, saltar, acurrucarse, acostarse, girar.

- Desplazarse en una fila de bloques o tacos separados entre sí a igual distancia o diferente distancias.
- Ascender y descender de pie, gateando, acostado ventral o dorsal, sentado rodando vertical y horizontalmente o saltando por planos inclinados realizados con tablas de madera, colchonetas, sintéticos o una colina.



- Desplazarse sobre neumáticos.
- Ascender y descender escaleras realizadas con bloques, con tablas, con espumas o en concreto.



- Saltar una secuencia de bloques o bastones.
- Desplazarse sobre dos bancos o bloques paralelos, individual o con un compañero.



- Desplazarse sobre una escalera que está en el suelo o esta elevada horizontalmente a unos centímetros del piso.
- Transportar a un compañero en una silla, en los brazos o en la espalda etc.



- Saltar con una pierna hasta llegar a la meta. La otra pierna se agarrará con una mano.
- Realizar un recorrido lineal, circular o en zig-zag sobre trozos de cartulina o papel de colores, cambiando el punto de apoyo según sea asignado (en punticas, de rodillas, un pie y una mano, etc). El recorrido se podrá hacer según los colores del papel y a este último se le podrá dar la forma de pie.
- Realizar un recorrido determinado haciendo uso de zancos.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: En la actividad se podrán variar los niveles de altura de las bases de sustentación (bajo, medio, alto), el tipo de movimiento (gateando, corriendo, caminando, etc.) la dirección de desplazamiento del niño (atrás, adelante, allado, diagonal, etc), el tamaño de la base de sustentación y se puede hacer con o sin elemento a llevar o cargar (pelotas, cintas, pañuelos, entre otros). Además se podrá contar con la ayuda del docente o de un compañero para fortalecer la confianza y la seguridad.

De igual forma, la actividad podrá estar mediada por una historia que los niños construirán como: "vamos a la montaña", "atravesar el río", "saltar piedras", "pasar por caminos estrechos", "atravesar rocas gigantes", "hacer gimnasia" entre otros, y luego deberán elaborar el circuito en el cual se divertirán.

Finalmente, para mayor dificultad y apropiación del ejercicio se podrá realizar las actividades con los ojos vendados y variar los objetos de trabajo.

REGLAS: El participante que no logre realizar algún ejercicio deberá intentar hacerlo de nuevo hasta lograr superarlo. De esta forma se fortalece la auto-reflexión, la cooperación y la confianza.

ACTIVIDAD 2: EQUILIBRIO ESTÁTICO

OBJETIVO: Explorar y permanecer en equilibrio estático durante un tiempo determinado.

APRENDIZAJES: Control postural, control tónico, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, confianza y seguridad.

MATERIALES: Sillas, mesas, neumáticos, barras de equilibrio, escalera, bastones, bloques-tacos, tablas, pelotas.

ORGANIZACIÓN: Todos los integrantes se ubican libremente por el espacio, evitando quedar muy cerca al otro compañero.

DESARROLLO: Se selecciona a un jugador, quien tendrá la función de "Rey", a quien se le pondrá una corona para identificarlo. Este será el primero que adopte diferentes posiciones corporales, y el resto de los jugadores lo van imitando hasta que el Rey cambie de posición. Luego la función de Rey se va rotando por los demás miembros del equipo.

Dentro de las posiciones a realizar se podrán hacer las siguientes:

- Mantenerse de puntitas y para mayor dificultad se podrá inclinar el tronco hacia adelante en ángulo recto y con un elemento en los brazos.
- Permanecer sobre los talones con las piernas en flexión o extensión.
- Permanecer con los pies juntos y piernas extendidas o flexionadas en una base con sustentación pequeña y variando la altura.
- Apoyarse en un pie, y con el otro pie extendido o flexionado: se podrá variar el pie de apoyo, la posición de los brazos, la altura y la base de sustentación.
- Mantenerse en diferentes posiciones estáticas sobre un neumático.
- Mantenerse sobre una rodilla y una mano apoyadas en el piso.
- Mantenerse sobre una rodilla con los brazos elevados y la otra pierna separada hacia atrás, adelante o lateralmente.
- Mantenerse sobre un pie y una mano apoyada en el piso

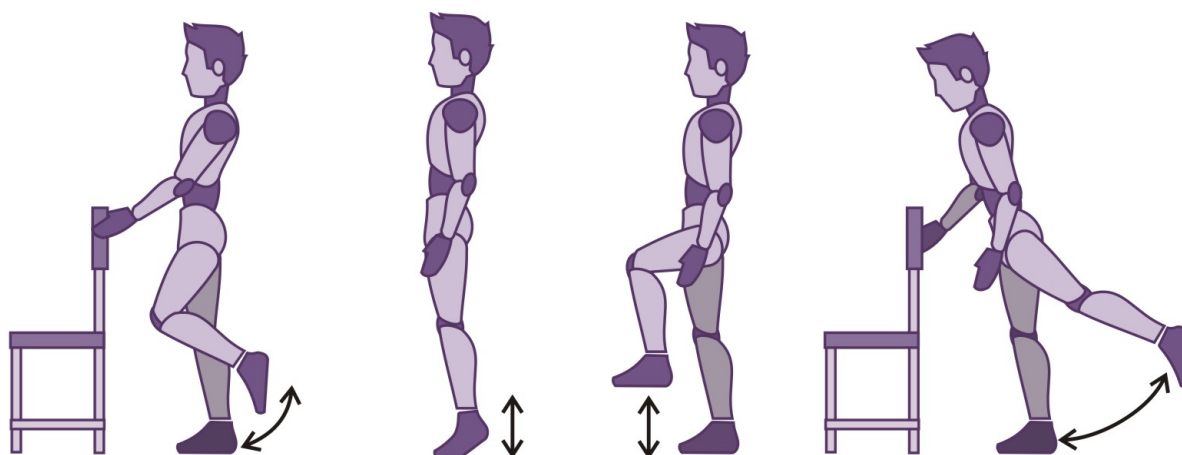


ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: En la actividad se podrán variar los niveles de altura de las bases de sustentación (bajo, medio, alto), la dirección de desplazamiento del niño (atrás, adelante, al lado, diagonal, etc.), el tamaño de la base de sustentación, los tiempos de duración y se puede hacer con o sin elemento a llevar o cargar (pelotas, cintas, pañuelos, entre otros). Además se podrá contar con la ayuda del docente o de un compañero para fortalecer la confianza y la seguridad.

Para mayor dificultad y apropiación de los ejercicios, se podrá realizar las actividades con los ojos vendados y variar los objetos de trabajo.

Igualmente, se podrá hacer uso de la expresión corporal. Situando varios taburetes, sillas o bancos según el número de integrantes y en el centro una caja llena de objetos, a la orden del docente cada uno toma un objeto sin mirarlo, se sube a la silla o mesa, se colocan el objeto y representan al personaje que le haya tocado. A otra orden acordada, los actores deberán apoyarse en una sola pierna. El niño que permanezca más tiempo en equilibrio gana.

Finalmente, en el aula de clase se podrán realizar ejercicios básicos de equilibrio con ayuda del material disponible: las sillas y mesas escolares.



REGLAS: Es necesario mantener las posiciones por periodos de tiempo adecuados para así tener mayor apropiación de la actividad. Cada uno de los niños deberá pensar en la honestidad en el desarrollo del ejercicio.

ACTIVIDAD 3: EQUILIBRIO DE ELEMENTOS

OBJETIVO: Mantener el equilibrio de elementos con diversas partes del cuerpo

APRENDIZAJES: Control postural, control tónico, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, confianza y seguridad.

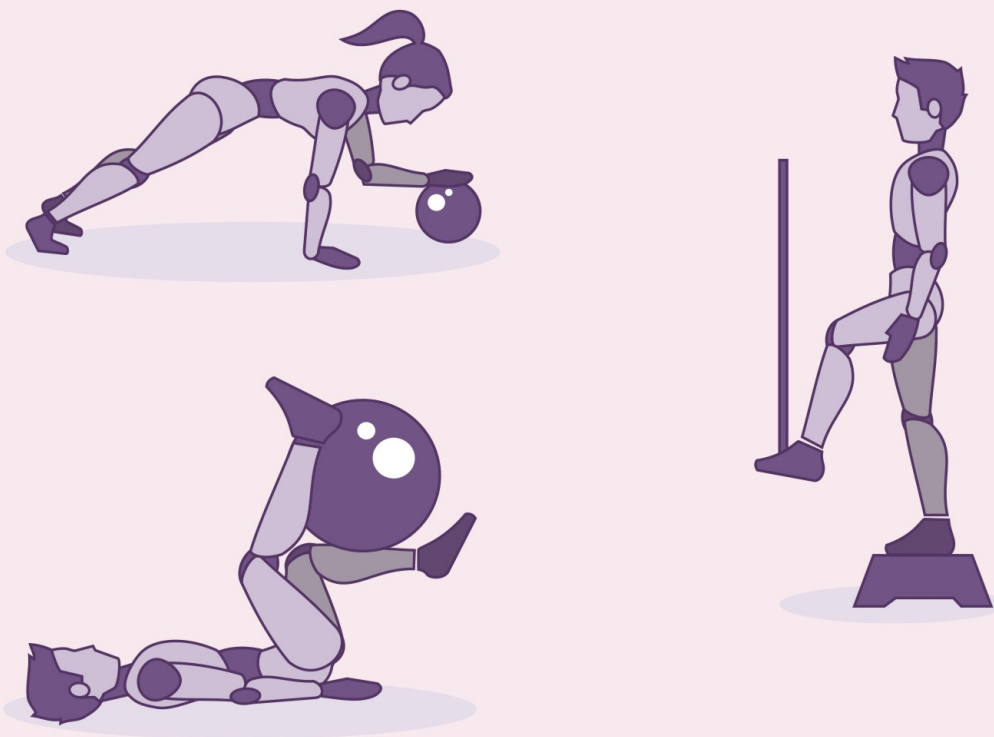
MATERIALES: Sillas, mesas, neumáticos, barras de equilibrio, escalera, bastones, bloques-tacos, tablas, pelotas, globos, bolsas, papel.

ORGANIZACIÓN: Todos los integrantes se ubican por el espacio, según el ejercicio a realizar; puede ser individual o por equipos.

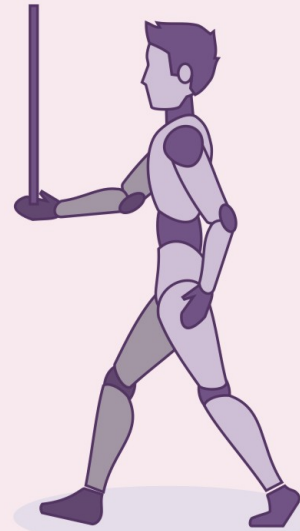
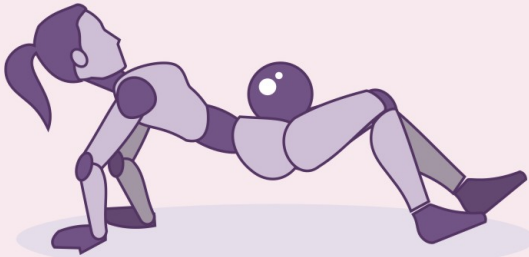
DESARROLLO: El niño o el equipo realizarán las siguientes actividades.

- Mantener un objeto (bolsita, bastón, pelota, papel, pañuelo etc.) con o entre una parte del cuerpo (mano, pie, mentón, cabeza, espalda, codo, rodilla, etc.), puede ser en posición estática o realizando un recorrido determinado.

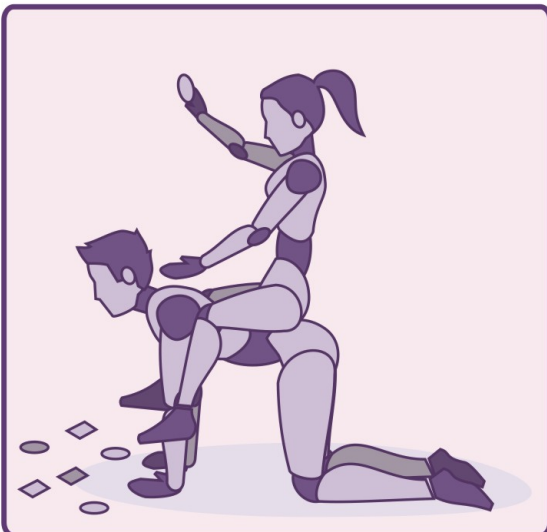
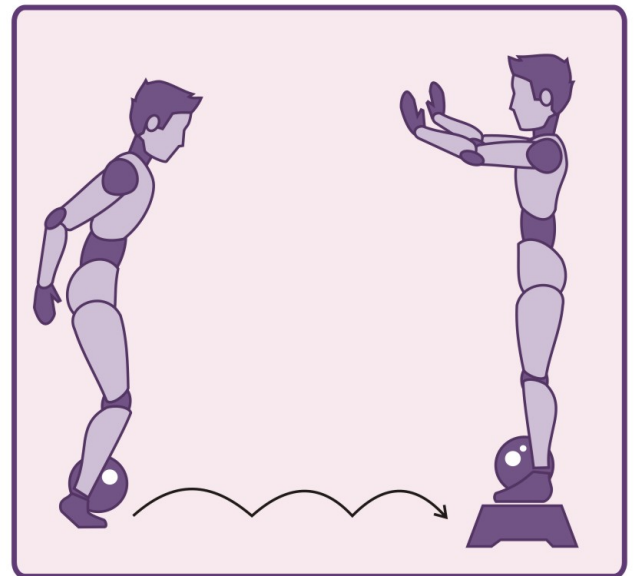
ESTÁTICO



DINÁMICO

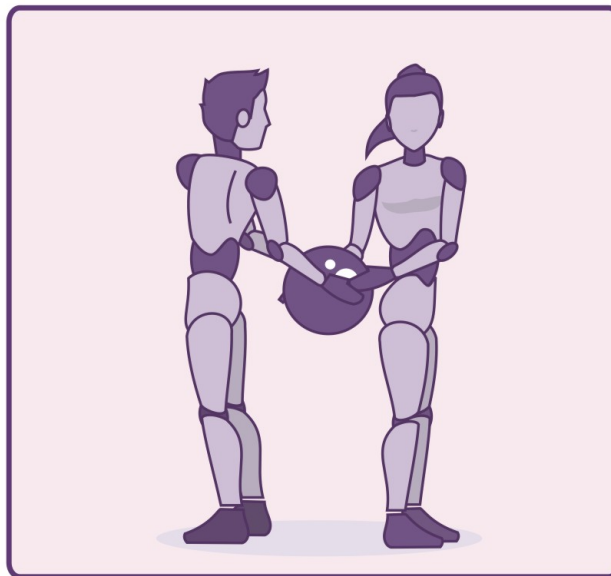


- Tener un objeto en equilibrio y realizar relevos de elementos por equipos, gana aquel equipo que logre llevar la mayor cantidad de elementos en un determinado periodo de tiempo.
- Mecerse sobre la espalda con las piernas agrupadas y ponerse de pie con una pelota entre las manos o las piernas.
- Saltar obstáculos llevando un elemento en alguna parte del cuerpo: entre las rodillas, entre los codos, entre los tobillos, entre el mentón y el pecho, etc.



- Sujetar con los dientes una cuchara de plástico por el mango, la cual tiene una pelota de ping-pong o de papel en el otro extremo. La pelota deberá ser transportada a un lugar determinado sin que se caiga.
- Transportar a un compañero en diversas posiciones y sobre varias bases de sustentación, el cual deberá recoger el mayor número de papeles del piso que le corresponda. Por ejemplo: uno de los integrantes podrá estar en seis apoyos o en posición de gateo y deberá alzar y transportar a un compañero quien es el jinete o como se muestra en la imagen.

- Mantener cajas de cartón y otros materiales en equilibrio, creando macro estructuras a partir de la creatividad y la imaginación, se podrán hacer circuitos y los otros compañeros deberán cruzarlo.
- Ayudar al compañero a balancearse, manteniendo el eje vertical. Se conforman grupos mínimo de tres personas un niño de cada equipo se sitúa en frente a otro, a una distancia de 50 cm. El tercer miembro se ubica en el centro, entre los dos. Sin desplazarse, el del medio se balancea hacia adelante y hacia atrás, mientras los otros dos van frenando el balanceo y lo impulsan hacia el centro (recuerde que el compañero no se puede caer al piso y se le debe generar confianza). El juego continua intercambiando los papeles de los tres niños del equipo. Puede haber más integrantes.
- Mantener el equilibrio de pelotas o globos: cada niño se pone una pelota en la palma de la mano, a una orden del docente marca un ritmo lento con las palmas o un pandero, todos los niños lanzan la pelota al aire de forma que vuelva a caer encima de la mano, poco a poco el ritmo es más rápido y deberán evitar que la pelota caiga al piso.
- Mantener una pelota en el centro con las dos manos. Por parejas, ubicados de espaldas deberán coger una pelota, lanzarla verticalmente y rotar el tronco de derecha a izquierda para cogerla y evitar que caiga.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Realizar el circuito de la actividad 1, equilibrando un elemento con alguna parte del cuerpo.

REGLAS: Es necesario mantener los elementos en equilibrio por periodos de tiempo adecuados para así tener mayor apropiación de la actividad. Cada uno de los niños deberá pensar en la honestidad en el desarrollo del ejercicio.

ACTIVIDAD 4: DESTREZAS GIMNÁSTICAS

OBJETIVO: Fortalecer y potenciar el equilibrio estático a través de actividades elaboradas que requieren mayor control corporal.

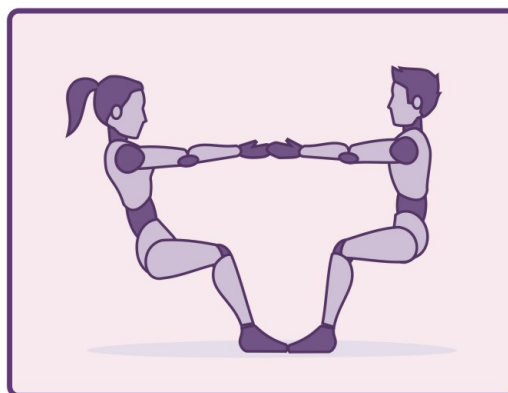
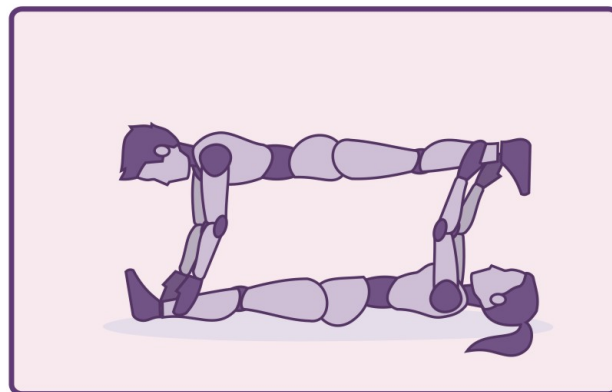
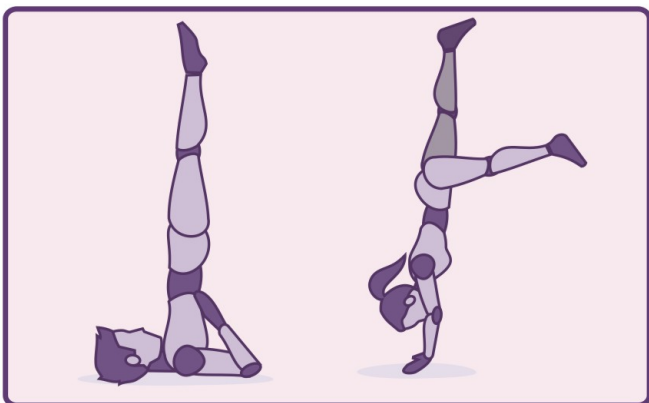
APRENDIZAJES: Control postural, control tónico, equilibrio, espacialidad, autonomía motora, confianza y seguridad.

MATERIALES: Colchonetas.

ORGANIZACIÓN: Cada uno de los integrantes se ubica libremente por el espacio manteniendo una adecuada distancia entre sus compañeros para evitar algún choque.

DESARROLLO: Los niños en su espacio personal deberán realizar las actividades presentadas en láminas o realizadas por el organizador.

- Elevar las piernas verticalmente mientras la espalda está apoyada en el suelo. Podrás moverlas de diferentes formas sin dejarlas caer, además se podrá ayudar de las manos para sostener la cadera.
- Acostados boca arriba con las piernas en extensión, tocar con los dedos de los pies arriba de la cabeza. Las manos podrán estar extendidas sobre la cabeza, allado o ayudarán a coger los pies.
- Realizar un rol lateral de pie con apoyo de manos "medialuna" sobre un banco.
- Realizar rol adelante y atrás sobre un banco.
- Mantenerse sobre la espalda y con las piernas extendidas verticalmente y apoyadas en las de un compañero quien está en igual posición. Podrá elevar las caderas y apoyarse de las manos.
- Mantener el equilibrio invertido en el suelo con varios puntos de apoyo: cabeza-manos-codos: mosquito, manos-codos o manos.
- De rodillas sobre un banco apoyar la cabeza en una colchoneta ubicada en el suelo, deberá agarrar el banco con las manos y extender las piernas y apoyarlas contra la pared.
- Mantenerse en apoyo de glúteos con y sin ayuda de un compañero.
- Sostener el cuerpo en posición sentado con ayuda de un compañero.
- Boca arriba con los brazos al frente en extensión y las piernas cerradas, sostener a un compañero horizontalmente.
- Acostado alzar a un compañero en los pies de modo vertical: pies con pies u horizontal: pies con abdomen o pies con espalda.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: En la actividad se podrán variar los niveles de altura de las bases de sustentación (bajo, medio, alto), el tamaño de la base de sustentación, los tiempos de duración y se puede hacer con o sin elemento a llevar o cargar (pelotas, cintas, pañuelos, entre otros). Además se podrá contar con la ayuda del docente o de un compañero para fortalecer la confianza y la seguridad.

Para mayor dificultad y apropiación de los ejercicios se podrá realizar las actividades con los ojos vendados y variar los objetos de trabajo.

REGLAS: Es necesario mantener las posiciones por periodos de tiempo adecuados para así tener mayor apropiación de la actividad. Cada uno de los niños deberá pensar en la honestidad y el desarrollo del ejercicio.

ACTIVIDAD 5: EQUILIBRIO SOBRE ELEMENTOS INESTABLES

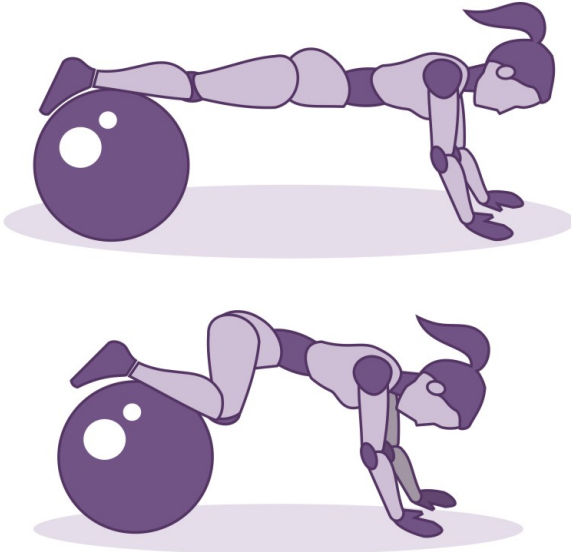
OBJETIVO: Mantener el equilibrio en superficies o elementos inestables

MATERIALES: Neumáticos, balón de equilibrio, patines, bicicleta, monociclo, cilindros, tabla y pelota, cuerda circense, almohadas, balones medicinales.

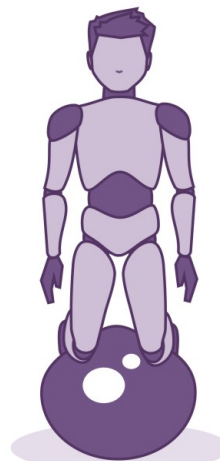
ORGANIZACIÓN: Realizar un circuito con los materiales anteriormente nombrados; los integrantes se ubican por grupos en cada una de las estaciones.

DESARROLLO: Esta actividad consiste en realizar determinados ejercicios de equilibrio en superficies inestables, en un punto específico llamado estación, por periodos de un (1) minuto o más según el material a utilizar, con descansos entre una estación y la otra de 30 segundos o sin descanso. Lea cuidadosamente las siguientes actividades e intente elaborar su propio circuito para la clase, según las condiciones que se tiene; recuerde que cada estación debe tener un objetivo, el espacio se debe delimitar, y a la orden dada por el organizador se hará rotación de estación.

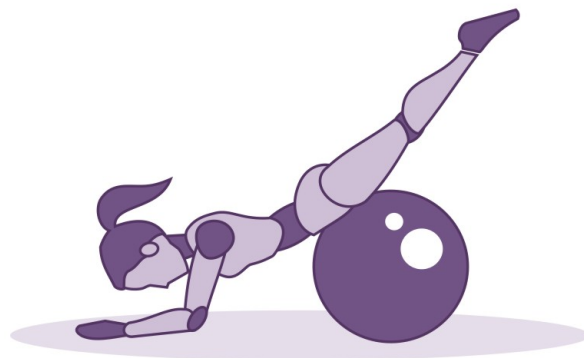
Las actividades a desarrollar son: ejercicios con balón equilibrio.

DESCRIPCIÓN	ILUSTRACION
<p>Boca abajo, extender los brazos sobre el suelo y llevar las piernas sobre el balón, se podrá acerca y alejar el balón de las manos.</p>	

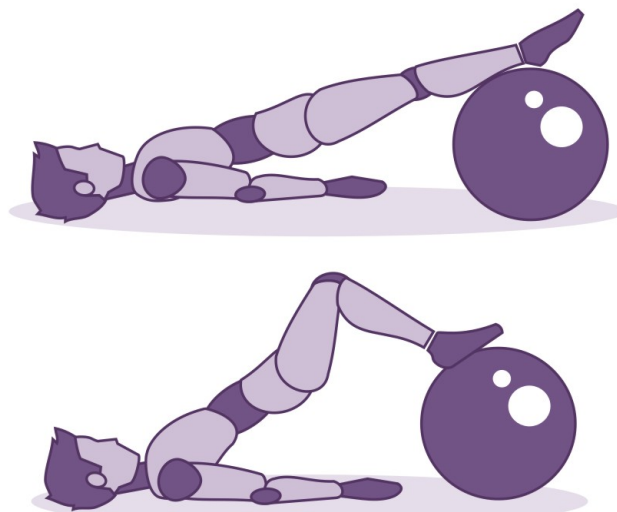
De rodillas ubicarse sobre el balón.



Boca abajo, ubicar el abdomen y la pelvis sobre el balón, apoyar las manos o los codos sobre el piso y extender las piernas; estas se pueden apoyar en una pared.



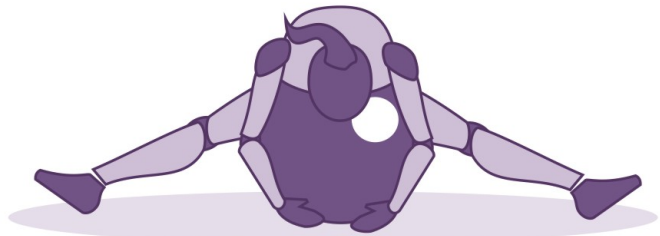
Boca arriba, apoyar la columna dorsal y cervical sobre el suelo y llevar las piernas sobre el balón, se podrá acerca y alejar el balón a las manos, además elevar una de las piernas.



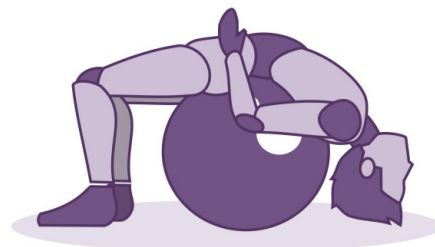
Sentado sobre el balón y con las piernas en extensión o flexión mantenerse en equilibrio apoyándose de lazos o con los brazos al aire.



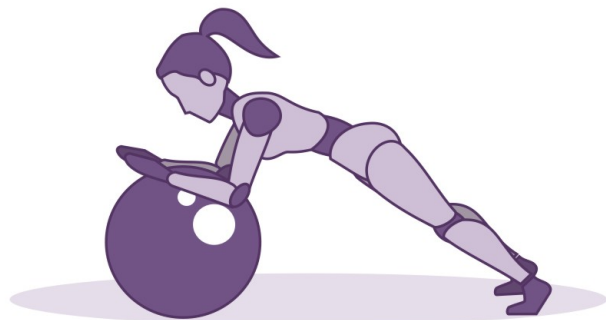
Boca abajo, abrazando el balón y las piernas separadas.



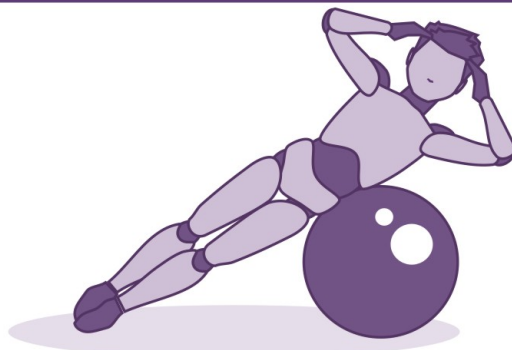
Sentado sobre el balón apoyar la espalda.



Boca abajo, apoyar los codos en el balón y mantener las piernas en extensión en el piso.



Lateralmente apoyar el tronco sobre el balón.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Realizar un circuito variando los materiales: neumáticos, balón medicinal, patines, bicicleta, monociclo, cilindros, tabla y pelota, cuerda circense, almohadas.

REGLAS: Es necesario mantener las posiciones por periodos de tiempo adecuados para así tener mayor apropiación de la actividad.

Además, el participante que no logre realizar algún ejercicio deberá intentar hacerlo de nuevo hasta lograr superarlo. De esta forma se fortalece la auto-reflexión, la cooperación y la confianza.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Se desplaza fácilmente sobre diversos tipos de recorridos, lo cuales varían en la base de sustentación y la altura.			
Mantiene en equilibrio diversos objetos sobre varias partes del cuerpo.			
Ejecuta con facilidad diversos tipos de desplazamientos como: caminar, correr, trotar, saltar entre otros.			
Realiza ejercicios básicos de equilibrio estático durante un periodo de tiempo determinado.			
Practica ejercicios de equilibrio estático y dinámico con ojos vendados.			
Realiza destrezas estáticas y dinámica con facilidad.			
Mantiene el equilibrio en superficies inestables.			
Disfruta de las actividades de equilibrio estático y dinámico.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Propone alternativas de movimiento de modo creativo.			
Participa en las diversas actividades de equilibrio corporal que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			

Módulo

2

PERCEPCIÓN DEL ENTORNO

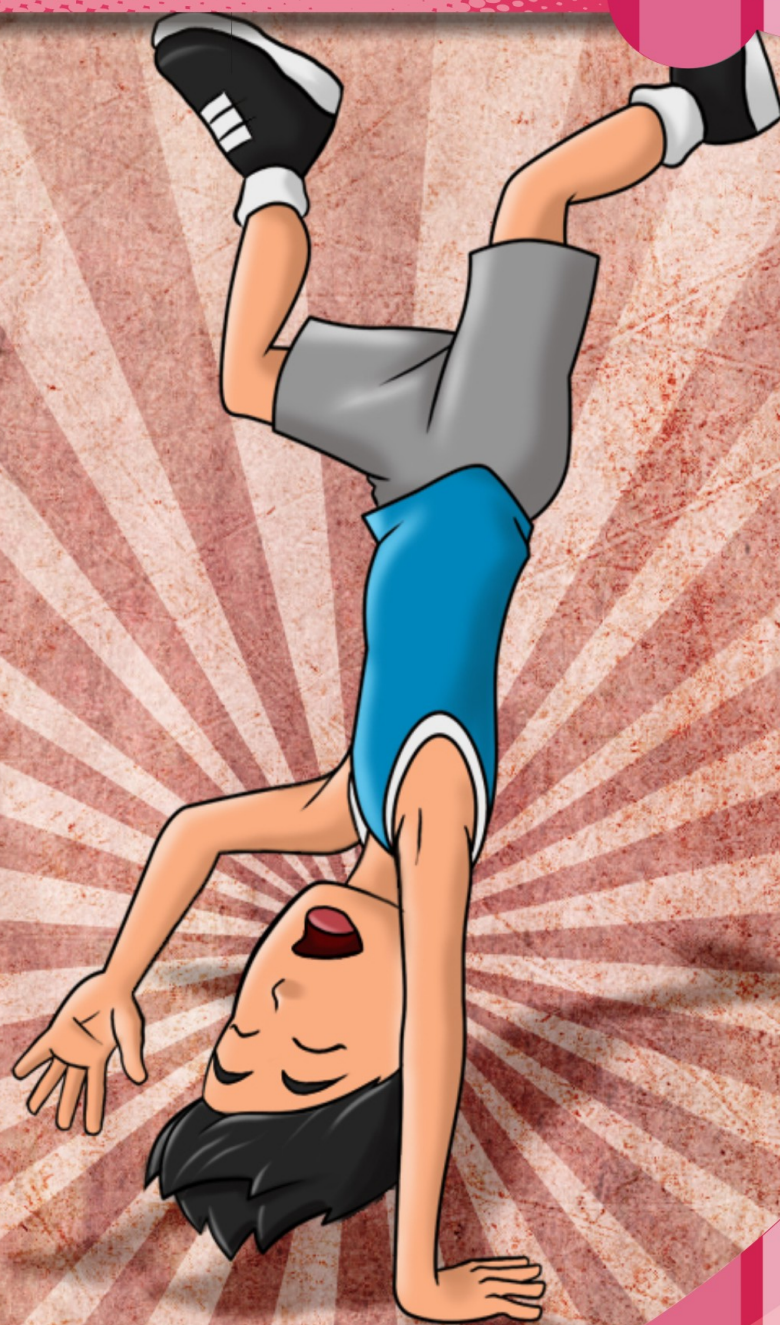
Todo movimiento que se realiza se hace con un objetivo o una intención determinada o no tendría sentido. De ahí, que este se desarrolle dentro de un contexto que tiene dos referentes fundamentales; el espacio, lugar donde se produce el movimiento y el tiempo, momento y duración del mismo, ambos hacen referencia a algunas nociones que deberás conocer, interpretar y dominar.





Unidad

1



UNIDAD 1. LA ESPACIALIDAD

"Es un error considerar solo la predominancia lateral en la mano, también es necesario tener en cuenta la predominancia de otras parte del cuerpo como: la ocular, la auditiva y la pédica."
(Carolina Rojas, 2010)

¿QUÉES?

La percepción del espacio está íntimamente relacionada con la educación corporal, ya que pretende potenciar la capacidad de reconocimiento del espacio que ocupa el cuerpo y su capacidad de orientación.

La representación que realice el niño del espacio le ayudará a desarrollar el conocimiento del espacio propio y del espacio exterior; contribuyendo a la evolución madurativa. Tener una buena percepción del espacio es ser capaz de situarse, de moverse en este espacio, de orientarse, de tomar direcciones múltiples, de analizar las situaciones y de representarlas.

La espacialidad implica percibir las posiciones, las orientaciones, las distancias, las medidas, los movimientos y las formas de los cuerpos que componen el contexto¹.

La percepción espacial puede ser analizada desde dos vertientes: la estructura espacial y la orientación espacial.

La estructura espacial.

Supone la capacidad que tiene el niño para dominar determinadas relaciones espaciales, como las siguientes:

- Relaciones topológicas: son las relaciones básicas y elementales que existen entre los objetos (cerca, lejos, arriba, abajo, etc.)
- Relaciones proyectivas: se fundamentan en las topológicas y sitúan los objetos en función de una perspectiva dada: apreciación de distancias y trayectorias.
- Relaciones euclidianas o métricas: son aquellas que suponen el uso de medidas de longitud, de volumen y superficie como referencia de los objeto a un sistema.

La orientación espacial.

Con relación a la orientación espacial tiene gran relevancia la lateralidad ya que actúa como elemento fundamental: la lateralidad es a la orientación espacial lo que el ritmo es a la orientación temporal.

La lateralidad es la sensación interna de la dirección corporal en relación al espacio circundante representando un proceso de maduración que se desarrolla paralelamente a la conceptualización verbal de nociones espaciales como arriba-abajo, dentro-fuera, derecha-izquierda, entre otras y no se define hasta aproximadamente los siete años. Este predominio de un lado del cuerpo con respecto al otro se traduce en una mayor calidad de movimientos con el lado dominante con relación a la mano, la piernas, el ojo y el oído.

¹Retomado del texto de Encarnació Sugrañes y M. Àngels Àngel (2008) "La educación psicomotriz: 3-8 años, cuerpo, movimiento, percepción, afectividad: una propuesta teórico práctica." Editorial Graó, pag 207.

Existen diferentes formas de su manifestación:²

- Por su naturaleza: cuando coincide con la predisposición congénita.
- Por su grado: cuando la definición no siempre se realiza con la misma intensidad, ni tampoco de forma excluyente, ya que así fuera se podría ser totalmente hábil con una extremidad y absolutamente torpes con la otra. Cuando no existe una predominancia lateral clara se denomina ambidextra y puede producirse con carácter transitorio
- Por su homogeneidad: cuando distintas partes del cuerpo poseen varios grados de definición lateral, presentándose la lateralidad cruzada, por ejemplo: lateralidad derecha dominante en la mano, e izquierda en el pie.

FASES DE EVOLUCIÓN

El niño inicialmente se centra en su espacio propio (el que ocupa el cuerpo), luego en el espacio próximo (espacio en el que se desenvuelve y es viable de exploración a través de la manipulación), finalmente en el espacio lejano (entorno donde se encuentra y su última parte es alcanzable a la vista). En pocas palabras, pasa de un espacio concreto (su propio cuerpo y entorno cercano) a un espacio general y más abstracto.

La evolución espacial viene configurada de la siguiente forma:

FASES	CARACTERÍSTICA
Espacio Corporal	Lugar ocupado por el propio cuerpo: es su vivencia.
Espacio amplio	Espacio que rodea el cuerpo de forma más o menos lejana y requiere de desplazamientos corporales grandes. Este espacio va a ser interiorizado a través de la exploración, manipulación y modificación.
Espacio manipulativo	Espacio exterior cercano sobre el que se puede intervenir a base de manipulaciones precisas.
Espacio gráfico	No se define a partir de relaciones entre cuerpo sino a partir de relaciones entre puntos y superficies.

² Contreras J. Onofre R. "Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista", p.187. Editorial Inde. Madrid, 1998.

TRASTORNOS

Las dificultades de la percepción espacial en los niños, junto con el conocimiento propio, serían en algún momento la base de los problemas lecto-escritores.

En relación con la lectura, las alteraciones espaciales más frecuentes se relacionan con las posibilidades para situarse y orientarse en el espacio y para analizar las formas en las que interviene la direccionalidad, y dan lugar a problemas como inversiones y rotaciones, entre otros.

En la escritura, son aquellos que se relacionan con problemas de conocimiento y representación del cuerpo y del espacio, y que van a dar lugar a dificultades en la orientación y direccionalidad de la grafía, tales como fragmentaciones, fallos en el trazado de la letra, dificultades para mantenerse en el renglón o problemas en la conservación de las márgenes.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar la espacialidad en el niño es necesario:

- Ayudar al niño a que afirme su predominio lateral genético, para lo cual se debe proporcionar al niño experiencias motrices que permitan primero descubrir y después afirmar dicha predisposición innata.
- Favorecer que el niño pueda explorar y experimentar de forma libre situaciones diversas, las cuales progresivamente se irán orientando objetivamente.
- Crear diversas situaciones que proporcionen al niño el máximo de sensaciones del propio cuerpo y del entorno.
- En un principio enfocar el trabajo con el propio cuerpo; luego, con los objetos del entorno más cercano; finalmente, con los demás.
- Respetar los estados de desarrollo del niño, especialmente lo relacionado al conocimiento de las experiencias previas que el niño ha tenido con relación al tema y sus ritmos de trabajo.
- Conocer que el punto de partida para desarrollar la percepción espacial es el propio cuerpo, el cual ha vivido todas las relaciones, las interioriza hasta poder representarlas mentalmente y simbolizarlas a través del grafismo.
- Trabajar el espacio desde todas las categorías posibles.
- Tener en cuenta la progresión en la dificultad de las actividades, de lo más sencillo a lo más elaborado.
- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar o expirar) ya que ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.
- Trabajar el espacio corporal permite desarrollar la manipulación, la creatividad, y los inicios de la escritura (primeros gestos gráficos o garabateo).
- Implementar los juegos de espacio como apoyo para que el niño progrese en la diferenciación de distintos planos espaciales: el espacio corporal, el espacio interior, el espacio exterior y el espacio gráfico.
- Comprender que la educación de la percepción del espacio es importante para el niño en lo referente a su motricidad, desarrollo intelectual, desarrollo afectivo y, sobre todo, en su relación con los aprendizajes escolares: lectura, escritura.

DESARROLLO DE LA PERCEPCIÓN ESPACIAL

Una buena forma de iniciar al niño en el conocimiento y dominio del espacio es por medio del juego, ya que fomenta la vivencia e interiorización de las experiencias.

De ahí que se retome el juego como una herramienta de enseñanza -aprendizaje que contribuya a la exploración, la observación y la orientación del niño en el espacio.

A continuación se plantean algunas actividades que con ayuda de los ejercicios diseñados en la unidad 1 del módulo 1 contribuyen al desarrollo del esquema corporal del niño. Inicialmente se parte de la idea del propio cuerpo, luego de las cosas del entorno, después con respecto a los demás, hasta el trabajo en el espacio abstracto.

Las actividades se pueden hacer individualmente, por parejas o por grupos, con elementos o sin elementos, y podrán ser dirigidas por el docente o por los mismos niños, según sean las condiciones o necesidades de la institución.

ACTIVIDAD 1: PERCEPCIÓN DEL ESPACIO CORPORAL

OBJETIVO: Explorar y conocer el espacio que ocupa el propio cuerpo.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal y espacial.

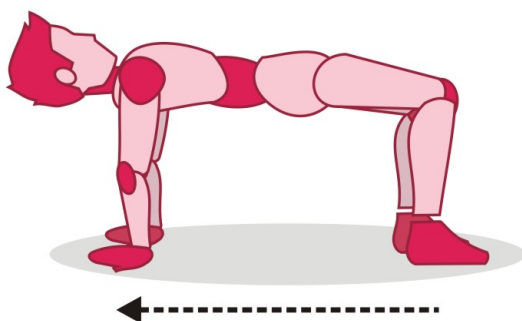
MATERIALES: Revistas, tijeras, cajas, pelotas, tapaojos, y obstáculos.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Desplazarse libremente por el espacio: girando, caminando, gateando, corriendo, etc.
- Experimentar con el propio cuerpo diferentes posiciones en el espacio, por ejemplo: expandir todo el cuerpo de pie y acostado con las piernas separadas, brazos en cruz, palmas y boca abierta; y a la siguiente orden, juntar brazos al cuerpo, tronco flexionado, boca y puños cerrados, entre otras.
- Mover libremente cada uno de los segmentos corporales en diferentes direcciones.
- Mover los brazos y piernas tendidos en el suelo (ventral y dorsalmente) como si estuviera nadando.
- Desplazarse como un cangrejo, cada niño se tumbará boca arriba apoyando las manos y los pies en el suelo y andará hacia atrás como éstos lo hacen.



- Desplazarse por el espacio como si estuviera conduciendo distintos medios de transporte: carro, moto, camión, tren, avión, bicicleta... En determinados momentos el docente dirá: semáforo rojo, el niño detiene el movimiento; semáforo verde, continuará su marcha.
- Moverse por el espacio con los ojos vendados sin tropezar con los compañeros. Otra variante de este ejercicio, es que los niños al inicio se organicen por parejas o grupos de trabajo con los ojos vendados, quienes luego se buscarán por características corporales, por sonidos u otro distintivo.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 3: NOCIONES DE ORIENTACIÓN

OBJETIVO: Explorar y comprender las diferentes nociones de orientación: adelante de, detrás de, arriba de, abajo de, encima de, debajo de, a la derecha, a la izquierda, dentro/fuera, interior/exterior, delante/detrás.

APRENDIZAJES: Conocimiento espacial, corporal.

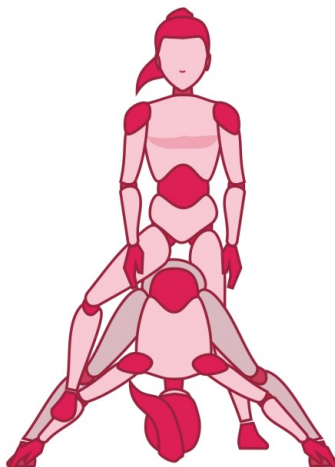
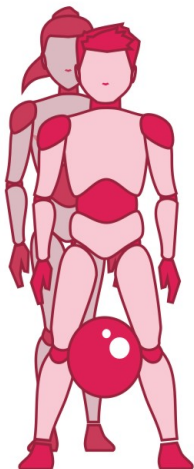
MATERIALES: Pelotas, bastones, sillas

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio, según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios con material:

- Colocar diferentes objetos en relación de sí mismo: adelante, atrás, al lado, etc.
- Correr con algún elemento en alguna parte del cuerpo; el niño deberá cambiarlo constantemente de lugar, puede ser libremente o dirigido.
- Experimentar con el propio cuerpo diferentes posiciones con material distribuido en el espacio: pasar por encima y por debajo, cruzar, etc.
- Cada niño con una silla, con un elemento (aro o pelota) o con un compañero trabajará conceptos de: arriba, abajo, encima, debajo, al frente, de frente, alrededor de, al lado de, diagonal a, dentro, fuera, delante, detrás, izquierda, derecha, etc.
- Correr libremente o acompañado con música; a la señal del profesor, el niño deberá ubicarse en algún lugar del espacio: debajo del puesto, encima de la silla, al lado del tablero, etc. y el niño expone al docente en qué posición está.
- Guiar a un compañero quien tiene los ojos tapados por medio de consignas o con ayuda de un bastón que cogen los dos.
- Los niños se ubican en fila, uno detrás del otro; el primer niño tiene una pelota en la mano, la cual deberá pasar a sus compañeros por encima de la cabeza o por debajo de las piernas hasta el último niño; luego este devuelve la pelota y pasa a ser el primero de la fila. También se puede realizar la actividad con el propio cuerpo, por ejemplo, el primer integrante de la fila pasa por debajo de las piernas de los compañeros y/o el último jugador pasará por encima de sus compañeros.



- Los niños se organizan en un círculo agarrados de la mano; uno de los niños se coloca en el centro del círculo y dará las indicaciones de movimiento que sus compañeros deberán ejecutar: girar, saltar, mover segmentos, etc.

Ejercicios con material:

- Desplazarse por parejas con los ojos tapados entre un grupo de obstáculos sin chocar. Uno deberá llevar una pelota y el otro lo guía con consignas para que logre meter la pelota en una caja.
- Tocar diferentes objetos del espacio que sean de varios materiales, colores, texturas, y distancias. Es de vital importancia recomendar el no choque entre los integrantes. El tipo de desplazamiento hacia los objetos puede variar: gatear, reptar, correr, trotar, caminar, saltar, etc., Además se puede dividir el grupo por subgrupos y cada equipo deberá desplazarse hacia alguno de los objetos establecidos por color o forma y allí deberán hacer algún ejercicio.
- Los niños conseguirán revistas y recortarán varias imágenes de personas en diferentes posturas. Luego, las llevarán a la clase y las ubicarán dentro de una caja. Después, todos se distribuyen por el espacio, pasa cada uno y coge una figura la cual se deberá imitar por un periodo de tiempo; los compañeros adivinarán qué acción se está haciendo y al final del ejercicio se vuelve a poner la figura en la caja. El juego finaliza cuando todos los participantes hayan pasado y se haya imitado todas las imágenes.
- El docente reparte a cada uno de los niños adhesivos; luego, los niños se ubican al frente de un espejo y deberán ubicar el centro de diferentes partes del cuerpo: centro de la cara, centro del abdomen y así sucesivamente, hasta que consigan señalar todas las partes del cuerpo.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Con los anteriores ejercicios se podrá elaborar un circuito: consiste en realizar determinados ejercicios en un punto específico llamado estación por periodos de un (1) minuto, con descansos entre una estación y la otra de 30 segundos o sin descanso. Dicho circuito podrá ser pasado individualmente o por grupos.

De igual modo, los ejercicios se podrán realizar de manera aislada, es decir sin un circuito y como modo de exploración.

Finalmente, los ejercicios se pueden desarrollar con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse. Es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente y el aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 2: NOCIONES DE DIRECCIÓN

OBJETIVO: Explorar y comprender las nociones de dirección: hacia adelante, hacia atrás, hacia arriba, hacia abajo, hacia la derecha, hacia la izquierda, entre otras.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal y espacial.

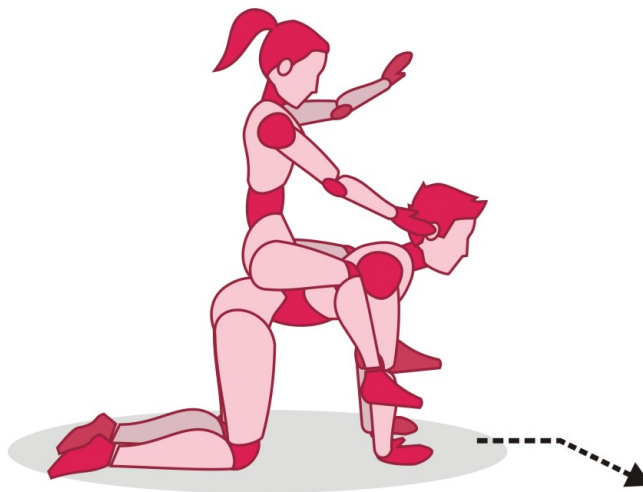
MATERIALES: Pelotas, aros, bastones, entre otros.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Mover cada uno de los segmentos corporales en diferentes direcciones.
- Desplazarse por el espacio en la dirección indicada: hacia adelante, atrás, del lado derecho y del lado izquierdo.
- Transportar de un lugar a otro a un compañero que sirve de jinete. Este último podrá, por medio de consignas, determinar la dirección hacia donde deben ir. Las consignas podría ser:
 - Tocar la oreja derecha: desplazarse hacia la derecha.
 - Tocar la oreja izquierda: desplazarse hacia la izquierda.
 - Tocar el cuello: desplazarse hacia atrás.
 - Tocar la frente: desplazarse hacia adelante.
 - Tocar la espalda: parar el movimiento donde se encuentre.



- Delimitar el terreno de juego y formar cinco grupos; cuatro de ellos se ubican en cada esquina del terreno y uno en el centro; a la orden establecida, cada grupo deberá salir a buscar un nuevo refugio evitando quedar en el del centro.
- Ubicarse por parejas y uno de los integrantes se tapa los ojos; el otro compañero le indicará qué desplazamientos deberá ejecutar; lo podrá acompañar de una mano o, para mayor complejidad, sin ningún contacto.

Ejercicios con material:

- Lanzar un globo, una pelota u otro elemento en diferentes direcciones: arriba, abajo, adelante, atrás, por encima, por debajo, allado, entre otras.
- Colocar un aro, pelota o bastón en el piso y saltar en todas las direcciones posibles.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito. Además, se pueden desarrollar con ojos cerrados o vendados, para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse.

Es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito, en el cual los estudiantes pasen de alguna manera específica cada obstáculo. Finalmente, se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse rigurosamente.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 4: NOCIONES DE SITUACIÓN

OBJETIVO: Explorar y conocer las diferentes nociones de situación: dentro, fuera, interior, exterior, encima y debajo.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal y espacial.

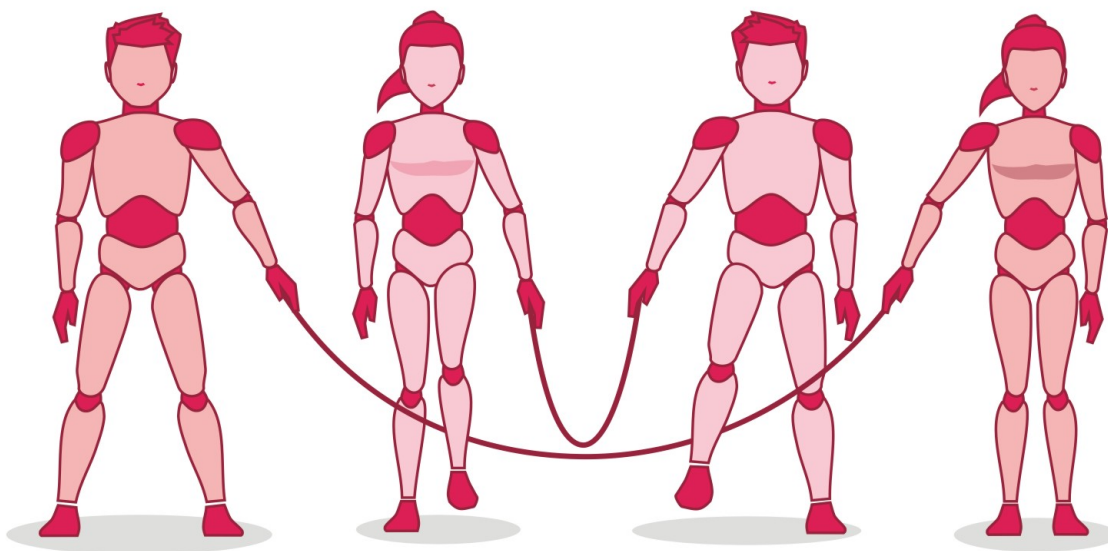
MATERIALES: Cajas, sogas, telón, tiza o cinta adhesiva, música y grabadora.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio, planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios con material:

- Trabajar nociones de adentro y afuera en un aro, en una baldosa, en una caja, y/o en un recinto.
- Por parejas, con una cuerda en las manos se desplazan por el espacio y cuando encuentren a otra pareja de frente, una de ellas debe pasar por debajo o por encima de la cuerda, sin tocarla.



- Se marca un círculo en el suelo; todos los niños se mueven alrededor del mismo al ritmo de la música; cuando la música se pausa, todos deberán ubicarse dentro del círculo. Se podrá eliminar al compañero que no lo haga o se intentará que todos los niños queden dentro del círculo. También se podrá hacer con una tela a la que cada estudiante tomará por el borde e irán bailando al ritmo de la música; al pausarla, todos se meten debajo de la tela.
- Se organizan grupos de tres niños, dos cogidos de la mano y el otro en el centro de los dos. Cuando suena la música, los equipos bailan al ritmo de la música; cuando se pause, cada niño del centro sale de su pareja a buscar otro equipo. Se podrá establecer por donde debe salir el niño del centro; por ejemplo: por debajo o por encima de los brazos o piernas.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito, en el cual los estudiantes pasen de alguna manera específica cada obstáculo. Finalmente, se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: Es necesario, aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 5: NOCIONES DE SUPERFICIE

OBJETIVO: Explorar y conocer las nociones de superficie relacionadas con las características del espacio circundante.

APRENDIZAJES: Cocimiento corporal, espacial y sensorial.

MATERIALES: Baldes y diferentes texturas.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio, y seguirán las indicaciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicio sin material:

- Los niños pasean por el espacio cerrado o abierto observando cómo es y de qué está construido; luego pasan a tocarlo y una vez hecho lo anterior, se sientan en el suelo en un círculo y socializan las sensaciones que se han experimentado al tocarlo.

Ejercicio con material

- Los niños pasan con los pies descalzos por diferentes texturas del espacio abierto o cerrado. En este último, se hará una adaptación, donde el docente traza un gran círculo y dentro de él se esparce arena los niños pasan uno a uno haciendo caminos en todas las direcciones, intentando no salirse del círculo. O se llenan baldes con arena, agua u otros materiales y cada niño introduce sus pies y manos. Para finalizar cada uno socializa sus experiencias y sensaciones.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados, para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 6: NOCIONES DE TAMAÑO

OBJETIVO: Explorar y conocer las diferentes nociones de tamaño: grande, pequeño, ancho, estrecho, alto, bajo, grueso, delgado.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, espacial y geométrico.

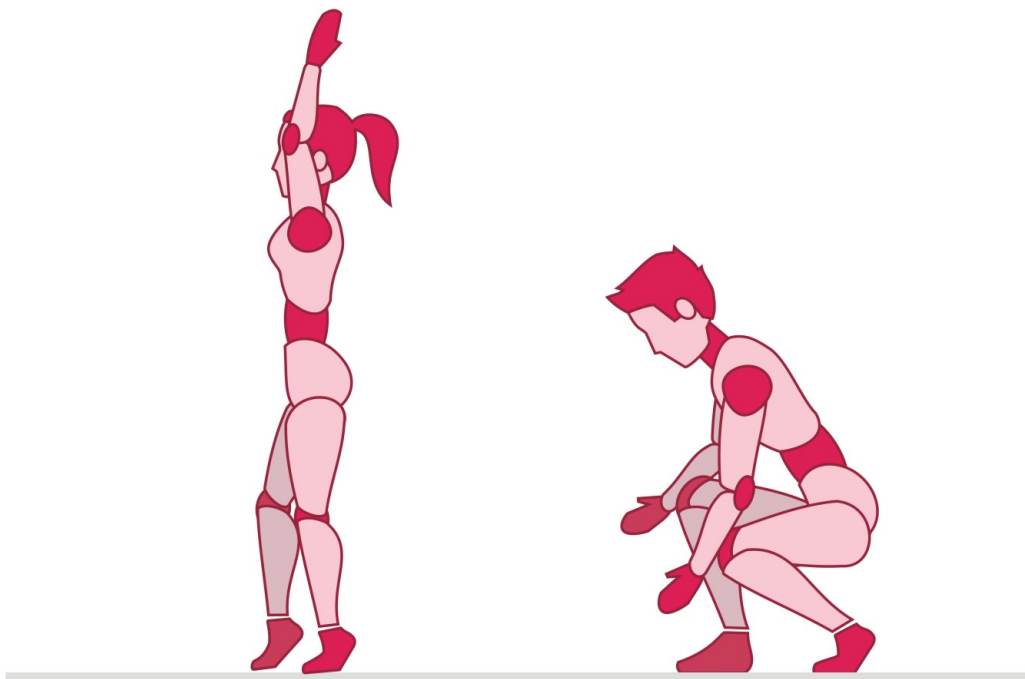
MATERIALES: Aros de diferentes tamaños, tiza, cinta adhesiva, bastones o palos de madera y cuerdas.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Ubicarse libremente en el espacio, todos caminan con los brazos arriba y de puntitas, a una indicación del docente, algunos niños se agachan y andan en cucullas. A una nueva orden, todos se quedan inmóviles y se observa entre todos la diferencia entre ser muy alto y muy bajito.



- Se ubican todos los niños en el espacio, a una indicación cada uno se abraza a sí mismo y observa hasta donde le llegan los brazos en el propio cuerpo, luego abrazan a un compañero y para finalizar el juego van a un espacio exterior y abrazan diferentes árboles u otros materiales, observándose todo el tiempo las diferencias entre grueso y delgado.

Ejercicios con material:

- Desplazarse sobre o entre aros de diferentes tamaños.
- Poner en el piso diferentes objetos pequeños, medianos, grandes y los estudiantes deberán trasladarse sin tocar ninguno de los objetos.
- Pasar por caminos anchos y delgados, largos y cortos hechos con cuerdas, palos u otros materiales.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo; se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 7: NOCIONES DE DISTANCIA

OBJETIVO: Explorar y comprender las nociones de distancia: lejos, cerca, junto, separado, aproximación.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, espacial y geométrico.

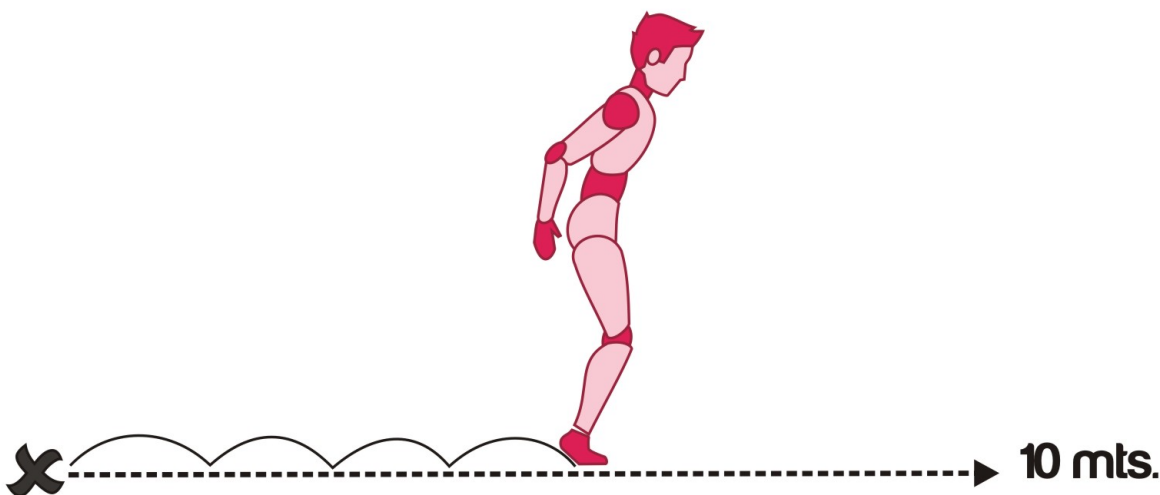
MATERIALES: Conos, pelotas, sacos de arena, bastones.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio de acuerdo a las indicaciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Caminar libremente por el espacio; a la señal de junto o lejos, situarse en relación a un compañero determinado.
- Correr detrás de un compañero y mantener una distancia determinada; las trayectorias pueden variar.
- Desplazarse de un punto a otro por un recorrido recto o curvo, en una cantidad determinada de pasos o saltos: 8 pasos, 10 saltos a un pie, a 3 saltos con dos pies, etc.



- Por parejas se desplazarán por el espacio (manos con manos, espalda con espalda, glúteos con glúteos) o separados, sin perder de vista al compañero. Se podrán realizar recorridos y gana la pareja que llegue primero a la meta.
- Medir distancias entre puntos, puede ser maestro - objeto, objeto - objeto, etc. Inicialmente no se les dirá cómo medir; quizás algunos lo hagan con las manos, otros con los pies, otros con los dedos, con una cuerda, etc. Posteriormente se les muestra a los niños cómo podemos medir esas distancias con un metro o una regla.

Ejercicios con material:

- Desplazarse desde un punto de partida para tocar varios elementos situados a diferentes distancias. Ejemplo: se inicia desde el punto de partida, va al cono 1 a 5 metros de distancia, vuelve al punto de partida, va al cono 2 a 10 metros, vuelve al punto de partida, va al cono 3 a 20 metros y finaliza en el punto de partida. Quizás se podrá hacer una carrera competitiva, determinando el tiempo de quién lo hizo más rápido; los modos de desplazamiento se podrán variar y el objeto a tocar puede variar.
- Lanzar diversos materiales (pelotas, sacos, bastones, etc.) a diferentes distancias. Por ejemplo, lanzar pelotas a los compañeros, o dentro de aros o cestas, tumbar objetos o tocar líneas en el piso o puntos específicos en la pared
- Lanzar una pelota u otro elemento para tocar objetos próximos y lejanos, altos y bajos, etc.
- Por parejas, uno cierra los ojos, mientras el otro esconde un objeto; después abrirá los ojos y buscará el objeto siguiendo las indicaciones del compañero. Si se está alejando, le dirá: frío-frío; si se está acercando, caliente-caliente.
- Ubicarse con relación a un objeto o lugar a diferentes distancias y posiciones.
- Caminar con un compañero al lado y transportar una cuerda corta sobre los hombros, el antebrazo, etc., sin dejarla caer.
- Pasarse una pelota (lanzando, rebotando, rodando) con un compañero que está al lado, juntándose y separándose.
- Saltar una secuencia de balones u otros elementos ubicados a diferentes distancias.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito. Finalmente, se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos e incrementar la dificultad y conciencia corporal.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse.

Es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 8: ADQUIRIR NOCIONES DE ORDEN

OBJETIVO: Explorar y comprender las nociones de orden de objetos o sujetos en función de diversas categorías (de mayor a menor, importancia, etc.).

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, espacial y matemático

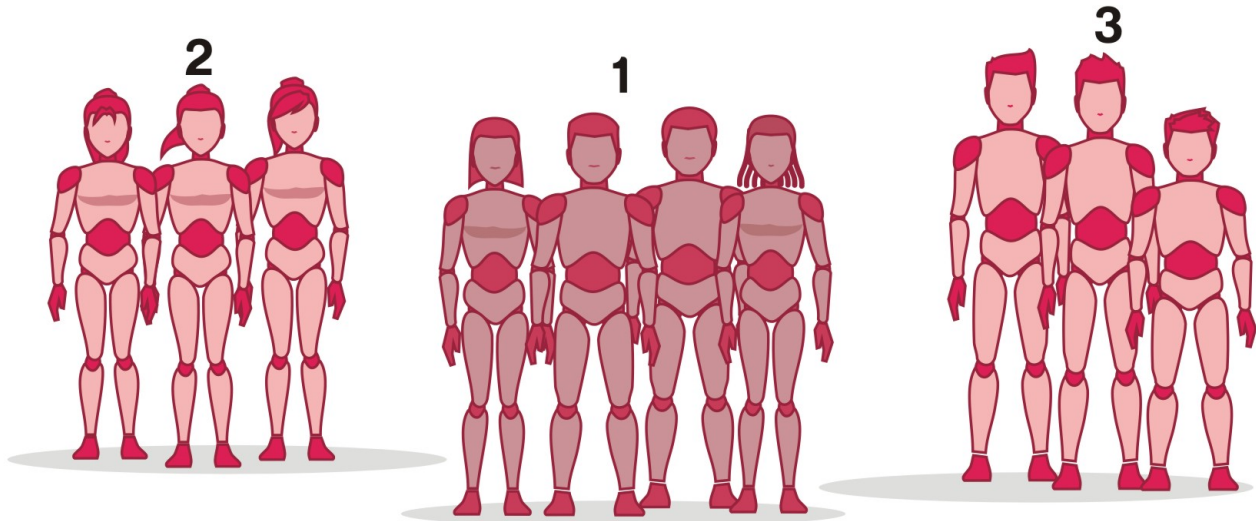
MATERIALES: Todo el material disponible

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicio sin material:

- Agruparse con los compañeros por un número determinado de integrantes o por características específicas.



Ejercicio con material:

- Distribuir diferentes materiales en el espacio; se deberán hacer conjuntos de materiales según el color, la forma, la textura, la medida, la cantidad, etc.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos e incrementar la dificultad y conciencia corporal.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 9: NOCIONES DE TRAYECTORIA

OBJETIVO: Explorar y comprender las nociones de trayectoria: directas o indirectas; curvadas (circulares, onduladas, en espiral, en ocho); lineales (rectas, quebradas, en zigzag).

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, espacial y geométrico

MATERIALES: Aros, conos, bastones.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

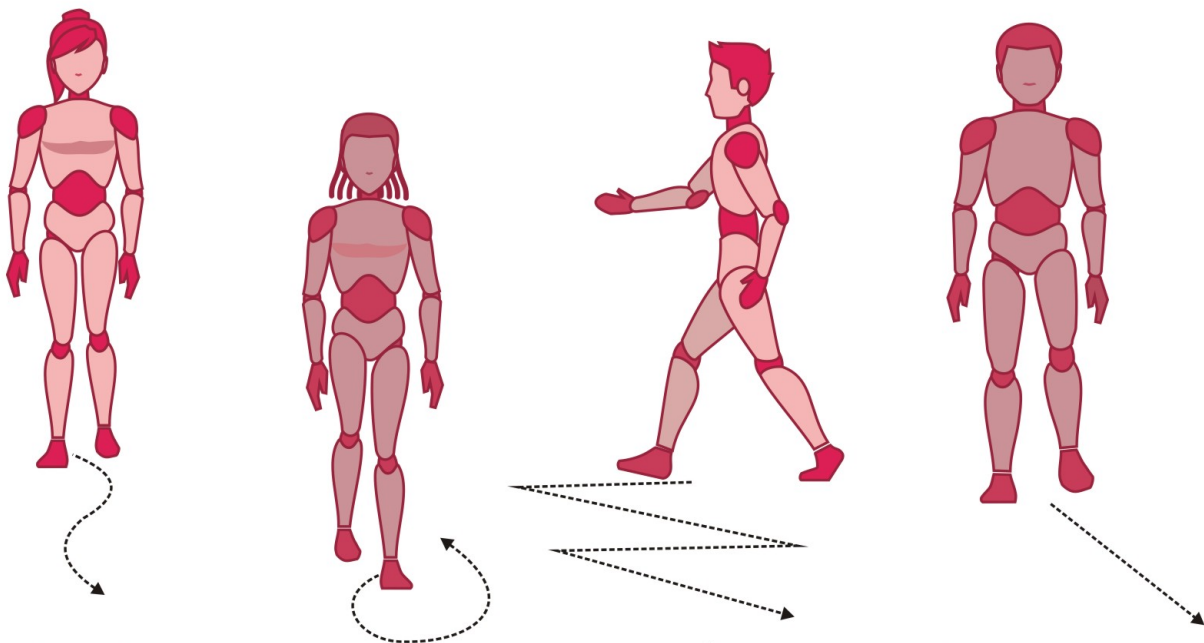
DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Caminar en fila con los compañeros y a la orden convenida, formar dos filas. Recuperar la posición y cambiar a otra figura.
- Ubicados en círculo en diferentes posiciones; sentados, de pie, acostados, etc, a la señal del docente los niños deberán cambiarse de puesto con el compañero según la consigna, por ejemplo; con el compañero del frente, con el de la derecha, con el de la izquierda, quien esta diagonal, etc.

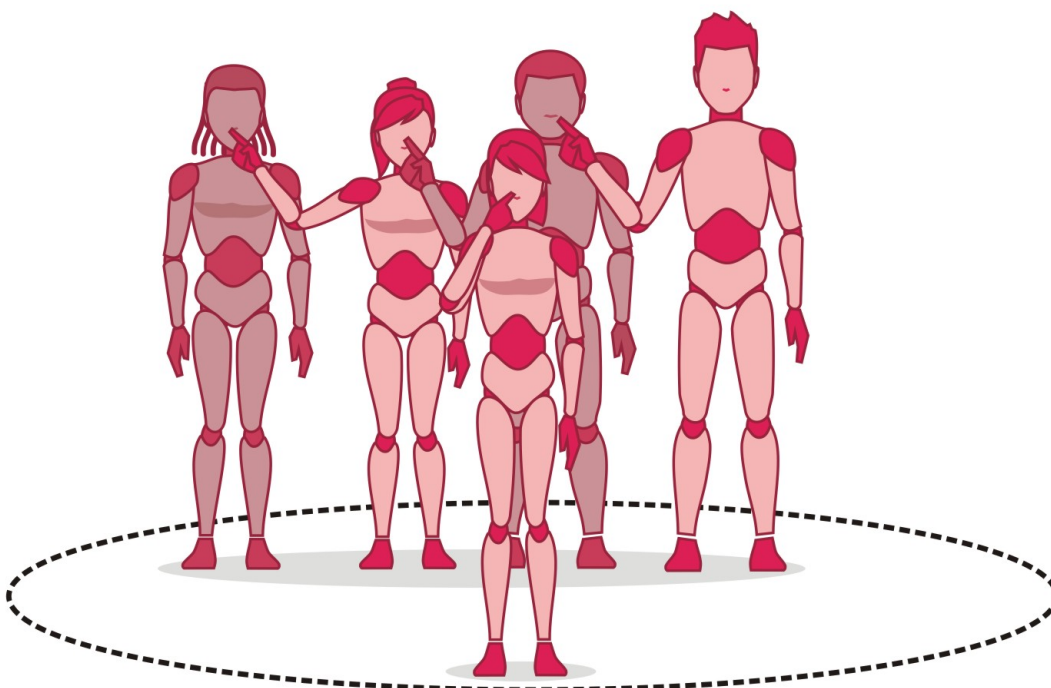
Ejercicios con material:

- Ejecutar recorridos circulares, en zigzag, lineales, en diagonal, realizados con diversos tipos de obstáculos como aros, conos, bastones, compañeros. Primero libremente y luego según la consigna. Se deberá recordar el recorrido y luego plasmarlo en una hoja.
- Conducir diversos tipos de pelotas con la mano, con un bastón o una raqueta por diferentes recorridos. Se puede hacer competencia por relevos, puntería, metas, precisión etc.
- Realizar diversos tipos de lanzamiento de pelotas y balones: por encima de la cabeza, con una mano por debajo y por encima, con las dos manos por debajo, del pecho, etc.
- Resolver laberintos a nivel de espacio amplio y pequeño: en el suelo del salón de clase, en el patio, papel, en el cuaderno, etc.
- Seguir diferentes trazos marcados en el suelo: línea recta, curva, rota.



- Manipular diversos elementos como aros, neumáticos, pelotas, bastones etc., desde diferentes acciones: lanzar, empujar, rodar, patear, etc.
- Por parejas, cada uno tiene una pelota, tiene que pasarla coincidiendo la trayectoria: ambos por arriba, uno por arriba otro por debajo, derecha e izquierda con rebote, uno por arriba y otro por el frente o desde el pecho, entre otras.
- De pie lanzar un aro hacia arriba y en el mismo puesto recogerlo; se podrá dejar rebotar en el piso una vez.
- Lanzar un aro hacia el frente, haciéndolo girar por el suelo, luego salir a cogerlo o saltarlo antes de que caiga al suelo.
- Pasarse una pelota entre los integrantes evitando que un compañero la intercepte; se podrá hacer con las manos, con los pies, picándola, etc.
- De pie estático, lanzar una pelota por encima de la cabeza o por debajo del tronco y retomarla por la espalda o adelante, según sea el caso. Se podrá hacer con una mano, alternando y con las dos.

- En círculo. Uno en el centro dirige el juego. Cuando el del centro dice "izquierda" todos tocan con la mano izquierda la punta de la nariz de su compañero de la izquierda. Cuando dice "derecha", todos tocan con la mano derecha la punta de la nariz del compañero de la derecha. El que se equivoque pasa a dirigir el juego. La parte del cuerpo y la acción con el compañero cercano puede cambiar.



- Los niños se organizan en un círculo agarrados de la mano, uno de los niños se coloca en el centro del círculo y dará las indicaciones a sus compañeros: que el círculo gire a la derecha o la izquierda, que levanten la pierna izquierda, entre otras.
- Sentados en el suelo. Los niños/as simulan tener una fruta en la mano izquierda. Cuando el docente dice "pera", se han de llevar la mano izquierda a la boca (para comerse la pera), cuando dice "plátano" o cualquier otra fruta, se llevan la mano derecha a la boca. Se pueden hacer los cambios rápidos y varias repeticiones.

Ejercicios con material:

- Transportar o mantener elementos con segmentos derechos e izquierdos.
- Coger objetos pequeños con los diferentes dedos de los pies y de las manos derecha e izquierda.
- Con los brazos extendidos a los lados paralelos al piso, pasar el balón de una mano a otra con movimientos de dedos y de muñecas. Podrás incluir el movimiento del tronco.
- Golpear un balón con el pie derecho e izquierdo elevado a 45° sin dejarlo caer al piso.
- Rebotar sobre el piso una pelota con las dos manos y luego con cada una.
- Saltar dentro de una secuencia de aros, con la pierna derecha y con la izquierda
- Golpear una pelota hacia arriba de forma continua con cada una de las manos sin que toque el suelo.
- Se marca una línea en el suelo, un lado es el día y el otro es la noche. Los niños se ubican encima de la línea, a la orden, se ubican en el día y deberán simular que corren, y en la noche se acuestan en el suelo simulando dormir. El juego se repite actuando cada vez más rápido y quien se equivoque de lado será eliminado.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito. Finalmente, se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos e incrementar la dificultad y conciencia corporal.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse.

Es necesario aclarar al inicio de la actividad que los integrantes deberán exigirse corporalmente.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 10: PLANOS DEL ESPACIO

OBJETIVO: Explorar y conocer los planos en los que se organiza el espacio: vertical, horizontal e inclinado.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal y espacial.

MATERIALES: Sillas, mesas, neumáticos, cintas, sogas, barras de equilibrio, escalera, bastones, bloques-tacos, tablas, pelotas, papel y cinta.

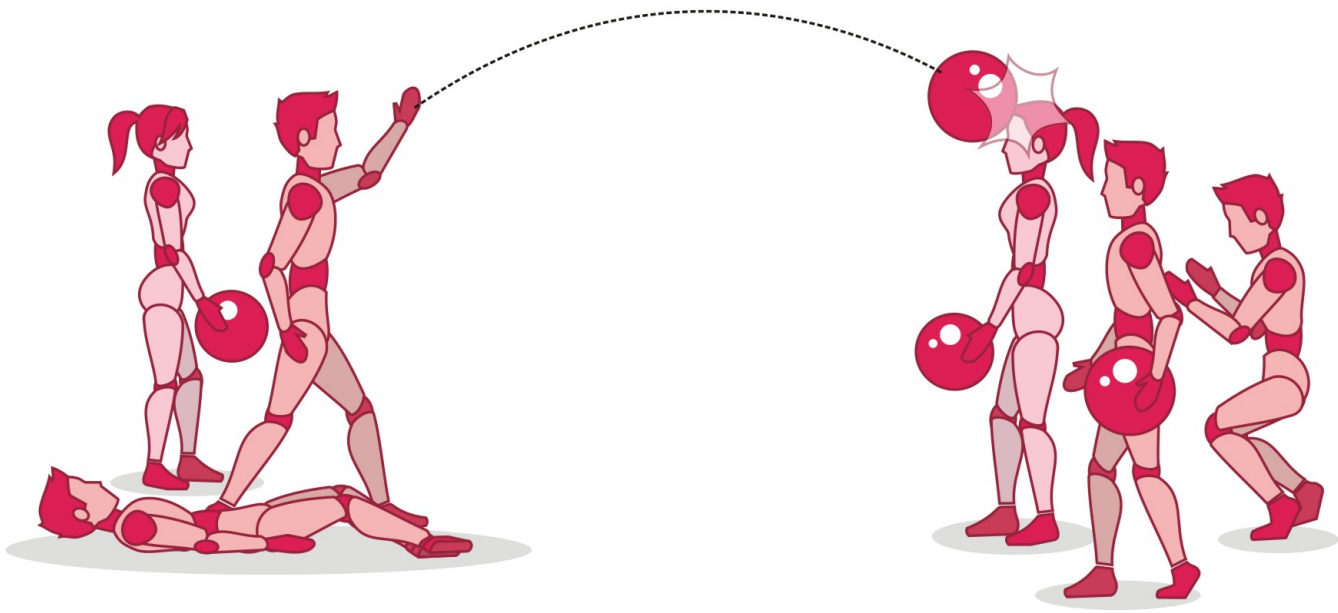
ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

- Plano vertical: posturas verticales del propio cuerpo, construcciones con materiales e intervención con objetos en dicha posición: tablero o mural, etc
- Plano horizontal: posturas horizontales del propio cuerpo: acostado. Y desplazamiento de pelotas, carros, cintas, entre otros.
- Plano inclinado: posiciones inclinadas de los segmentos corporales y trabajos en rampas y escaleras.

Ejercicios

- El docente dibuja en el tablero la forma del contorno del suelo en el espacio donde están ubicados; luego, cada niño pasa al tablero y dentro del contorno dibujado marca un punto; después, intenta ubicarse en el espacio real, en el punto que corresponde al lugar señalado en el tablero. Deberán pasar todos los niños y cada uno resultará ocupando un espacio.
- Todos los niños se ubican libremente por el espacio y practican con el propio cuerpo los conceptos de diagonal, de horizontal (acostado) y vertical (de pie). Luego, se reúnen por grupos y en una hoja o en el tablero cada integrante dibuja la línea realizada. Finalmente, deberán representar con los propios cuerpos la secuencia de línea realizada.
- Se organizan dos equipos enfrentados y cada uno de los integrantes con una pelota, a una orden del educador, cada uno intentará lanzar la pelota a un compañero del otro equipo para inmovilizarlo; en el momento en que sea tocado con una pelota se acostará en el piso inmóvil. Gana el equipo que logre poner a todos sus contrincantes en el suelo en el menor tiempo posible.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos e incrementar la dificultad y conciencia corporal.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 11: LATERALIDAD

OBJETIVO: Explorar, conocer y proyectar la dominancia lateral del cuerpo en el espacio.

APRENDIZAJES: Conocimiento espacial y corporal.

MATERIALES: Papel, lápices, pintura, tijeras, plastilina, aros, balones, globos, botellas o vasos plásticos, arena y tapaojos.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

- Cuando el docente dice "derecha" y/o "izquierda", los estudiantes levantarán algún segmento asignado o libre. Se puede hacer con cambios rápidos y repeticiones.
- Hacer un círculo donde el docente se coloca en el centro, cuando levante su brazo derecho, los niños tendrán que girar hacia la derecha; cuando levante el brazo izquierdo, girarán hacia la izquierda. Se podrá variar la rapidez de los movimientos.
- Los niños se colocan por parejas, uno en frente del otro. Uno de ellos indicará al otro los segmentos o partes del cuerpo que tendrá que mover. Por ejemplo: levanta la pierna derecha, cierra la mano izquierda y con la mano derecha te aprietas la nariz... La indicación puede darla el docente.

ACTIVIDAD 12: RELACIONES GEOMÉTRICAS

OBJETIVO: Explorar, conocer y discriminar relaciones geométricas básicas.

APRENDIZAJES: Conocimiento corporal, espacial y geométrico.

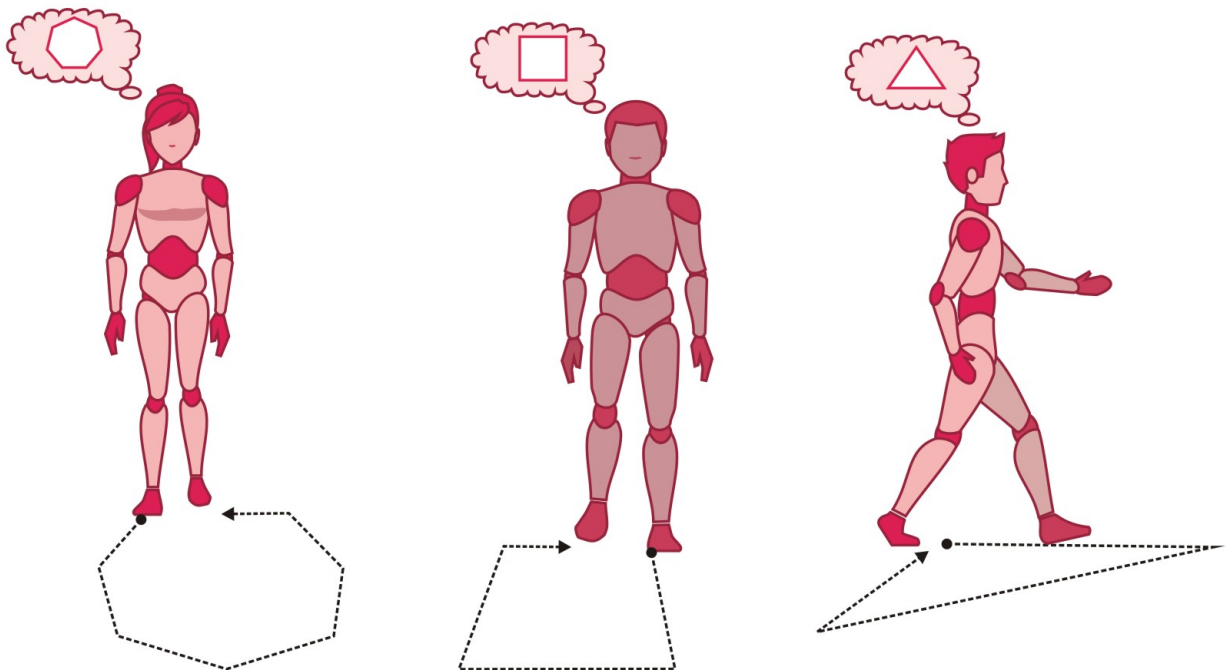
MATERIALES: cinta adhesiva, tiza, palos, cuerda, metro, cajas, mesas, sillas y regla.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios sin material:

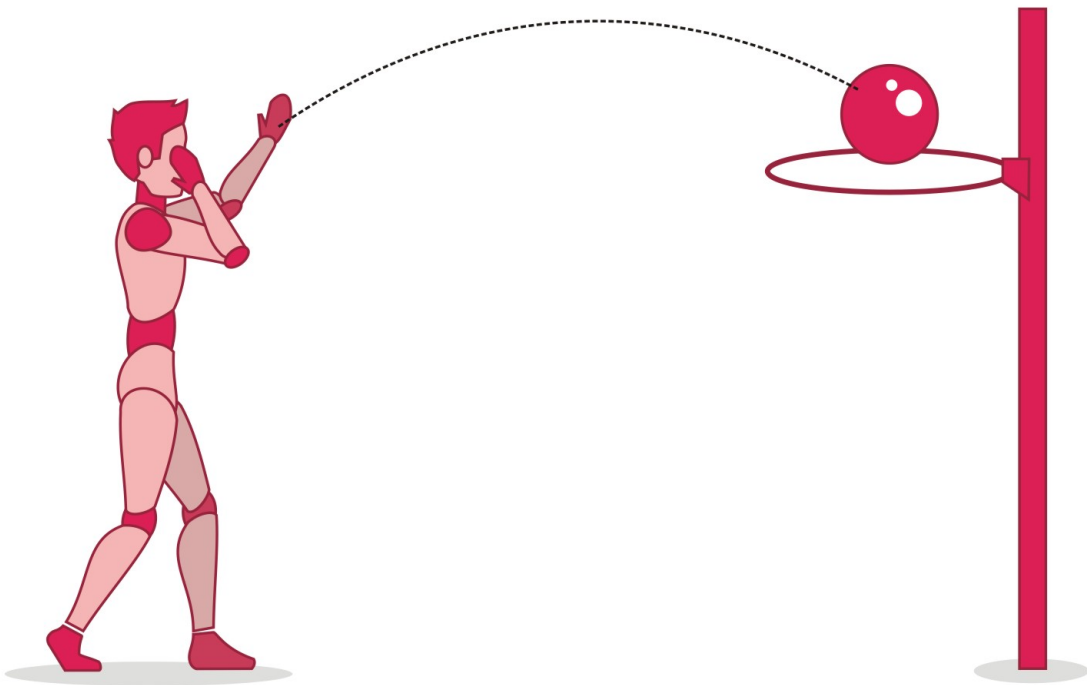
- Cada estudiante se imagina figuras geométricas las cuales se deberán delinear en el piso con el propio cuerpo. El tipo de desplazamiento se puede cambiar: caminando, corriendo, gateando, saltando, etc. La/el docente podrá mostrar a los niños modelos de figuras a seguir.



Ejercicios con material:

- El docente creará en el suelo formas geométricas planas con bolsitas, tizas, cuerdas, etc. Luego, cada niño se desplazará sobre cada una de ellas; después, alrededor de ellas; finalmente, los niños se mueven con libertad por todo el espacio sin tocarlas, hasta que el docente diga una forma geométrica y los niños se dirigirán rápidamente hacia ella.
- El docente ubicará figuras tridimensionales esenciales (cilindro, cubo, cono, etc.) con cajas, mesas, palos, sillas, papel, etc. y los niños deberán ingresar en ellas e intentar representarlas en el papel.
- El docente dibuja diferentes figuras geométricas en el piso, con tiza, palos, cuerdas, cintas, etc. y los niños se agruparan y determinarán, el número de lados, las medidas de los lados, el número de ángulos y el número de vértices de cada figura. Luego, se le explicará a los niños a qué tipo de figura geométrica corresponde: cuadrado, rectángulo, triángulo recto, triángulo equilátero, entre otros.

- Golpear una pelota, globo, caja u otro material con cada uno de los pies e intentar introducirla en un aro.
- El docente entregará papel, lápices y tijeras a cada uno de los niños; luego, se organizan por parejas y cada uno tendrá que dibujar, pintar y cortar las siluetas de las manos y de los pies del compañero. A continuación, se hace un camino con las manos y los pies, y los niños tendrán que poner el pie o la mano correspondiente encima de la silueta.
- Se marca una línea en el suelo; los niños forman una fila uno detrás del otro cogidos por la cintura y se sitúan a un lado de la línea. A una orden, sin despegarse, todos intentan dar un salto y situarse al otro lado de la línea.
- Todos los niños sentados ante una mesa con un porción de plastilina, a la orden, cada niño por un periodo de tiempo debe hacer bolitas, palitos, etc. con la plastilina, usando una sola mano; pasado el tiempo, el educador cuenta cuántas bolitas ha conseguido hacer cada niño. Después, se realiza la misma acción pero con la otra mano. Al finalizar, cada niño observa la diferencia que hay entre las bolitas hechas con una mano y la otra. Recuerde que el tamaño de las bolitas puede variar.
- Conseguir botellas plásticas y rellenarlas con arena; unas se llenarán con la mano izquierda y otras con la derecha.
- Realizar ejercicios de puntería, tapando uno de los dos ojos.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: los ejercicios se podrán realizar de manera aislada o en un circuito. Finalmente, se pueden desarrollar los ejercicios con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos e incrementar la dificultad y conciencia corporal.

REGLAS: El circuito debe tener un inicio, un final, estaciones delimitadas y un sonido que dé el inicio y el descanso entre estaciones. El tiempo y el espacio en las estaciones deberán ser claros y cumplirse.

El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo; se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Cuando el niño tenga mayor dominio de las figuras geométricas, serán ellos mismos quienes diseñen las figuras, tanto en espacio amplio como pequeño.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

Además, el proceso deberá estar mediado constantemente por el conocimiento del docente.

ACTIVIDAD 13: ESPACIO GRÁFICO

OBJETIVO: Representar e interpretar gráficamente el espacio.

APRENDIZAJES: Conocimiento espacial, corporal y motor fino.

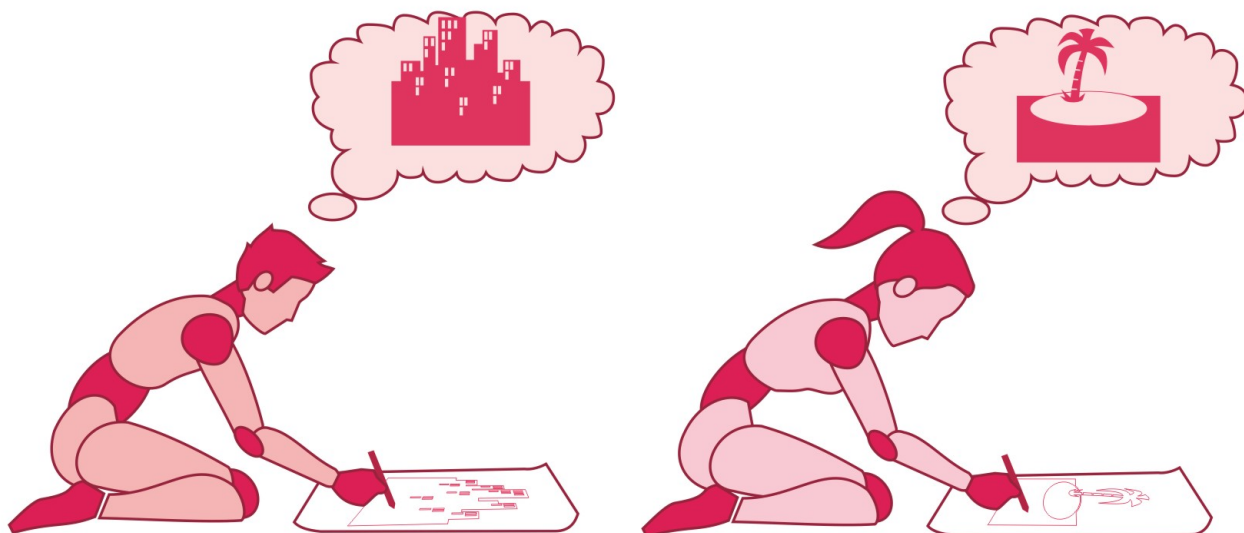
MATERIALES: Papel, lápices.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

Ejercicios con material:

- Con papel y lápices de colores, se le pide a los niños que dibujen un círculo, un sol, un camión o lo que quieran con la mano derecha y luego con la izquierda. Se comentará lo que han sentido.
- Dibujar una figura sobre papel cuadriculado siguiendo consignas de dirección. Hay que partir de un punto señalado y seguir las indicaciones pautadas: dos cuadros hacia la derecha, tres hacia abajo, etc.
- El docente realiza una figura con puntos enumerados, y los niños deberán unir los puntos con líneas hasta completar la figura total.
- Recordar un itinerario de elementos dispuestos en el espacio y representarlo por medio de un dibujo.
- Simbolización plástica o gráfica de una realidad concreta.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Todas las actividades derivadas y relacionadas con el espacio gráfico y correspondientes a la edad del niño.

REGLAS: El aprendizaje debe ser netamente exploratorio, motivante y autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 14: OTRAS ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA ESPACIALIDAD.

- Elaborar un circuito donde se relaciones todas las nociones espaciales trabajadas con anterioridad.
- Realizar ejercicios de danza y expresión corporal
- Practicar juegos tradicionales.
- Procurar que el niño vivencie, represente y plasme las diferentes nociones espaciales.
- Construir secuencias de movimiento corporal que el niño deberá memorizar.
- Trabajar nociones poco enunciadas como lleno y vacío, en el salón, con objetos y con superficies; claro - oscuro de espacios y colores; abierto - cerrado, con diferentes espacio y objetos.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Conoce los diversos niveles del espacio que ocupa el propio cuerpo.			
Se mueve con facilidad en el espacio que ocupa el propio cuerpo.			
Hace uso del espacio circundante para explorar el entorno.			
Conoce y enuncia las nociones básicas del espacio.			
Pone en práctica las diversas nociones espaciales de dirección, de orientación, de situación, de superficie, de tamaño, de distancia, de orden, y de trayectoria.			
Se ubica con facilidad en relación a los objetos del entorno.			
Reconoce y hace usos de los diferentes planos del espacio: vertical, horizontal e inclinado.			
Ejecuta fácilmente ejercicios de espacialidad con ojos vendados.			
Hace uso de herramientas medida como referencia de los objetos a un sistema.			
Diferencia su predominancia lateral en ojo, pie, mano y oído.			

Explora, conoce y discrimina las relaciones geométricas básicas.			
Posee un adecuado dominio del espacio gráfico.			
Representa e interpreta gráficamente el espacio circundante.			
Disfruta de las actividades de espacialidad.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Propone alternativas de movimiento de modo creativo.			
Participa en las diversas actividades de espacialidad que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			





Unidad

2



UNIDAD 2. LA TEMPORALIDAD

¿QUÉ ES?

"La experiencia del tiempo depende del nivel de actividad más o menos elevado, de la motivación que despierta y de la carga emocional que comporta"
(Encarnació Sugrañes, M. Àngels Àngel, 2008)

Los sentidos permiten al cerebro percibir imágenes, sonidos, texturas, ubicaciones en el espacio y en el tiempo, entre otras. Pero esto último, la temporalidad, se lleva a cabo sin que haya un órgano sensorial o receptores especializados que ayuden a desempeñar esta tarea.

Sin embargo, el ser humano en su cotidianidad utiliza la percepción temporal para determinar qué tan rápido se necesita correr para alcanzar una pelota o estimar si se tiene tiempo suficiente para cruzar en el semáforo. Esto significa que el tiempo es la síntesis de todas las sensaciones y percepciones a la vez, ya que es construido a partir de todas las experiencias de cada día.

La percepción temporal es inseparable de la percepción espacial, ya que por medio de las nociones espaciales y de la permanencia del niño va a poder adquirir las nociones temporales y el ritmo. Es aquí donde el sistema auditivo en relación con el sistema visual adquiere gran importancia.

Del mismo modo que se habla del espacio en términos de posición, se hace con el tiempo en términos de coordinación de los propios movimientos, las relaciones de simultaneidad, sucesión y duración. De ahí que un movimiento requiera de la suficiente calidad, entendiéndose esto último como la capacidad de realizar un movimiento con el menor gasto de energía.

Aunque, la percepción temporal tiene un sistema objetivo de medida y ordenación, también esta se encuentra mediada por condiciones subjetivas que hacen que las impresiones de la duración de un lapso de tiempo puedan ser apreciadas de forma desigual por dos personas diferentes; cuando una vivencia es más intensa, interesante, y emocionante, más rápido parece transcurrir el tiempo; o la inversa.

La percepción temporal puede ser analizada desde dos vertientes: la estructura temporal y la orientación temporal.

La estructura temporal.

Está integrada por dos componentes básicos:

- **El aspecto cualitativo:** percepción de orden y organización, la cual se relaciona con la presencia de puntos de referencia en un periodo de tiempo. Estos puntos de referencia pueden ser: en el contexto normal de la vida, sucesos, hechos, o cambios producidos en un periodo considerado: horas, días, semanas, años. Y en un contexto experimental, como los sonidos, las imágenes que se presentan sucesivamente al sujeto durante un periodo o un intervalo de tiempo.
- **El aspecto cuantitativo:** Percepción de la duración, relacionada con el tiempo medido en segundos, minutos, etc., que separa dos puntos de referencia temporales. Cabe anotar, que existe un número de factores de variación de la percepción de la duración que se pueden agrupar de la manera siguiente: la edad, con el tiempo las apreciaciones de tiempo mejoran; la tarea, si es difícil o fácil; y las características del sujeto, lo cual se relaciona con el grado de motivación del sujeto durante el periodo de tiempo considerado, así como con su experiencia, con su inteligencia y su personalidad; estos factores determinan que el tiempo parezca pasar más rápido o más lento.

Fraisse¹ (1967) precisa que el orden o distribución cronológica de los cambios o acontecimientos sucesivos, representa el aspecto cualitativo y la duración, el aspecto cuantitativo.

La orientación espacial.

El ritmo es a la orientación temporal lo que la lateralidad es a la orientación espacial. Así el ritmo se constituye en factor básico de la percepción temporal y representa la organización del movimiento humano.

Existen, pues, varios ritmos que conviene clasificar:

- Ritmos intrínsecos: son los ritmos fisiológicos o de funcionamiento de un órgano, ya que las células en sí tienen una estructura rítmica de trabajo como: ritmo cardiaco, ritmo respiratorio, alternancia de sueño, del estado de vigilia, ritmo de la actividad motriz (marcha, palabra, etc.), ritmo de la actividad nerviosa
- Ritmos extrínsecos: son exteriores al sujeto y expuesto por el ambiente externo, se trata, por ejemplo: intervención musical, la sucesión del día, de la noche, de sesiones, de temperatura, entre otras.

Los ritmos intrínsecos y extrínsecos están íntimamente relacionados, ya que las respuestas a los estímulos extrínsecos dependen de los ritmos intrínsecos en gran medida, por ejemplo: la coordinación de movimientos corporales con la música.

Así mismo, se pueden distinguir tres secuencias en el desarrollo de la capacidad rítmica, que son:

- La inducción rítmica: originada por una reacción de percepción inmediata.
- La discriminación cognitiva: fruto de los procesos de asimilación, distinción y comprensión de estructuras rítmicas.
- Ejecución motriz: último nivel de capacitación rítmica, y depende del aprendizaje.

FASES DE EVOLUCIÓN

La evolución temporal del niño viene configurada desde la vivencia, la discriminación y la estructuración de movimientos. Así, es necesario tener en cuenta la manera como se ha llevado a término esta vivencia, sin olvidar, que se combinan factores muy significativos:

- Las características orgánicas del niño.
- La estabilidad afectiva en las relaciones niño-adulto.
- La armonía de pautas.
- El nivel de lenguaje utilizado.
- La sintonización del ritmo materno.

¹ Paul Fraisse (1911-1996) psicólogo francés, conocido por sus trabajos sobre la percepción del tiempo. Fue presidente de la Union Internationale de Psychologie Scientifique de 1966 a 1969 y director, entre 1952 y 1979, del Laboratorio de Psicología Experimental y Comparada de la Universidad René Descartes, que formó numerosos psicólogos experimentales en Francia.

FASES	CARACTERÍSTICA
Experimentación	El tiempo para el niño está relacionado con la vivencia corporal. Por lo tanto, jugando con el propio cuerpo y multiplicando las sensaciones es como se nota el ritmo personal, se tomará conciencia del desarrollo de las acciones en el tiempo y se adquiere los elementos de base: en esta fase son ideales los juegos rítmicos ² y los diversos tipos de desplazamientos (marcha, salto, carrera, cuadrupedias, reptaciones, trepar, deslizamientos).
Control de sí	El niño tomará conciencia de los acontecimientos ajenos a sí y de su desarrollo sucesivo, bajo parámetros de control y adaptación: son ideales los ejercicios de desplazamiento, percusión y la realización de rutinas diarias como comer, dormir, bañarse, jugar, pasear, etc.), las cuales llevarán a la percepción y a la integración de las nociones de situación y de orden temporal.
Primeras nociones	El niño empieza a manejar el vocabulario temporal y las nociones elementales del tiempo físico y presente como: noción de intervalo, noción de velocidad, noción de duración, noción de sucesión.
Nivel simbólico	Es la conciencia y la representación de los acontecimientos sucesivos al tiempo inmediato, entendiéndose como la coordinación de diferentes elementos, liberación progresiva del movimiento y del espacio, extensión y aplicación de los aprendizajes escolares de base y la transposición de los ejercicios de coordinación dinámica

TRASTORNOS

Las dificultades de la percepción temporal sería un fundamento base en el desarrollo lecto-escritor del niño.

En relación con la lectura, aparecen dificultades para establecer la relación entre el ritmo y la lectura y originan vacilaciones y pausas incorrectas, silabeos o lectura mecánica veloz. (Vallés, 1993)

En la escritura, los problemas que con mayor frecuencia se observan son aquellos que tiene que ver con el espaciamiento incorrecto de letras, palabras o renglones (Martín, Delía, 2008)

² Los juegos rítmicos son aquellos en los que interviene el factor musical o en los que los movimientos están determinados por el tiempo.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar la percepción temporal en el niño es necesario:

- Partir del proceso de sucesión de las actividades cotidianas, procurando la regulación de los ritmos vivenciales.
- Favorecer la capacidad de espera suficiente, a la vez que se consigue más perseverancia en la acción. Es decir, la alternancia entre hacer y esperar, ya que contribuye a las nociones temporales, al proceso de regulación de la acción, al control de impulsos y a la organización de la conducta.
- Fomentar los ritmos corporales espontáneos y la posibilidad de sincronizarlos contando con un soporte musical adecuado.
- Comprender que una condición esencial es que el niño viva las situaciones con placer y, a la vez, con suficiente orden como para que se permita la regulación de los ritmos biológicos y motores.
- Favorecer que el niño pueda explorar y experimentar de forma libre situaciones diversas, las cuales progresivamente se irán orientando objetivamente.
- Vivenciar todos los aspectos de tiempo antes señalados, desde todas las variantes posibles y ejercitar a los niños desde muy pequeños, lo cual facilita el poder conseguir una flexibilidad motriz y mental adecuada para adaptarse mejor a las diferentes relaciones contempladas a nivel temporal.
- Enfocar el trabajo en un principio con el propio cuerpo; luego, con los objetos del entorno más cercano, y finalmente con los demás.
- Respetar los estados de desarrollo del niño, especialmente lo relacionado al conocimiento de las experiencias previas que el niño ha tenido con relación al tema y sus ritmos de trabajo.
- Tener en cuenta la progresión en la dificultad de las actividades, de lo más sencillo a lo más elaborado.
- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar o expirar) ya que ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.
- La percepción del tiempo está asociada con otros procesos cognitivos como la atención y la memoria. Medir correctamente la duración de un evento - como el tiempo que necesita que la leche hierva a fuego lento antes de apagar el fuego - requiere una cierta cantidad de atención si usted está ocupado. Trabajar la memoria, se constituye como uno de los elementos esenciales de la organización temporal, puesto que es un punto clave en todo el proceso de estructuración cognitiva.
- Evitar no olvidar, los aspectos más formales como el aprendizaje de las nociones de medida objetiva: calendario, reloj, entre otros, los cuales se irán adaptando progresivamente a los criterios de ordenación temporal propios del medio cultural en el que se vive: casa, colegio, etc.
- Seleccionar un espacio amplio que tenga buena capacidad sonora; esto posibilita conseguir la máxima expresión en los niños.
- La percepción adecuada del tiempo permite colocar los eventos en el orden en que ocurrieron.

DESARROLLO DE LA PERCEPCIÓN TEMPORAL

Es necesario destacar que la percepción temporal debe ser trabajada de manera sistemática desde el inicio de la escolaridad y teniendo en cuenta los niveles de desarrollo del niño.

Por este motivo la tarea del adulto debe consistir, sencillamente, en tratar de favorecer la aptitud natural del niño para crear ritmos distintos y adaptarse a ellos. Además, insistir en la necesidad de abordar esta función desde todas las perspectivas posibles, creando diversas situaciones; ya que en la estructuración de la temporalidad inciden diversos canales sensorio-motores que se relacionan entre sí: oído, vista, tacto y cinestesia.

A continuación, se plantean algunas actividades que contribuyen al desarrollo de la percepción temporal. Se pueden hacer individualmente, por parejas o por grupos, con elementos o sin elementos, y podrán ser dirigidas por el docente o por los mismos niños, según sean las condiciones o necesidades de la institución.

ACTIVIDAD 1: PERCEPCIÓN DEL PROPIO TIEMPO MOTOR

OBJETIVO: Experimentar y comprender el propio tiempo motor.

APRENDIZAJES: Percepción temporal y espacial, desplazamientos.

MATERIALES: Neumáticos, palos, sillas, mesas, lazos, aros, pelotas, música, grabadora.

ORGANIZACIÓN: Inicialmente se distribuyen los niños en fila, luego por parejas y finalmente por equipos. Los materiales con los que cuente la institución se distribuyen por el espacio.

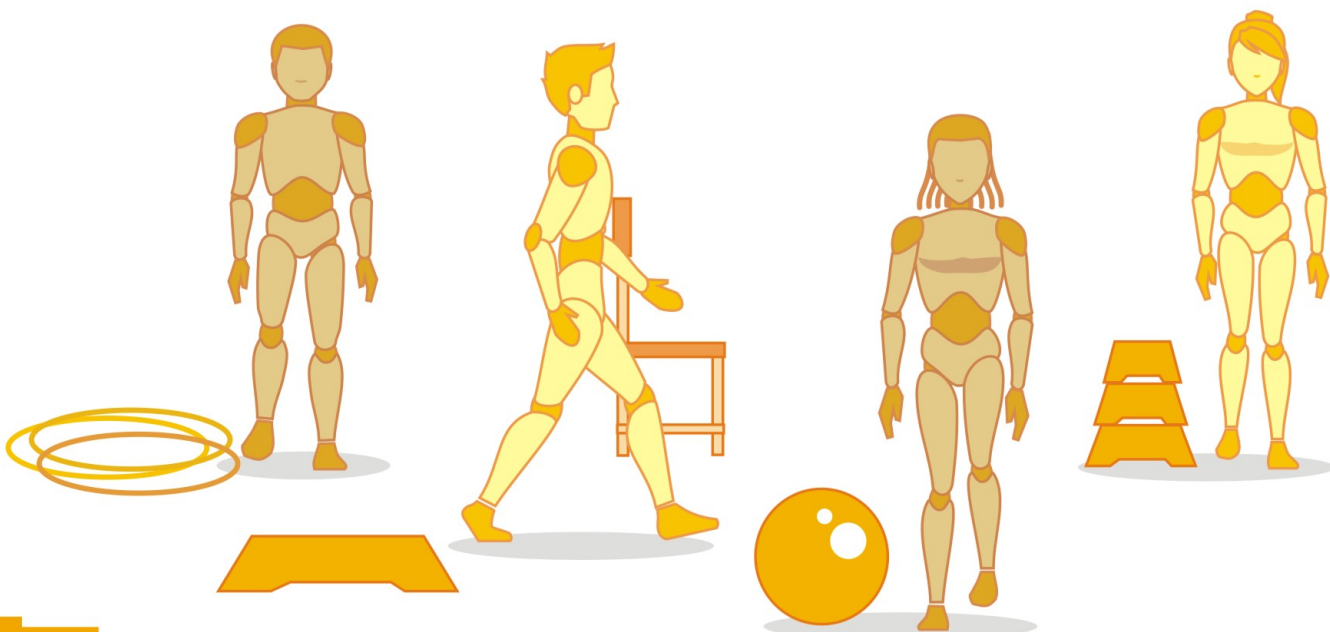
DESARROLLO: Cada uno de los niños deberá desplazarse (correr, caminar, saltar, en puntitas...) y adaptarse a diversos elementos (neumáticos, palos, sillas, mesas, lazos, aros, pelotas, tobogán, media luna, entre otros) distribuidos en el piso o salón de manera espontánea. El niño debe acomodarse a cada material y a los turnos de participación.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Los desplazamientos se podrán hacer con ruido o en total silencio.

REGLAS: Es de vital importancia en esta actividad favorecer la exploración antes de establecer patrones a seguir, ya que el objetivo es determinar el propio tiempo motor del niño.

Por otro lado, los niños deberán respetar los turnos de participación, o de lo contrario serán devueltos al final de la fila.

Por último, es importante aclarar a los niños las normas de seguridad de las que requiere el juego según los materiales utilizados, por ejemplo: no empujarse, no tocarse, no golpearse, no interrumpir el trabajo del compañero, entre otras.



ACTIVIDAD 2: MIS ACTIVIDADES COTIDIANAS

OBJETIVO: Organizar, verbalizar y recordar diferentes momentos en un periodo de tiempo, ya sea en el pasado o el futuro.

APRENDIZAJES: Percepción temporal y espacial, memoria y hábitos saludables.

MATERIALES: El propio cuerpo.

ORGANIZACIÓN: Los niños se ubican en un círculo sentados.

DESARROLLO: El docente hará preguntas a los niños en relación a las actividades realizadas en la cotidianidad, como:

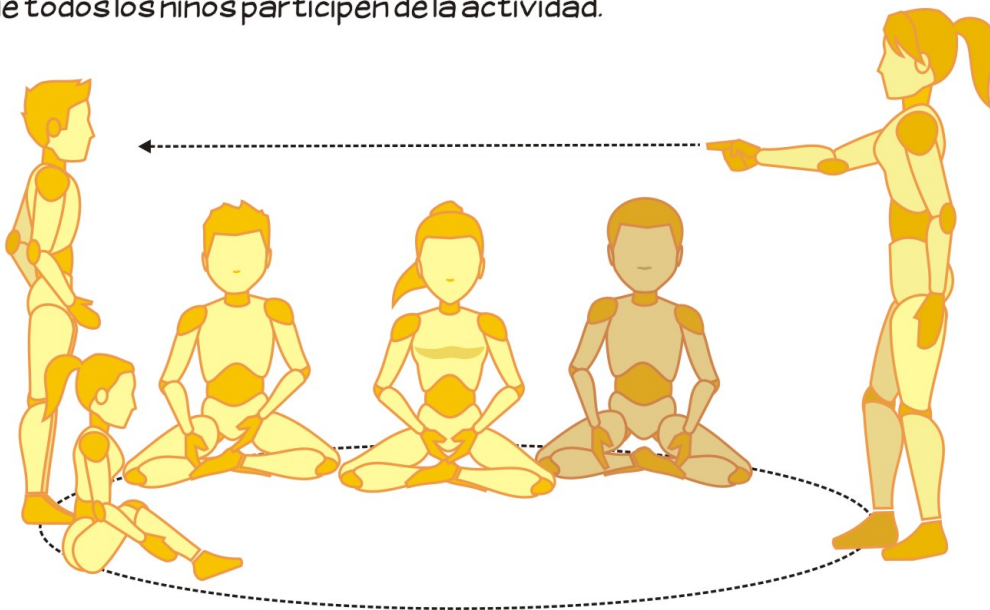
- ¿Qué haces en la mañana?
- ¿Qué haces en la tarde?
- ¿Qué haces en la noche?

Luego, cada niño deberá organizar su propio día de acciones y compartirlas a los compañeros, por ejemplo: yo, Santiago, me:

- | | |
|--------------|---------------------|
| 1. Despierto | 7. Almuerzo |
| 2. Levanto | 8. Juego |
| 3. Baño | 9. Ceno |
| 4. Visto | 10. Pongo la pijama |
| 5. Desayuno | 11. Veo televisión |
| 6. Estudio | 12. Duermo |

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Esta actividad se podrá realizar a través de la expresión gráfica como un listado de acciones o con dibujo. O con la expresión corporal, donde cada uno de los niños realiza todas las acciones cotidianas en un orden determinado y los compañeros podrán adivinarlas.

REGLAS: Es necesario fortalecer la libre expresión y ante todo el respeto por la escucha. De igual modo velar porque todos los niños participen de la actividad.



ACTIVIDAD 3: PERCEPCIÓN DE LAS NOCIONES TEMPORALES

OBJETIVO: Comprender las diferentes nociones temporales.

APRENDIZAJES: Percepción temporal y espacial, expresión verbal-escrita y corporal, memoria, nociones lógico-matemáticas, creatividad.

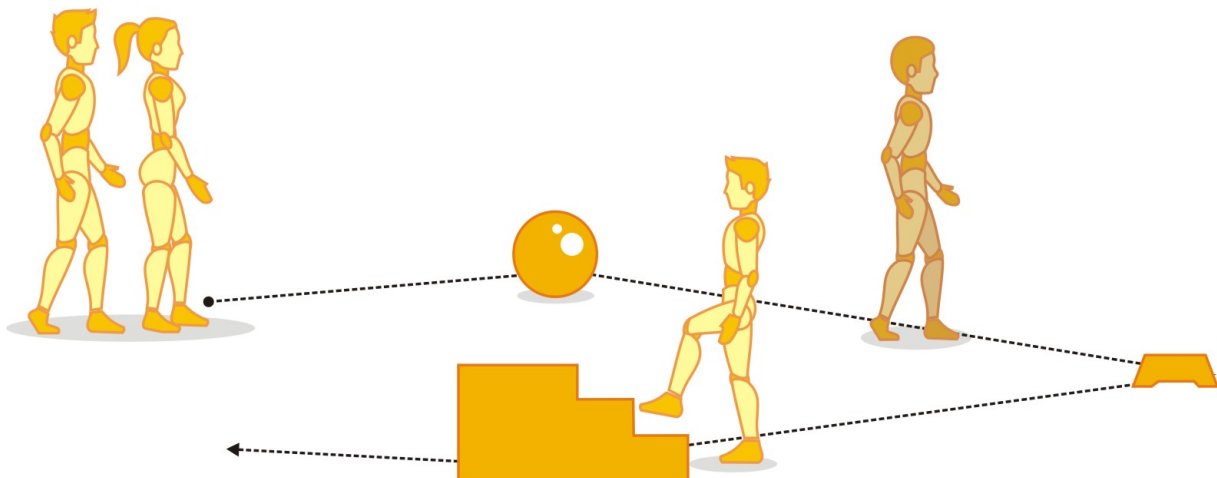
MATERIALES: Cuentos, fotos, imágenes de revista, música, grabadora, instrumentos musicales, papel, lápices, tizas, pelotas, globos, pañuelos, cintas, sillas, tapaojos y cronómetro.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán en el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

1. Nociones de sucesión u orden³

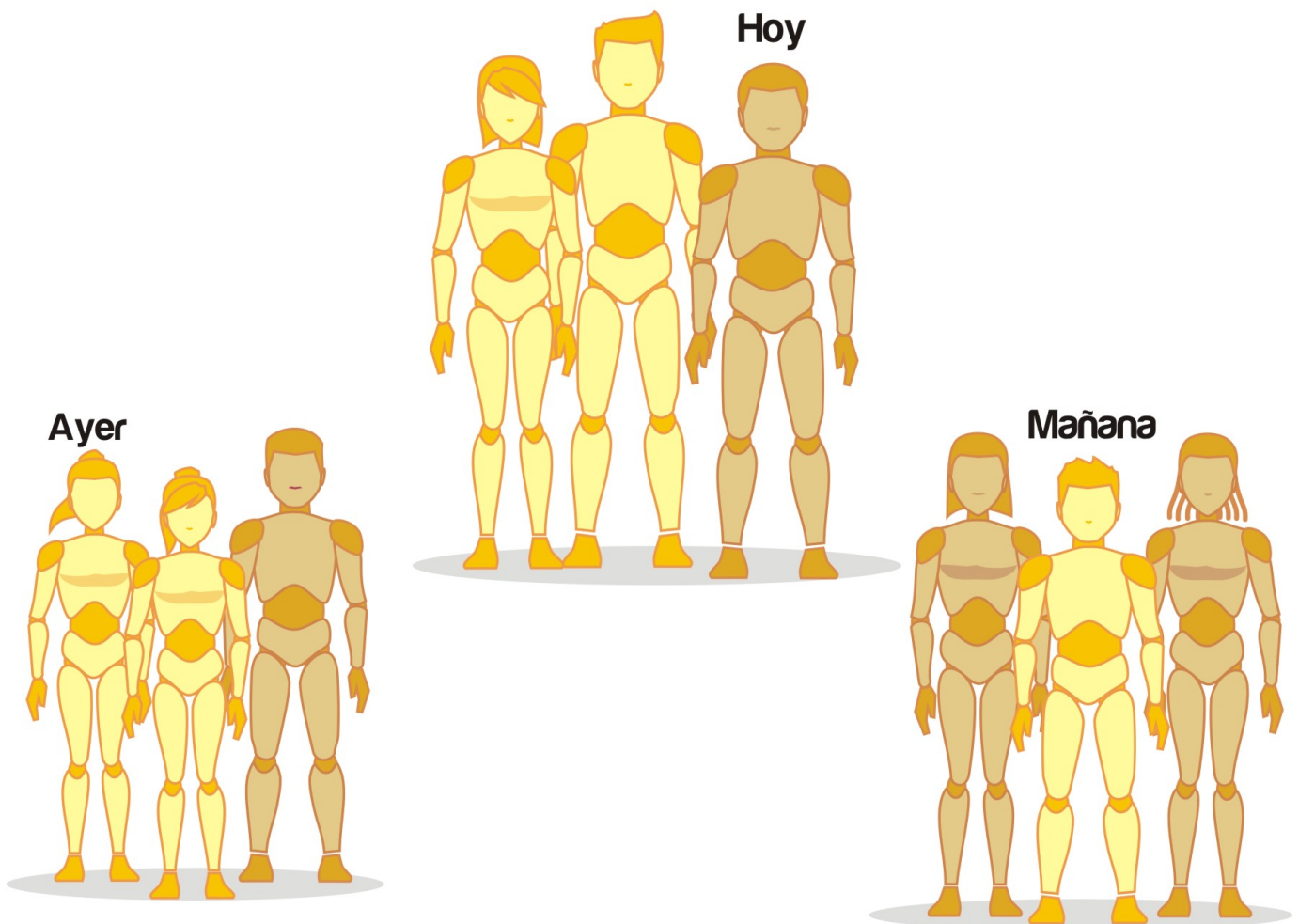
- Que el niño diga las actividades que ha hecho antes de ir al colegio, actividades que está haciendo y actividades que hará cuando salga del colegio.
- Que el niño diga las cosas que hace antes o después de una actividad determinada. Ejemplo: Antes de comer, después de levantarse, antes de acostarse...
- Contar cuentos a los niños y preguntarles lo que pasó antes o después de un determinado momento.
- Con fotos del niño cuando era pequeño, que diga las diferencias que observa de cómo era antes o cómo es ahora.
- Que el niño se dibuje y represente de pequeño, en el presente y cómo piensa que será de mayor.
- Dibujos que representen al hombre, carros, arquitecturas en tres momentos de la historia (prehistórico, actual y futurista) para que el niño los relacione con antes, ahora, después.
- Se ubican por parejas, uno de los integrantes simula que se está bañando y el otro compañero al final deberá verbalizar el orden de las acciones que realizó el compañero.
- El docente reparte diferentes objetos por el espacio, inicialmente pasa un niño y al ritmo de la música hace un recorrido como quiera, cuando pare la música, el niño queda inmóvil como un objeto más. Pasa otro niño y, al compás de la música, deberá hacer el mismo recorrido que hizo el compañero anterior, hasta cuando pare la música. El juego termina cuando todos los integrantes pasen y queden inmóviles.



³ Distribución sucesiva de las características y cambios de los hechos y situaciones que acontecen. En una secuencia, es la discriminación de que una cosa se encuentra o sucede antes o después que otra.

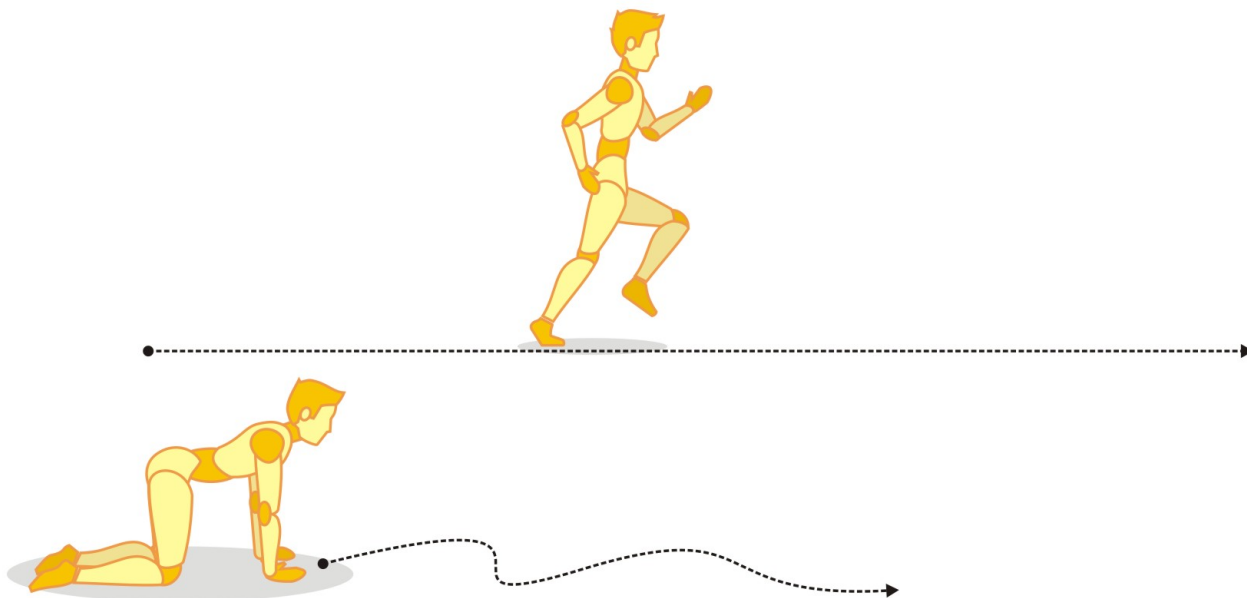
Distinguir: hoy - mañana - ayer:

- El docente preguntará ¿qué cosas hicieron ayer en clase y en sus casas?, y los niños irán contestando.
- El docente dirá las cosas que se harán mañana.
- El docente, hacia el final de la clase, pregunta por las cosas que se han hecho «hoy».
- En cartulinas o papeles, el docente dibuja o escribe diversas actividades, los niños (en grupo o de forma individual) las agruparán según su realización corresponda a ayer, hoy o mañana.
- El niño dirá tres programas de televisión que sean de su agrado y que se emitan: uno hoy, otro mañana, y otro que se emitió ayer.
- En una cartulina el docente dibuja tres escenas que representen el hoy, el mañana y el ayer del hombre, del vestido, del automóvil. El niño tendrá que señalar cuál corresponde a cada momento.
- En un dibujo en el que se presente una escena determinada, se incluirán objetos que no pertenezcan al momento representado. El niño tendrá que decir si pertenecen al ayer, al hoy o al mañana.
- Preguntar al niño: ¿Qué día es hoy?, ¿qué día será mañana? y ¿qué día fue ayer?
- Se divide el curso en grupos de tres niños y a cada trío se le asigna un tema. Cada uno de los tres niños asumirán los papeles del «ayer», del «hoy» y del «mañana». El «ayer» tendrá que hablar siempre en pasado, el «hoy», en presente, y el «mañana», en futuro; el que se equivoque hace que pierda el equipo y queda eliminado. Gana el equipo que logre hablar del tema por un periodo de tiempo determinado.



2. Nociones de duración⁴

- Comparar la duración en la realización de recorridos variando el tipo de desplazamiento; por ejemplo, cuánto duro en recorrer un camino gateando, corriendo, saltando, pateando un balón, desplazando un aro, etc.
- Inventar y seguir con diferentes desplazamientos caminos cortos y largos.

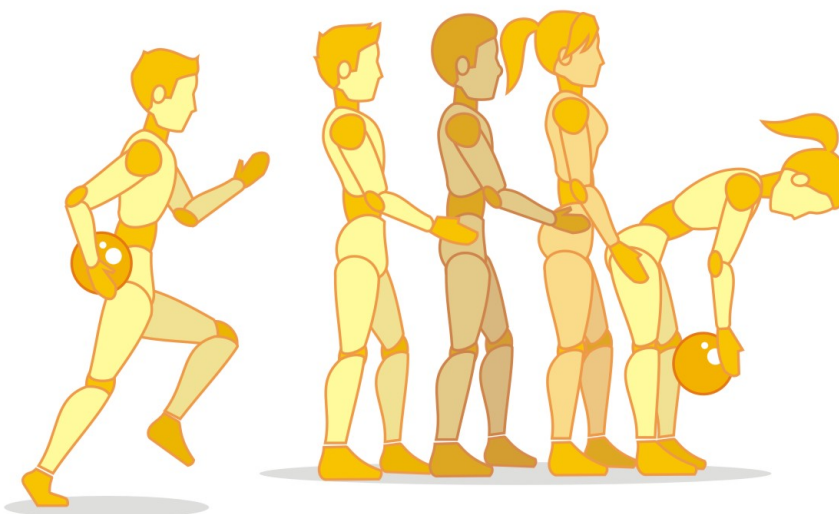


- Practicar lanzamientos largos y cortos con pelotas, globos, pañuelos, etc. hacia un punto determinado. Se podrá determinar cuál dura más o menos en caer.
- Pasar la pelota a un compañero que está en frente: lanzándola por encima de la cabeza, con una mano, de pecho, picándola, rodándola, etc.
- Saltar lazo individualmente, por parejas y en grupo, y determinar quién dura más.
- Se ubican los niños en un círculo y uno de ellos en el centro quien tiene en las manos un lazo o bastón. Él se moverá girando el elemento a ras de piso y los demás integrantes deberán evitar ser tocados con el mismo, a través de un salto.
- Resolver un laberinto en el suelo o en una hoja, recorriendo o dibujando el camino más corto y el camino más largo.
- Hacer un recorrido y contar la duración mentalmente, luego hacerlo con los ojos vendados y mirar si la distancia es la misma que la anterior.
- Vivenciar y diferenciar sonidos largos y cortos de voz, de música, de instrumentos, entre otros. Por ejemplo: todos los niños se ubican en un semicírculo y el docente mantiene tres palos de diferente tamaño escondidos en la mano. Cuando se muestre el palo corto los niños emiten con la voz o golpe un sonido breve, con el palo largo se emite un sonido largo y con el más pequeño se debe permanecer en silencio.
- Jugar con canciones cortas y largas.
- Cada uno de los niños, con globo inflado, baila al ritmo de la música. Si la música para, los niños sueltan los globos en el aire y los vuelven a agarrar. El globo no debe tocar el suelo y quien lo deje caer queda eliminado del juego.

⁴Representación del tiempo físico medido en unidades propias del mismo que separa dos referencias temporales. En una secuencia es la discriminación del espacio de tiempo que dura un respuesta o actividad.

3. Nociones de velocidad⁵

- Realizar sonidos rápidos y lentos.
- Ejecutar movimientos rápidos y lentos: de movimientos segmentarios y globales como: correr, caminar, lanzar, saltar, etc. y variando la dirección: saltar rápido hacia adelante y caminar lento hacia atrás.
- Golpear o lanzar diferentes elementos (pelota de ping pong o de caucho, balón, bomba, cintas, pañuelo etc.) con el ánimo de comprender las velocidades de desplazamiento de cada uno de los elementos; puede lanzarse libremente o contra algún objetivo.
- Correr por parejas, siguiendo al compañero que cambia de velocidad constantemente.
- Perseguir a distintos compañeros tratando de tocarlos.
- Observar el recorrido de un compañero que cambia de velocidad y desplazamientos constantemente y después reproducir el mismo recorrido.
- Se colocan cuatro o más sillas en el centro del espacio y en cada una de ellas se cuelga una bata o un saco. A una orden del docente, un grupo de cuatro niños sale hacia las sillas: se sienta y se pone las batas. Luego, sale el otro grupo de cuatro niños, quienes quitarán las batas a sus compañeros, se sientan y se la ponen. Así sucesivamente, hasta que pasen todos los integrantes. Gana el equipo que logre hacerlo en el menor tiempo posible.
- Todos los niños se forman en una fila de pie, del más pequeño al más grande; a una orden del educador la fila se rompe rápidamente y todos los niños corren libremente por el espacio. A la segunda orden, todos los integrantes vuelven y forman la fila en el mismo orden.
- Se forman equipos en fila de igual número de integrantes; uno detrás del otro, de pie, con las piernas abiertas y sin separación entre ellos. El primer niño de la fila tiene una pelota en las manos, y a una orden del docente, lanza la pelota rodando a través del túnel de piernas hacia atrás. El último niño del túnel recoge la pelota y corre hacia adelante de la fila. Seguidamente, este jugador lanza otra vez la pelota por el túnel de piernas. Finaliza el juego cuando todos los niños hayan pasado y gana el equipo que lo haga más rápido.
- El docente coloca en una base tantos pañuelos atados cuantos niños participen. A la señal del docente, ellos tendrán que desatar el pañuelo y anudarlo en otro lado del aula.



⁵ Es la discriminación de respuestas con adaptación a ritmos de ejecución diferente (rápido o lento).

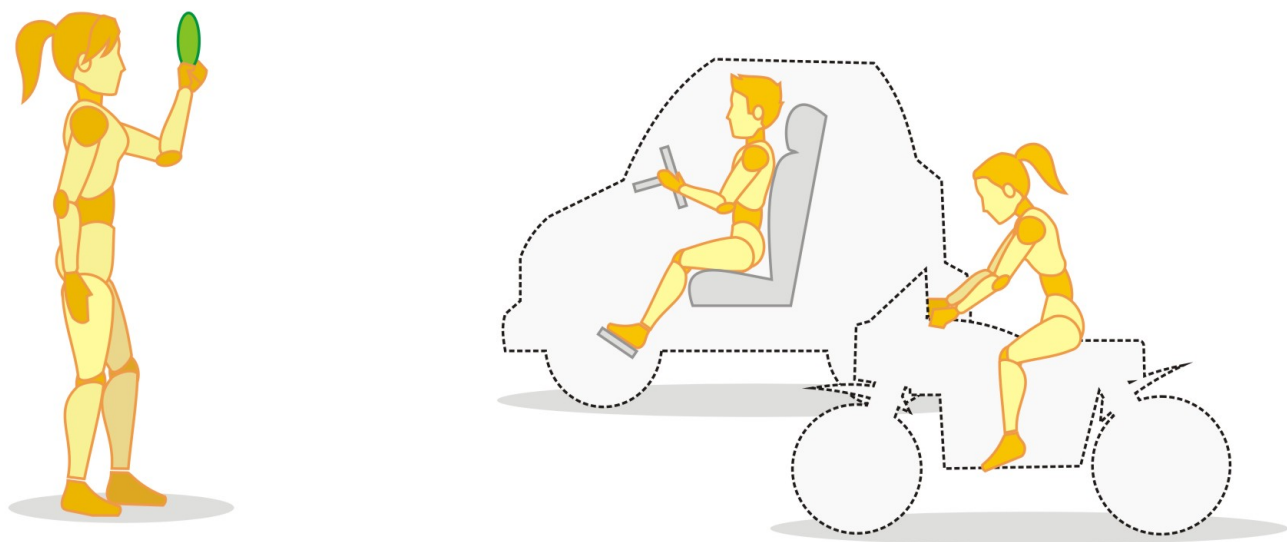
4. Nociones de simultaneidad y alternancia⁶

- **Sincronizar dos movimientos:** circunducciones de brazos, uno en una dirección y rápido y el otro en otra dirección y lento; caminar dando palmas; saltar y dar palmas dejándose llevar por la música; caminar o correr pivoteando una pelota en el suelo; entre dos compañeros uno pica la pelota y el otro al tiempo da un salto o viceversa; también se puede realizar con sonidos.

- **Realizar acciones alternadas:** lanzar una pelota por el aire hacer un rollito y recibirla; en un recorrido, saltar en el puesto, a un lado, al otro, adelante y luego acostarse; saltar una secuencia de obstáculos (aros) que están ubicados a la misma distancia; cada vez que se haga un sonido se deberá hacer el salto o cada vez que se salte deberán producir un sonido (palmas, grito, silbido); sentados en un círculo con una pelota, uno de los niños dice el nombre de un compañero y le lanza la pelota, hasta que pasen todos los integrantes; dar dos palmadas y luego cruzar los brazos al pecho, entre otras.

5. La percepción de continuidad o discontinuidad⁷

- Cada uno de los niños representa un medio de transporte que se desplaza por la ciudad, y este deberá cumplir las explicaciones del semáforo que la docente va a expresar: rojo-parar, amarillo-anticipar y verde-arrancar.



- Adaptarse a diferentes tipos de desplazamientos en los que intervengan simultáneamente las relaciones de parar y arrancar según suene o no un instrumento musical.

- El docente reparte a cada niño un trozo de papel aluminio de igual tamaño. Sentados en el piso y en círculo, uno de los niños tiene una bola pequeña, la envuelve con papel aluminio y la pasa al niño de su derecha. Así sucesivamente, hasta que aquella bolita se haya transformado en una bola de aluminio grande. Podrán crear su propio material deportivo.

⁶ Es la discriminación del momento concreto en que transcurren dos o más acciones, según se realicen al mismo tiempo o una detrás de otra.

⁷ Es la discriminación de la circunstancia de que los hechos se dan con o sin interrupción durante un espacio de tiempo determinado.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Los ejercicios se pueden desarrollar con ojos cerrados o vendados para favorecer los procesos creativos y autónomos.

Todas las actividades que se deriven de las necesidades, intereses y condiciones de los niños y el docente.

REGLAS: Es de vital importancia favorecer la libre exploración y el respeto antes de establecer patrones a seguir. Además, es necesario aclararle a los niños las normas de seguridad de las que requiere el ejercicio según los materiales utilizados, por ejemplo: no empujarse, no tocarse, no golpearse, no interrumpir el trabajo del compañero, entre otras. Y exponer claramente en qué consiste cada una de las nociones trabajadas con anterioridad, para no generar en el niño confusiones. Finalmente, velar por que todos los niños participen de la actividad.

Recuerde que el aprendizaje debe ser motivante, autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 4: TRABAJO RÍTMICO

OBJETIVO: Estimular la percepción rítmica.⁸

APRENDIZAJES: Percepción temporal y espacial; expresión verbal, escrita y corporal; nociones lógico-matemáticas; la atención; la memoria; la creatividad y el autocontrol.

MATERIALES: Instrumentos musicales, música, grabadora, cintas, aro, pelotas, globos, bastones, tapaojos, papel, pinturas y pincel.

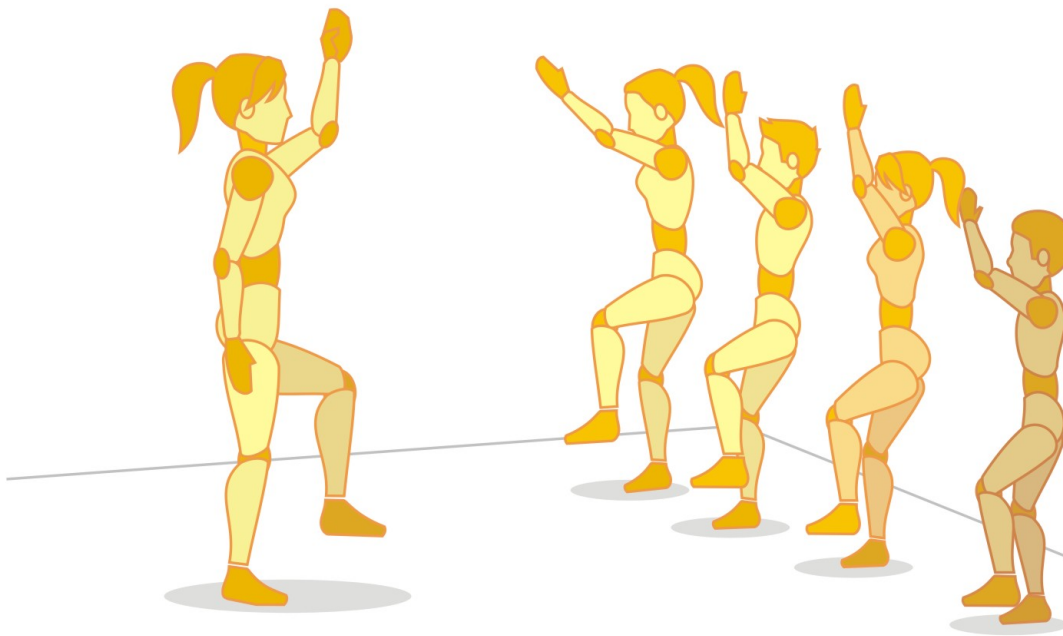
ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

- Reproducir y crear ritmos con cualquier parte del cuerpo y objetos, por ejemplo, un niño o el docente nombra un segmento corporal y los compañeros deben realizar el mayor número de sonidos posibles con dicho segmento.
- Todos los niños están con los ojos vendados y el docente tiene diferentes instrumentos musicales. El docente deberá reproducir el sonido y los niños se dirigen con precaución donde está el sonido.
- Adaptar los desplazamientos a diferentes ritmos propuestos, por ejemplo: los niños caminando por el espacio siguen el ritmo marcado por un tambor u otro instrumento. Se podrán establecer consignas como, a un golpe se avanza un paso, si se dan dos golpes se dan dos pasos hacia un lado y si se dan tres golpes, hay que retroceder tres pasos, o de lo contrario, a cada golpe los niños deberán recoger papeles, pelotas o lápices de colores dispuestos en el piso.
- Percibir músicas con ritmos diferentes y adaptarse bailando individualmente, en pareja o en un grupo, utilizando material o no para ayudarse a seguir el ritmo (cintas, aro, pelotas, globos...). Se podrá hacer con ayuda de sillas, las cuales los estudiantes deben ocupar cuando pare la música; uno de los integrantes quedará eliminado ya que el número de sillas es menor al número de participantes.

⁸ Es la discriminación de conjuntos rítmicos formados por unidades diferentes agrupadas de manera regular o irregular. En esta estructura es necesario considerar los conceptos de intervalo o pausa (espacio de tiempo vacío entre un conjunto y otro) entre diferentes conjuntos y de

- Realizar secuencias de movimientos y sonidos con las manos golpeando el suelo, una mesa o un tambor, por ejemplo, dos golpes con la mano derecha y uno con la izquierda. Esta actividad también se puede realizar con los pies, los dedos y otros segmentos corporales.
- Golpear un elemento como la pelota o bastón contra el suelo como se indique: dos golpes, un golpe, etc.
- En parejas, el compañero hace 6 palmadas y el otro los reproduce con movimientos
- En parejas, el compañero hace una secuencia de 6 movimientos y el otro los tiene que reproducir con palmadas.
- Reproducir una secuencia escuchada: derecha, izquierda, adelante, atrás, salto, etc., con su propio cuerpo, con o sin ayuda de elementos.
- Todos los niños sentados ante la mesa de trabajo, el docente da al niño una hoja de papel blanco, un pincel y pinturas de varios colores. Hay que escuchar la música y pintar en la hoja de papel al ritmo de la música.
- Se le vendan los ojos a un compañero, el resto de los niños se sientan en el suelo. A una orden del docente, otro niño se levanta y empieza a tocar el pandero. El que tiene los ojos vendados está atento al sonido del pandero e intenta acercarse a él. Los demás compañeros podrán permanecer en silencio o ayudarlo al compañero según acuerdo. Todos los niños deberán tocar el pandero y vendarse los ojos.
- El docente muestra una serie de movimientos con el cuerpo que después los practicantes deben realizar siguiendo el ritmo de la música. Se recomienda inicialmente hacerlo sin música, luego con una marcación oral y finalmente con música.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Todas las rondas infantiles, los juegos pre-coreográficos, los bailes y las danzas con o sin instrumentos como las tunas, son ideales y enriquecedoras para el desarrollo rítmico en el niño. De ahí que la reproducción por imitación o no imitación de movimientos de una danza tradicional o moderna, de modo libre, preciso y/o sincronizado, individualmente, por parejas o grupo, funciona como una herramienta eficaz para el desarrollo de la temporalidad.

REGLAS: Es importante favorecer la libre exploración antes de establecer patrones a seguir. Además, velar por que todos los niños participen de la actividad y no olvidar que el aprendizaje debe ser motivante, autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.

ACTIVIDAD 5: MEDIDAS DE TIEMPO CONVENCIONALES

OBJETIVO: Trabajar la percepción de las medidas de tiempo convencionales.⁹

APRENDIZAJES: Percepción temporal y espacial, expresión verbal-escrita y corporal, memoria, nociones lógico-matemáticas, creatividad.

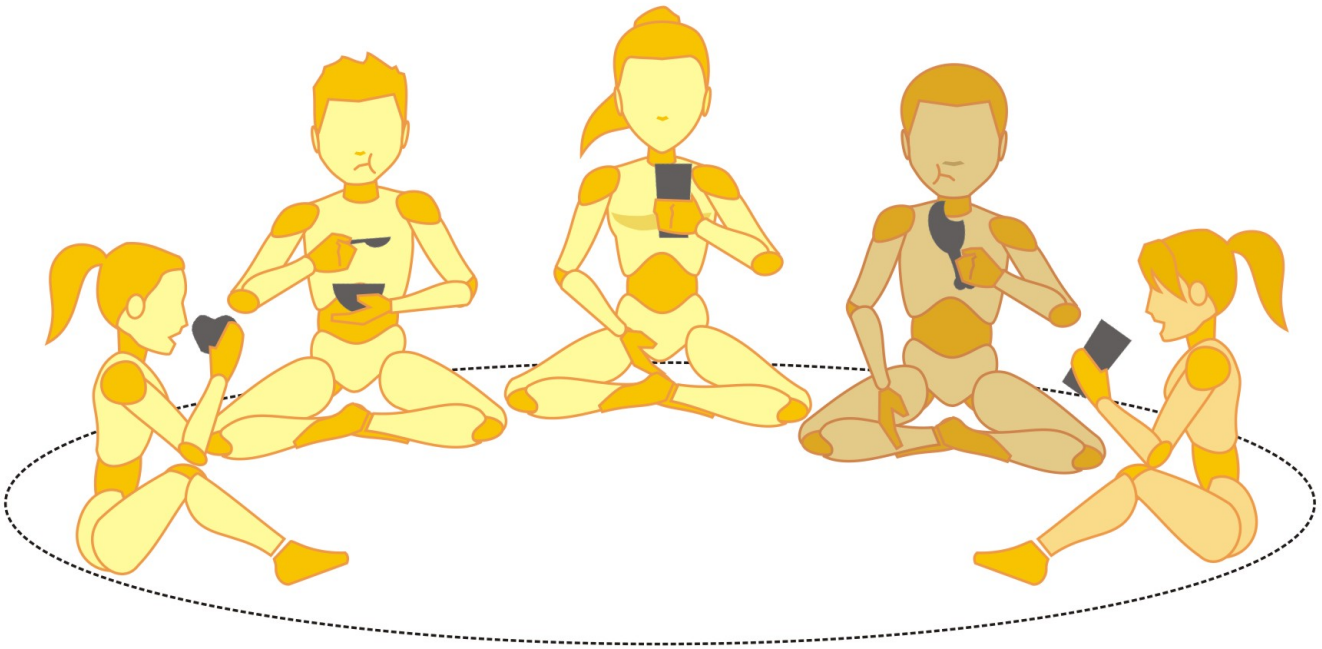
MATERIALES: Cuentos, fotos, calendario, papel, lápices, tablero, marcadores, cartulina y pinturas o colores para decorar.

ORGANIZACIÓN: Los niños se distribuirán por el espacio según las condiciones de cada ejercicio planteado a continuación.

DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en compañía del docente:

1. Aprender el orden de las comidas

- Sentados en el suelo, los niños van a participar y simular un desayuno, almuerzo o comida, por ejemplo: coger la cuchara, tomar la sopa, coger el tenedor y el cuchillo, partir el pollo, comer, etc.



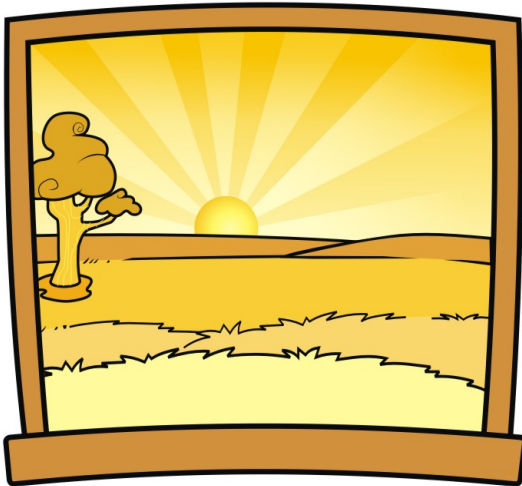
2. Diferenciar entre día y la noche

- Observar el día y la noche, y decir las diferencias entre ambos.
- Decir actividades que se hacen durante el día y durante la noche.
- Que el niño diga profesiones y trabajos que se realizan durante el día y durante la noche.
- Presentar al niño dos dibujos, uno representando el día y otro la noche, para que los identifique y explique.

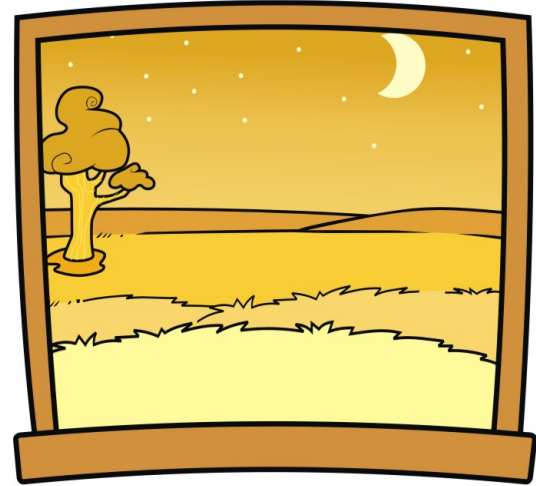
⁹ Es la discriminación de los patrones utilizados para evaluar el tiempo que transcurre, como: los términos propios del calendario (días, semanas, meses, estaciones, años y siglos), del reloj (segundos, minutos, cuartos de hora, horas, etc.), entre otros. En este apartado, vale la pena tener en cuenta todas las unidades de tiempo establecidas.

- Presentar al niño dos dibujos, uno representando el día y otro la noche, en los que se han incluido errores (estrella en el día), para que el niño los identifique.
- Hacer escenificaciones diversas, por ejemplo: los niños representan profesiones de día y de noche, los niños simbolizan el día y la noche.
- Narrar cuentos en los que tienen especial relevancia cosas que pasan durante el día y la noche.
- Presentar al niño algunas características diferenciales que suponen para algunos animales y plantas en el día y la noche, por ejemplo: flores que se abren durante el día y se cierran durante la noche; y animales como el búho, el gato que se ven más durante la noche.
- Anotar diariamente, con ayuda de los padres y el profesor, la hora en que sale el sol y la hora en que se pone, contando cuántas horas tiene el día y cuántas la noche, y observando que varía poco a poco.

Día

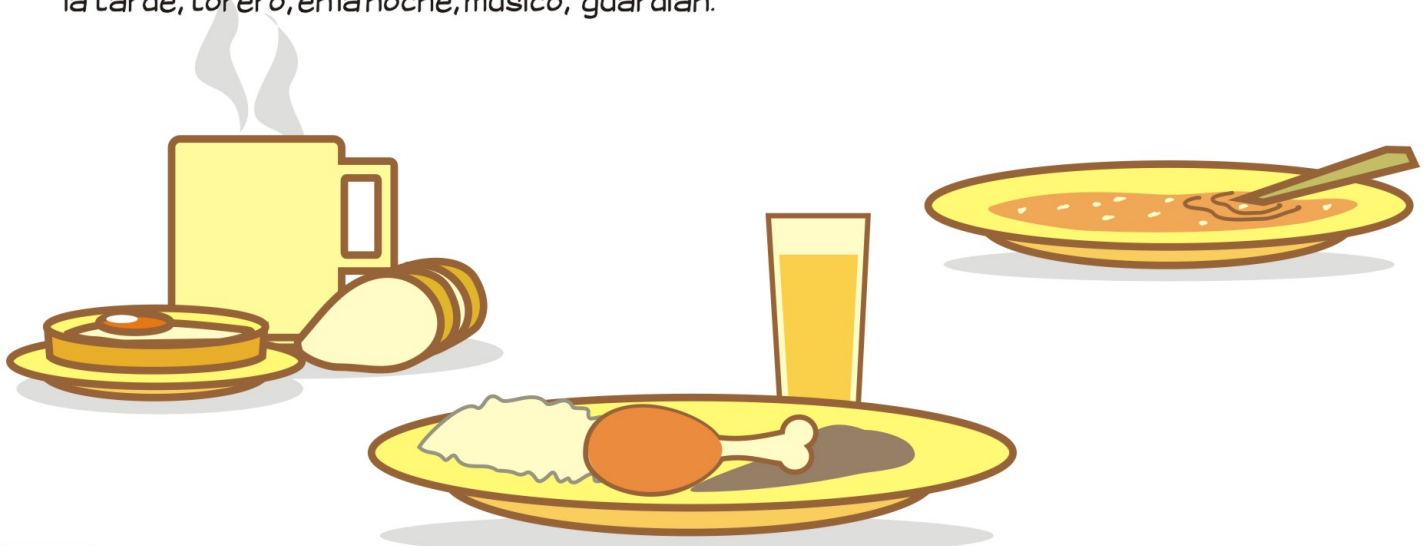


Noche



3. Discriminar el orden del día: mañana, tarde, noche

- Enunciar actividades que se hace: en la mañana, al mediodía, en la tarde y por la noche.
- Hacer preguntas, inicialmente el docente y después el propio niño, a las que deba contestar «por la mañana», «al mediodía», «por la tarde», «por la noche». Ejemplo: ¿Cuándo nos levantamos de la cama? ¿Cuándo almorzamos? ¿Cuándo merendamos? ¿Cuándo cenamos?.
- Asociar profesiones a las diversas partes del día: en la mañana, lechero; al mediodía, mesero; en la tarde, torero; en la noche, músico, guardián.



4. Discriminar los días de la semana

- Asociar cada uno de los cinco días (lunes, martes, miércoles, jueves, viernes) con uno de los dedos de la mano o con un movimiento (lunes-de pie, martes-saltar, miércoles-gritar, jueves-correr, viernes-sentarse, sábados-cantar, domingo-descansar), para que vaya asimilando el orden correcto de sucesión de los mismos.
- Al iniciar las actividades diarias, el docente pondrá en el tablero la fecha del día, insistiendo en el número y el nombre del día.
- Preguntarle cada día a los niños y qué día de la semana es.
- Cada semana se encargará un niño de ir colocando el letrero correspondiente al día de la semana, haciéndoles observar que los días se repiten de forma constante e igual.
- Ayudar a los niños a caracterizar los días de la semana por actividades u otras características (programas de televisión, actividades del colegio, etc.), comenzando por el más fácil, por ejemplo: domingo fiesta, no hay colegio, nadie trabaja; sábado, no hay colegio, muchos no trabajan; lunes, comienza otra vez el colegio, y así sucesivamente.
- Contar cuentos cuyas acciones sucedan a lo largo de los siete días de la semana, y que el niño asocie cada suceso con su día correspondiente.
- Llevar a cabo escenificaciones en las que cada niño simbolice a un día de la semana y representen las actividades propias del día que simbolizan.
- Buscar los días en que se celebran fiestas especiales.
- Colocados los siete días de la semana en desorden, que el niño los ordene adecuadamente.
- Responder a preguntas tales como: ¿Qué día está antes del martes?, ¿qué día está después del martes?, etc.
- Diseñar y realizar un cronograma de trabajo por semana.
- Explicar a los niños de dónde procede el nombre de cada día de la semana.

am/pm	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1:00							
2:00							
3:00							
4:00							
5:00							
6:00							
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							

5. Discriminar los conceptos de mes y año

- Exponer los meses del año, enunciando características de algunos meses especiales: Julio - vacaciones, Diciembre - Navidad, Enero - Reyes.
- Decir cuántos años se tiene y en qué mes cumple años y preguntarle a otros compañeros y a la familia los mismos datos.
- Buscar en un calendario cuántos meses tiene el año y cuántos días tiene cada mes.

- Enseñar al niño a contar los meses, siguiendo los nudillos del puño de la mano, y que observe que los meses que tocan en la parte alta del nudillo tienen 31 días, y los restantes 30, excepto febrero.



6. Comprender los diferentes tipos de calendarios (semanal, mensual, meteorológico, y festividades)

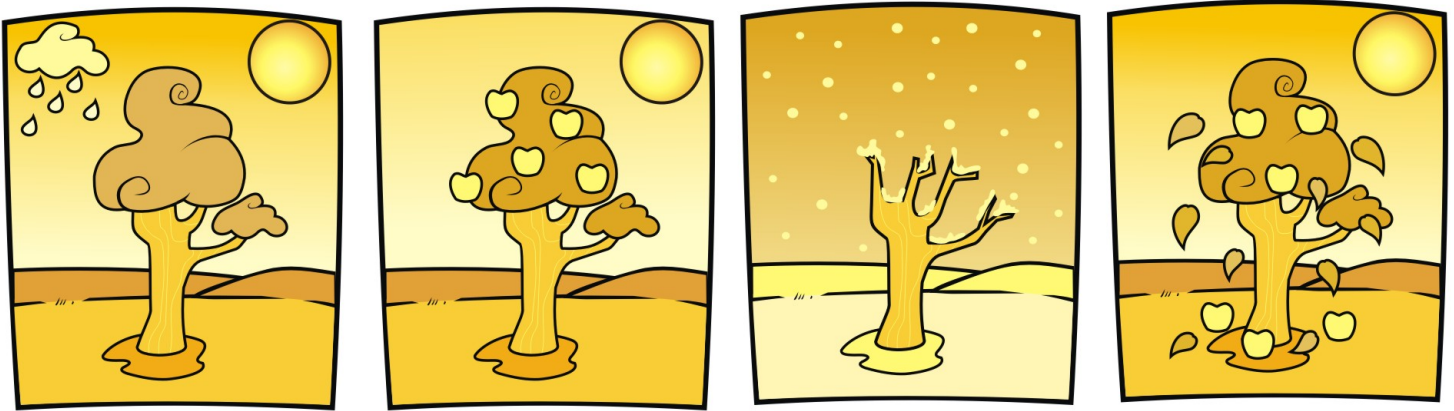
- En un calendario, que el niño observe cuántas semanas tiene un mes y cuántos meses tiene un año.
- Se observará un calendario del año, donde el niño vea cómo se repiten los días de la semana, las semanas.
- El niño confeccionará por sí mismo el calendario de un mes y de un año entero.
- Anotar en su calendario las fechas de los cumpleaños de: la familia y amigos.
- Pedir al niño que ordene a sus hermanos según la edad de cada uno de ellos, de mayor a menor.



7. Distinguir las estaciones del año

- Observar la cotidianidad, un gráfico o un video y determinar las diferencias que existen entre los meses de más calor y los meses de más frío, indicándoles el nombre de sus estaciones correspondientes: verano, invierno, otoño y primavera.
- Ante una lámina de diferentes estaciones, en la que se ve una escena de niños en la playa, representar la escena o simular como si estuviera en la estación: sintiendo calor-verano, caminando entre hojas-otoño, caminando con frío-invierno, jugando con las flores-primavera.

- Relacionar determinados vestidos y alimentos con las estaciones.
- Que el niño encuentre las ventajas que para el hombre, los animales y las plantas tengan el verano y el invierno.
- Con dibujos de varias situaciones atmosféricas, pedir al niño que las asocie con las estaciones de verano, invierno, otoño y primavera, por ejemplo: un paisaje nevado y un muñeco de nieve en el centro, una pradera llena de flores y un parque lleno de árboles con pocas hojas las cuales se encuentran en el suelo; que el niño diga la estación del año a la que corresponde.
- Que el niño diga las actividades más frecuentes que se hacen en verano y en invierno.
- Observar y decir los deportes típicos de verano y de invierno.
- Colocados varios dibujos correspondientes a las cuatro estaciones, que el niño haga cuatro grupos ordenados de acuerdo a la sucesión de las estaciones.
- Observar características de los animales que practican la hibernación.
- Que un niño diga, ayudado primero por el calendario, en qué estaciones caen algunas fiestas: Ejemplo: Navidad, Reyes, vacaciones, Semana Santa, fiestas patronales, fiestas del lugar, Carnavales.
- Hacer representaciones de las cuatro estaciones.



8. Discriminar el concepto de unidades temporales superiores al año: siglo, década, lustro.

- Preguntar al niño en qué año estamos y en qué año nació.
- Enunciar un número de edad de un familiar, contarlo de 10 en 10, y observe cuántas décadas tiene. Se hará identificar el concepto de decena con «década». Lo mismo pero con quinquenios o lustros, es decir con periodos de cinco años.
- Que el niño determine cuántas décadas o lustros han pasado desde su nacimiento. Se podrá hacer con cada uno de los familiares.
- Contar de 100 en 100, desde 0 hasta el 2000, y le haremos identificar cada centena con el concepto de «siglo».
- Enseñar al niño a nombrar el siglo de un año determinado, partiendo de las centenas y añadiéndole uno. Con ello se hará actividades diversas: decir el siglo a que corresponde el año actual, decir el siglo a que corresponden fechas históricas importantes,
- Hacer observar al niño diferentes aniversarios que se celebran teniendo en cuenta un determinado número de años: bodas de Plata-25 años, bodas de Oro- 50 años, bodas de Diamante- 60 años,¹⁰ centenarios.

¹⁰Respecto a los aniversarios de bodas, estos toman como referencia un tipo de material según el número de años de permanencia: algodón- 1 año, madera-5 años, cristal- 15 años, porcelana-20 años, etc.

9. Interpretar el reloj

a. Las horas:

- El niño hará y manejará un reloj didáctico (de madera, goma, cartulina, etc.) con tres agujas móviles, una pequeña que sirve para marcar la hora en que estamos, una grande para marcar los minutos y una delgada para marcar los segundos. Se le pide que marque distintas horas.
- Colocar en el reloj didáctico horas determinadas, y pedir al niño que diga la hora. Y viceversa.
- Decir qué hora marcará el reloj a la entrada del colegio, al mediodía, a la merienda, a la cena, a la medianoche...

b. Las medias horas.

- En el reloj didáctico, el niño manejará la aguja grande y se le indicará que cuando está en el número 6, indica media hora más de la que señala la aguja pequeña.
- Que el niño marque en el reloj didáctico distintas «horas y media»
- Se coloca en el reloj didáctico «horas y media» determinadas, para que el niño las diga.

c. Los cuartos de hora.

- Presentar al niño que la esfera del reloj se divide en cuatro partes, cada una de las cuales es un cuarto de hora, teniendo en cuenta que el segundo cuarto coincide con la media hora, y el cuarto con la hora siguiente.
- En un reloj didáctico, el niño manejará la aguja grande y se le dirá que cuando está en el número 3, indica un cuarto de hora más de lo que señala la aguja pequeña, y cuando está en el número 9, indica un cuarto de hora menos de lo que indica la aguja pequeña.

d. Los minutos.

- Mostrar al niño que la esfera del reloj se divide en 60 partes iguales, cada una de las cuales es un minuto. A su vez, que en la esfera hay marcas más señaladas cada cinco minutos, y que corresponden con las horas para la aguja delgada.
- Dar 60 golpes al ritmo de uno por segundo, y comprobar con un reloj cuánto se ha equivocado por más o por menos.

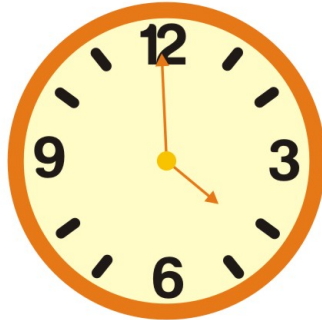
e. Los segundos.

- Hacer observar al niño que cada hora contiene 60 minutos, y que cada minuto tiene 60 segundos.
- A partir de ahí, que los niños hagan actividades para calcular:
 - Cuántos minutos tiene 1 hora.
 - Cuántos minutos tiene 1 día.
 - Cuántos minutos tiene 1 semana.
 - Cuántos segundos tienen 3 minutos.
 - Cuántos segundos tiene 1 hora...

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: En esta actividad es necesario trabajar la mayor cantidad de unidades de tiempo y los diversos tipos de relojes.

Por otro lado, para apropiarse de las anteriores unidades de tiempo es necesario generar el mayor número de situaciones para que el niño las aplique y las diferencie, por ejemplo: aprovechar competiciones deportivas retransmitidas por TV, en las que se mide mediante cronómetro, para que el niño observe las diferencias entre el campeón, el subcampeón.

REGLAS: Es importante favorecer la libre exploración antes de establecer patrones a seguir. Además, velar por que todos los niños participen de la actividad y no olvidar que el aprendizaje debe ser motivante, autónomo y se debe contar con tiempo y un adecuado ambiente para su desarrollo.



ACTIVIDAD 6: OTRAS ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA TEMPORALIDAD.

Ejercicios:

- Elaborar un circuito en el cual se relacione todas las nociones temporales trabajadas con anterioridad.
- Procurar que el niño vivencie, represente y plasmee las diferentes nociones temporales.
- Realizar la mayor cantidad de ejercicios coordinativos como: lanzar un balón hacia arriba, dejarlo rebotar y cogerlo; todos los tipos de saltos, con elementos y sin elementos y variando las distancias.
- Trabajar y conocer los ritmos fisiológicos o biológicos: ritmo cardiaco, respiratorio, entre otros. Por ejemplo, cada niño con un globo desinchado, deberá inflarlo al ritmo de música alegre, luego, desinflarlo al ritmo de música lenta.

Juegos:

- Al pin, al pon: Los recursos pueden variar según las edades de los niños, el objetivo que se desee trabajar y el nivel de dificultad. En primer lugar, si se desea trabajar texturas y adaptaciones de las manos a los objetos, se hace necesario para niños de preescolar utilizar objetos grandes y medianos en pro de una motricidad gruesa. Posteriormente, se reduce el tamaño de los objetos en pro de un desarrollo motor fino, el cual puede variar según los agarres que se hagan del objeto.

Cada uno de los integrantes posee un objeto en la mano, que en principio puede ser el mismo tipo de elemento (borrador, lápiz, palo, piedra, pelota, cubo, etc.). Este objeto puede variar en textura (blandos, duros, gelatinosos, etc.) y tamaños (muy pequeño, pequeño, mediano, grande, muy grande).

Los estudiantes inicialmente se pueden organizar por grupos pequeños o por parejas para interiorizar más rápidamente la actividad: pueden estar de pie o sentados. Posteriormente, cuando se tenga dominio de la actividad, está se hace con todos los integrantes del curso. Cada grupo o pareja se ubica de manera circular. Seguidamente se presenta y enseña un paso a paso el estribillo que acompaña la actividad:

Al pin,
Al pon
A la hija del conde simón
A la lata,
Al latero
A la hija del chocolatero

Se decide el lado hacia donde se desplazará el objeto: Izquierda o Derecha. Cada integrante deberá pasar su objeto al compañero de la derecha o izquierda y recibir en la otra mano el objeto que le llega. El paso del objeto se hace al ritmo de cada frase del estribillo.

Inicialmente se hace el paso del objeto de manera continua, por cada frase se desplaza el objeto hacia alguno de los lados, posteriormente, cuando se dice: "A la hija del conde simón" y "A la hija del chocolatero" el objeto no sigue de manera continua, sino que hace un ir-venir e ir según cada palabra de la frase anteriormente nombrada. El objeto al terminar la frase termina en el compañero del lado hacia donde se está jugando. En ese ir-venir e ir el objeto no se suelta.

Ejemplo: Por Izquierda
Al pin (Izquierda)
Al pon (Izquierda)
A la hija (Izquierda) del conde (Derecha) simón (Izquierda)
A la lata (Izquierda)
Al latero (Izquierda)
A la hija (Izquierda) del (Derecha) chocolatero (Izquierda)

Cuando la actividad se haya podido realizar de manera coordinada y sin errores, se procede a hacer repeticiones del estribillo variando los lados hacia donde se desplazarán los objetos: una ronda por derecha, la siguiente por izquierda, dos por derecha, etc.

Finalmente, se unen todos los grupos o parejas en un solo círculo y se procede a realizar el estribillo, de igual modo la dirección y número de secuencias puede variar.

- Juego "ritmo diga usted": Todos los integrantes se ubican en círculo, se enseña el siguiente estribillo

"Ritmo (tres palmadas)
Diga usted (tres palmadas)
Por favor (tres palmadas)
Nombres de (tres palmadas)
ANIMALES (tres palmadas)
Como cuales (tres palmadas)
PERRO (tres palmadas)
GATO (tres palmadas), etc."

En la línea se propone el tema que el líder desea preguntar. Lo importante es variar las temáticas y los tipos de movimientos que pueden acompañar el estribillo.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
Comprende sus propios ritmos intrínsecos, relacionados con los ritmos fisiológicos o de funcionamiento de un órgano (ritmos).			
Posee una adecuada percepción de orden y organización de un contexto normal de la vida, sucesos, hechos, o cambios producidos en un periodo considerado: horas, días, semanas, años.			
Posee una adecuada percepción de la noción de orden y organización de un contexto experimental, como los sonidos, las imágenes que se presentan sucesivamente al sujeto durante un periodo o un intervalo de tiempo.			
Tiene una adecuada percepción de la noción de duración relacionada con el tiempo medido en segundos, minutos, etc., que separa dos puntos de referencia temporales.			
Conoce y aplica las diferentes nociones temporales: nociones de sucesión u orden, de duración, de velocidad, de simultaneidad y alternancia, de continuidad o discontinuidad, entre otras.			
Conoce y utiliza adecuadamente las medidas de tiempo convencionales.			
Ejecuta adecuadamente ejercicios coordinativos como: lanzar un balón, patear un pelota, bailar, correr con obstáculos, todos los tipos de saltos, etc.			
Combina acciones con niveles más complejos de coordinación.			
Baila libremente al escuchar la música, haciendo uso de instrumentos, pelotas, bastones, aros, disfraces, etc.			
Sigue patrones de movimientos según un estilo de música.			
Identifica diferentes fuentes sonoras de distinta complejidad, como: los sonidos de la naturaleza, los producidos por instrumentos musicales u otros.			
Sigue el ritmo utilizando, palmas, los pies o instrumentos musicales.			
Reproduce secuencia rítmicas con el cuerpo o con instrumentos.			
Escucha, canta y participa en juegos y rondas.			

Utiliza gestos, miradas, actitudes o posturas , en sus expresiones corporales y dancísticas			
Participa en actividades de expresión corporal			
Disfruta de las actividades de la temporalidad			
Sus movimientos son claros y definidos			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Descubre y crea nuevas formas de expresión a través de su cuerpo.			
Participa en las diversas actividades de temporalidad que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad			



Módulo

3

MOTRICIDAD FINA

Durante el desarrollo de este módulo-guía se ha venido abordando las habilidades perceptivo-motrices, las cuales confluyen en la capacidad humana de la **coordinación**¹, específicamente a lo que corresponde a la **coordinación gruesa** o general y a la **coordinación media** o segmentaria. Se entiende la primera como la ejecución de movimientos globales que requieren de la utilización de varios grupos musculares, los cuales suponen actividades de locomoción en la mayoría de los casos: la natación, el ciclismo, el atletismo y los patrones básicos de movimiento, por enunciar algunas actividades físicas. La segunda, es aquella en la que participan todos los movimientos que requieren del uso de dos segmentos como en la **coordinación viso-manual** y **viso-pédica**; para su desarrollo se hace uso de los patrones básicos de movimiento de manipulación, como lanzamientos, recepciones, conducciones, impactos, levantar, patear, etc.

Sin embargo, en este módulo que encontrará a continuación se abordará otro tipo de **coordinación**, denominada **coordinación fina** o específica, la cual implica movimientos de precisión, hace uso de pocos grupos musculares y requiere de un alto grado de coordinación.



¹Capacidad neuromuscular de ajustar con **precisión** (la velocidad y la dirección), **eficacia** (en resultados intermedios y finales), **economía** (utilización de la energía) y **armonía** (adecuada contracción y relajación muscular) lo querido.



Unidad



UNIDAD 1. MOTRICIDAD FINA

¿QUÉES?

Este tipo de coordinación, también conocida como específica, implica movimientos de precisión, que hace uso de pocos grupos musculares y requiere de un alto grado de coordinación.

Dentro de los aspectos de la motricidad fina que se pueden trabajar son:

- La coordinación viso-manual, relacionada con la expresión gráfica.
- La coordinación fonética, relacionada con la expresión verbal.
- La coordinación facial, relacionada con la expresión de la cara.
- La coordinación gestual, relacionada con la expresión general de cuerpo.

Contribuyendo no solo a la coordinación fina sino a la educación de los diversos medios de expresión que posibilitan la comunicación con el mundo de los demás, como la expresión corporal, verbal y gráfica.

FASES DE EVOLUCIÓN

A continuación se presenta una síntesis del desarrollo de la motricidad fina y sus componentes, desde su aparición durante los primeros años de vida hasta los ocho años. Debe tenerse en cuenta que esta distribución cronológica propuesta hay que entenderla como una guía orientativa, y por tanto las edades que se contemplan son aproximaciones, ya que el desarrollo de cada niño es único y está influenciado por diferentes aspectos madurativos, evolutivos, de crecimiento, estimulantes y afectivos.

Evolución de la expresión gráfica

Se cree que la motricidad fina se inicia de manera espontánea hacia el año y medio, a partir de la actividad manipulativa, cuando el niño, sin ningún aprendizaje, comporta un interés y una motivación genuina a emborronar, poner bolas o cualquier objeto pequeño en algún agujero; este tipo de actividades, a su vez, lo llevará hacia nuevas formas de expresión.

FASES	CARACTERÍSTICA
Recién nacido	<ul style="list-style-type: none">Las manos de un recién nacido están cerradas la mayor parte del tiempo y él tiene poco control sobre ellas (Reflejo Darwinista, el cual desaparece en un plazo de dos a tres meses).El niño agarrará un objeto puesto en su mano, pero sin ningún conocimiento de lo que está haciendo.
8 semanas	El niño comienza a descubrir y jugar con sus manos, al principio solamente involucrando las sensaciones del tacto, pero después, cerca de los tres meses, involucrando también la vista.

2- 4 meses	Comienza a desarrollarse la coordinación ojo-mano, iniciando así un periodo de práctica llamado ensayo y error al ver los objetos y tratar de tomarlos.
4 -5 meses	El niño puede tomar un objeto que esté dentro de su alcance, mirando solamente el objeto y no sus manos: "máximo nivel de alcance."
6 meses	El niño puede tomar un pequeño objeto con facilidad por un corto periodo; y muchos comienzan a golpear objetos. Aunque su habilidad para sujetarlos sigue siendo torpe, adquiere fascinación por tomar objetos pequeños e intentar ponerlos en suboca.
1 año	<ul style="list-style-type: none"> • Durante la última mitad del primer año, se comienza a explorar y probar objetos antes de tomarlos, tocándolos con la mano entera y eventualmente, empujarlos con su dedo índice. • Se suelen tomar las cosas usando los dedos como tenazas (pellizcado), lo cual aparece típicamente entre las edades de 12 y 15 meses. • La actividad gráfica se manifiesta inicialmente de forma impulsiva: el niño se interesa mucho por la acción y no por el trazo. • Los movimientos se hacen desde las articulaciones del hombro y el codo. La muñeca y los dedos poco intervienen.
2 años	<ul style="list-style-type: none"> • Se desarrolla la capacidad de manipular objetos cada vez de manera más compleja, incluyendo la posibilidad de marcar el teléfono, tirar de cuerdas, empujar palancas, darle vuelta a las páginas de un libro, y utilizar crayones para hacer garabatos. • Trazos homolaterales: movimientos que parten del eje del cuerpo y van hacia la derecha, cuando lo hace con esta mano, o viceversa. • Barridos: parten del eje central y consisten en trazados de ida y vuelta más o menos horizontales u oblicuas, los cuales inciden en la aparición del círculo.
3 años	<ul style="list-style-type: none"> • El juego con los cubos es más elaborado y útil, ya que pueden hacer torres de hasta 6 cubos. • Al inicio de esta fase, ya muchos tienen control sobre el lápiz. Pero al tratar de dibujar una persona, sus trazos son aún muy simples. • En vez de hacer solo garabatos, sus dibujos incluyen patrones, tales como círculos. • Se podrá reducir el tamaño del soporte gráfico, lo cual conlleva un progreso fundamental en la disminución de la impulsividad, y conlleva a que el niño se interese cada vez más por el trazo que realiza.
4 años	<ul style="list-style-type: none"> • Las tareas más delicadas que enfrentan los niños de preescolar, tales como el manejo de los cubiertos o atar las cintas de los zapatos, representan un reto. • Es común que los niños de cuatro años puedan ya utilizar las tijeras, copiar formas geométricas y letras, abrocharse botones grandes, hacer objetos con plastilina de dos o tres partes. Algunos pueden escribir sus propios nombres utilizando las mayúsculas. • Interiorización de trazos y formas simples con relación a las rectas y las curvas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Se comienza a evidenciar el proceso de lateralización; no obstante, no son la mayoría y conviene ser prudente en afirmarlo. • Se empieza a mostrar una inclinación más clara por uno de los sentidos de rotación, como las agujas del reloj o viceversa. • El trazo irá progresando en aspecto de continuidad, vertical horizontal, abierto-cerrado, etc. • Además del dibujo, los niños de cinco años también pueden cortar, pegar, y trazar formas. • Muchos en esta etapa comienzan con el dibujo figurativo, el cual le permitirá explorar grafismos más realistas y objetivos que más tarde permitirán el dominio de una nueva forma de comunicación.
5 años	El niño sigue explorando las posibilidades del trazo, tanto a nivel perceptivo (orientaciones, formas, etc.) como a nivel representativo (mayor creatividad y capacidad para entender y utilizar algunos símbolos y signos gráficos).
6 años	<ul style="list-style-type: none"> • Es habitual que todos los niños se hayan lateralizado de mano y ojo. • Controlan mucho mejor las diferentes relaciones espacio-temporales. • Casi todos controlan los dos sentidos de rotación por separado y juntos en un solo trazo. • Dosifican los niveles de exigencia
7-8 años	Etapa de consolidación de lo descubierto y trabajado, para así llegar a una etapa de combinación con diferentes actividades.



Evolución de la expresión verbal

"El lenguaje es un proceso social, una entrada en relación con los demás, una inserción en una sociedad." (P. Chauchard, citado por Pierre Vayer 1977) y está íntimamente relacionado con el yo primitivo del niño: gritos, lloros, balbuceos, que no se hacen medio de expresión socializado hasta el momento que adquiere el lenguaje de su entorno, (Pierre Vayer, 1977) ya que esto último excita al niño y ese oír hablar es lo que incita al niño hacerlo.

El lenguaje, por ser un aspecto de la relación con los demás, posee un carácter afectivo y es precisamente el deseo de establecer una relación de expresión de deseos y sentimientos. De ahí que los niños que hayan sido criados en espacios carentes de dicha expresión tiene alteraciones constantes en la relación con los demás y el lenguaje.

FASES	CARACTERÍSTICA
Primeros meses de vida	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad sensoriomotriz: el niño descubre las posibilidades de emitir sonidos, donde se produce una excitación de la garganta y del oído. • Periodo pre-lingüístico: balbuceos y semipalabras. No tiene la madurez necesaria que le permita una emisión sistemática de cualquier sonido • No tiene la capacidad de realizar todos los sonidos. • Llamará la atención del niño hacia la zona de fonación y hacia los movimientos que se hacen lentamente ante él, posibilitando la imitación como en tantas otras áreas; el medio de aprender será imitar su entorno. • Poco a poco irá emitiendo sílabas y palabras que tendrán igualmente una respuesta, especialmente cuando no se trate de una conversación sino de un juego de decir cosas y aprender nuevas palabras, hacer sonidos de animales u objetos.
1 año y medio	<ul style="list-style-type: none"> • Puede tener la madurez para iniciar un lenguaje. • No contendrá demasiadas palabras y las frases serán simples. • Ya habrá iniciado el proceso de lenguaje oral.
2-3 años	<ul style="list-style-type: none"> • Tiene posibilidades para sistematizar su lenguaje, para perfeccionar la emisión de sonidos y para concienciar la estructuración de las frases y hacerlas cada vez más complejas. • Al final del tercer año quedarán algunos sonidos para perfeccionar y unas irregularidades gramaticales y sintácticas a consolidar.
4 años	<p>Todo el proceso de consolidación básica se realizará entre los tres y cuatro años, cuando el niño puede y tendrá que hablar con una adecuada emisión de sonidos y por consiguiente con un verdadero dominio del aparato fonador. El resto del proceso de maduración lingüística y de estilo se hará a la larga en el transcurso de la escolarización y la maduración del niño.</p>
5 años	<ul style="list-style-type: none"> • El niño habla mientras actúa en "orden doble": el niño escucha, repite en voz baja -interpretación cerebral- y ejecuta.
7-8 años	<p>El niño comienza su verdadera vida social, comienza el verdadero lenguaje.</p>

Evolución de la expresión facial

De la obra *Infancia y aprendizaje (1989)*, citado por Natalia Muñoz Hernández *Psicología de las emociones: capítulo 6, el desarrollo emocional*² se puede extraer este cuadro resumen de las expresiones faciales durante la infancia y como reconocerlas.

²Retomado de la página web <http://www.mailxmail.com/curso-psicologia-emociones/desarrollo-emocional>, marzo 7 de 2011.

EDAD	MANIFESTACIÓN EMOCIONAL
Nacimiento	<p>Las emociones que se consideran innatas o están presentes ya en el mismo momento de nacer son las denominadas de supervivencia, es decir, el llanto, la sonrisa, el interés y el disgusto. Durante los 8 o 9 meses posteriores el desarrollo emocional posee funciones de supervivencia y comunicación con los padres.</p> <p>La experimentación del estado de calma o placer en los bebés se produce como consecuencia de aliviar la molestia ocasionada por la defecación y la orina (sentirse limpio). También por satisfacer las necesidades del hambre (sentirse colmado) y por reducir la tensión muscular (calmarse al cambiarse de postura).</p>
Primer Mes	<p>Aparecen las primeras caricias respuesta al placer visceral.</p>
Tres primeros meses	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocen en los demás emociones positivas y negativas. Responden al arrullo. • A los tres meses aparece la sonrisa social que los adultos le estimulen socialmente de manera continuada. Esta sonrisa se va haciendo más específica y diferencial con respecto a los padres o los cuidadores. • Se producen reacciones por sobresaltos como un ruido (inicio de la ansiedad). • Aparece el susto como respuesta ante los estímulos bruscos. • Desde los 2 a los 5 meses los bebés desarrollan la capacidad de discriminar entre expresiones faciales de contento, de rabia, de sorpresa.
Cuarto mes	<ul style="list-style-type: none"> • El niño ríe cuando manipula sus juguetes. • Los bebés de cuatro meses pueden discriminar entre el gesto "furioso" y el gesto "tristeza".
Quinto mes	<p>Estímulos nuevos hacia todo lo que rodea. Puede sorprenderse al observar cara de enfado cuando él realmente esperaba una sonrisa.</p>
Sexto mes	<ul style="list-style-type: none"> • Se excita fácilmente dando muestras de alegría. • Ríe y chilla en el juego. • Presenta reacciones de asombro. • Reacciona con miedo al retirarle la base sobre lo que se apoya.
Septimo mes	<p>Presenta reacciones de ansiedad ante estímulos inesperados o desconocidos.</p>
Octavo mes	<p>Identifican el significado emocional de una emoción, tanto positiva como negativa.</p>
De seis a ocho meses	<ul style="list-style-type: none"> • Muestran comportamientos empáticos al ver a otro niño. • Aparece la emoción de miedo y culpa. La función que cumple la aparición del miedo es la preservación y autoprotección. Experimentar la culpa implica la conciencia de que las acciones propias son el origen de algo que ocurre a su alrededor.

Un año	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de las habilidades empáticas. • Superación del temor a la pérdida repentina del soporte. • A partir de los 19 meses comienza a inhibir sus emociones. • Durante el primer año y medio de vida los niños realizan un aprendizaje de las conductas afectivas de los demás, las cuales le sirven de fuente de información para evaluar situaciones indefinidas o ambiguas, y pueden responder vicariamente al malestar de otros, aunque inicialmente no aparezcan conductas instrumentales de ayuda empática. (Eisenberg y Strayer, 1992).
Dos años	Imitación de la expresión facial de emociones básicas.
Tres años	Distinguen a las personas por la relación emocional que establecen. Personas que les proporcionan ayuda, juego, etc.
Tres años y medio	Reconocen emociones y sentimientos en los personajes de los cuentos.
Cuatro años	Emplean términos como feliz, contento, alegre, asustado, etc.
Hasta los 5/6 años	<ul style="list-style-type: none"> • Se produce un acelerado aprendizaje de la expresividad emocional. • Se dan manifestaciones conductuales que implican estados emocionales, hacer bromas a compañeros, molestar intencionalmente.
Seis años	<ul style="list-style-type: none"> • Asocian la pelea con la emoción de ira o enfado. • Asocian el juego con la satisfacción y alegría
Entre los 7 y los 11 años	Corresponde a la etapa educativa de la Educación primaria. En ella los niños y niñas asocian estados emocionales a su rendimiento escolar, produciéndose estados de ánimo positivos y negativos de acuerdo con las calificaciones obtenidas en el colegio. Los estados cognitivos de baja autoestima con pensamientos autodevaluativos van asociados a un bajo rendimiento escolar

Evolución de la expresión gestual

A los primeros mensajes, responde el niño con todo su cuerpo. El primer lenguaje es un lenguaje total: el de la expresión corporal, el de la mímica, que con el paso del tiempo se ven reflejados a través del juego en el niño, ya que este es su expresión esencial.

La expresión corporal y el juego son términos que están unidos entre sí, ya que jugando el niño se comunica, al mismo tiempo que se divierte. Él se expresa con el juego y es a través de él que empieza a afirmar sus actitudes, sus capacidades motrices, su personalidad, su imagen del cuerpo y sus pequeños estados de socialización.

De ahí que el juego de mímica y gestual, el juego espontáneo, el juego por placer, permite al niño ser él mismo y da vía libre a la imaginación y a la potencia creadora, favoreciendo su expresión auténtica y su identidad tanto a nivel individual como social. Además, permite la recreación de hechos cotidianos, la representación de vivencias, sensaciones, experiencias y sentimientos.

TRASTORNOS

Se puede comprobar la importancia de la psicomotricidad en la educación al contemplar las alteraciones de los aprendizajes escolares producidas por la misma; entre ellos están:

Dislexia:

- **Concepto:** dificultad del habla o la dicción, que consistiría en un trastorno en aprendizaje de la lectura. Actualmente, algunos autores la definen como un síndrome específico para la distinción y memorización de letras o grupos de letras, falta de orden y ritmo en la colocación y mala estructuración de las frases, condicionando tanto a la lectura como a la escritura.
- **Causas:** pueden ser por influencia familiar, por errores pedagógicos, por retraso en la maduración nerviosa o por anomalía de la audición y del lenguaje.
- **Características:** alteración en la predominancia de la lateralidad, en la coordinación (torpeza en los movimientos), en el esquema corporal, en el equilibrio, en la espacialidad, en la temporalidad, en la percepción auditiva y visual, en la atención (niveles de respiración y tensión)

Disgrafía:

- **Concepto:** Trastorno de tipo funcional que afecta la calidad de la escritura del sujeto. Además, afecta a la transformación de los fonemas sonidos en unidades gráficas (palabras, frases), calidad del trazo (excesiva presión, lentitud, etc.) y la conducta escribana (forma de coger el lápiz, postura de la mano y brazo, distancia de la cabeza al cuaderno, alineación de la columna, etc.)
- **Causas:** Factores de maduración, de personalidad, pedagógicos, fisiológico, anatómicos.
- **Características:** alteración del control motor (apraxias, ataxia cerebral, tonicidad)⁶, en la coordinación (torpeza en los movimientos), en el equilibrio⁴, en el esquema corporal, en la espacialidad y en la percepción visual.

Disortografía:

- **Concepto:** Conjunto de errores de la escritura que afectan a la palabra y no al trazado. Aptitud para transmitir el código lingüístico a través de las letras correspondientes.
- **Causas:** factores intelectuales, lingüísticas, madurativas, de espacialidad, afectivo emocionales y pedagógicas.
- **Características:** alteraciones lingüístico-perceptivas, visoespaciales, visoauditivos, ortográficos, entre otras.

Gran parte de estas dificultades se podrían evitar si se atendiera adecuadamente la educación corporal: la discriminación visual y auditiva, la orientación y estructuración espacio-temporal, entre otras.

Por otro lado, y desde la expresión facial se encuentra el síndrome de Moebius⁷; las personas que padecen este síndrome no desarrollan algunos de los nervios faciales. Por eso no pueden sonreír o fruncir el ceño. Tampoco controlan el parpadeo y no pueden mover lateralmente los ojos. Estas personas tienen dificultades para realizar cualquier tarea que requiera el movimiento de alguno de los músculos de la cara, como tragar, hablar, succionar, etc.

³ Forma de emplear las palabras para formar oraciones, ya sea de forma hablada o escrita. Se habla de buena dicción cuando el empleo de dichas palabras es correcto y acertado en el idioma al que éstas pertenecen,

⁴ Incapacidad para realizar actos motores complejos.

⁵ Produce incoordinación motora y movimientos espasmódicos

⁶ Capacidad de contracción y relajación del músculo según la actividad, sus alteraciones son hipertonicidad (mayor contracción) o hipotonicidad (poca contracción)

⁷ En 1892 el profesor P. J. Moebius describió este síntoma, también llamado secuencia de Möbius, parálisis facial congénita o parálisis oculo facial congénita.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Para desarrollar la motricidad fina en el niño es necesario:

- Insistir en el hecho de que cada niño se desarrolla según un proceso único y personal, algo que los docentes deberán considerar en el proceso de enseñanza-aprendizaje de habilidades gruesas y finas, adecuando la intervención a las posibilidades conseguidas por cada uno de los niños.
- Entender que la maduración nerviosa del niño, progresa desde el segmento cefálico y eje raquídeo hacia las extremidades.
- Tratar de trabajar la coordinación fina de la mano con la coordinación gruesa. Ya que como lo enuncia Pierre Vayer (1977) "la educación del brazo y la mano del niño con vista a una prensión y coordinación cada vez más precisa, no puede llevarse a cabo más que a través de situaciones globales que hagan intervenir la independencia del brazo con relación al hombro, antes de la independencia de la mano y dedos", por ejemplo, simbolizar la acción: cada niño con bastones o lazos representa una casa (puede ser un cuadro sobre el piso) el niño entra y sale del cuadrado, luego el deberá plasmarlo en el tablero y entra y sale de la casa haciendo recorridos con el dedo, con la tiza, con el pincel o con el lápiz.
- Enriquecer desde el entorno familiar y escolar las aficiones iniciales del niño, para que le permitan al niño experimentar la actividad fina en situaciones variadas y ricas, y con diversidad de materiales; si es así, se están poniendo las bases para un armónico desarrollo.
- Comprender que el grafismo, como una actividad motriz y expresiva, refleja características individuales de quien lo realiza: observando unos garabatos, un dibujo, un texto escrito de una persona, se puede reconocer algunos rasgos básicos, de tipo tónico-motriz, perceptivo, cognitivo, personal, afectivo.
- Tener presente el respeto que se merece la más insignificante acción gráfica de un niño y otras acciones.
- Facilitar que el niño domine la coordinación facial, para que pueda disponer de ella para su comunicación. El poder dominar los músculos de la cara y que ellos respondan a voluntad, permite acentuar unos movimientos que llevarán a poder exteriorizar unos sentimientos, emociones y manera de relacionarnos, es decir, actitudes respecto al mundo que nos rodea.
- Relacionarse con el mundo exterior es como aprende el niño los nombres y las palabras; actuando es cuando aprende la frase.
- Crear el adulto las condiciones idóneas para la expresión verbal del niño, basado en la seguridad y la confianza.
- Comprender que el niño deberá realizar una expresión gestual natural y libre, de manera que con el desarrollo motor, cognitivo y afectivo vaya adquiriendo confianza y seguridad.
- Favorecer que el niño pueda explorar y experimentar de forma libre situaciones diversas, las cuales progresivamente se irán orientando objetivamente.
- Enfocar el trabajo, en un principio, con el propio cuerpo; luego, con los objetos del entorno más cercano; finalmente, con los demás.
- Respetar los estados de desarrollo del niño, especialmente lo relacionado al conocimiento de las experiencias previas que el niño ha tenido con relación al tema y sus ritmos de trabajo.
- Tener en cuenta la progresión en la dificultad de las actividades, de lo más sencillo a lo más elaborado. En el caso de expresión gráfica es necesario realizar todos los ejercicios con distintos útiles en progresión de menor a mayor dureza
- Hacer uso de una adecuada respiración (inhalar-exhalar o inspirar o expirar) ya que ayuda a controlar la ansiedad y la excitación.

DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD FINA

Es necesario destacar que el desarrollo de la motricidad fina debe ser trabajado de manera sistemática desde la primera infancia y teniendo en cuenta los niveles de desarrollo del niño.

Por este motivo la tarea del adulto debe consistir, sencillamente, en tratar de favorecer la aptitud natural del niño para crear ritmos distintos y adaptarse a ellos. Además, insistir en la necesidad de abordar esta función desde todas las perspectivas posibles, creando diversas situaciones.

A continuación, se plantean algunas actividades que contribuyen al desarrollo de la motricidad fina, que se pueden hacer individualmente, por parejas o por grupos, con elementos o sin elementos, y podrán ser dirigidas por el docente o por los mismos niños, según sean las condiciones o necesidades de la institución.

ACTIVIDAD 1: LA EXPRESIÓN GRÁFICA

OBJETIVO: Fortalecer los aspectos relacionados con la coordinación viso-manual, la capacidad simbólica, y hábitos perceptivo motrices de los parámetros de la escritura.

APRENDIZAJES: Coordinación fina, percepción espacial, percepción temporal, tonicidad, postura, equilibrio.

MATERIALES: Tizas, pinceles, espumas, brochas, lápiz, colores, temperas, acuarelas, papel de diferente tamaño, barro, arena, harina, arcilla, plastilina, botones, canicas, lazos de diferentes tamaños y grosores, lana o fique y objetos pequeños.

ORGANIZACIÓN: Los ejercicios que se plantean a continuación se podrán realizar a modo individual, por parejas y grupos dependiendo del tamaño del espacio gráfico.

DESARROLLO: El niño deberá ejecutar las siguientes acciones, las cuales van desde lo experimental hasta el aprendizaje técnico, según el desarrollo del niño

EJERCICIOS EXPERIMENTALES DE:

A. Adecuación⁸

- Ejercicios de independencia segmentaria realizados en la unidad 1: el esquema corporal y unidad 2: la tonicidad.

B. Trabajo con herramientas

- Manipular con toda la mano y los dedos un material maleable como: barro, arena, harina, arcilla, plastilina, etc.
- Enroscar y desenroscar de manera funcional o lúdica.
- Rasgar diferentes tipos de papel, tela, cartón u otros materiales para rellenar diversos dibujos.
- Utilizar juguetes que impliquen el uso de los dedos índice y pulgar, por ejemplo: ensartar bola, pinza de tender la ropa.
- Plegar papel libremente y luego con cierta precisión y objetividad.

⁸ Son actividades que facilitan la independencia segmentaria y según Juan A. García Nuñez (1995) en este nivel es importante prestar mucha atención a las tensiones tónicas, ya que hay que cuidar la posición del útil entre los dedos de la mano al realizar los trazos o las grafías. Múltiples anomalías en la evolución posterior de la escritura provienen del hecho de que el niño o la niña no coge bien el útil de la escritura, por lo que se hace muy difícil la coordinación de la prensión y presión necesarias para alcanzar la fluidez y disminuir la tensión, afectando a la regularidad del trazo.

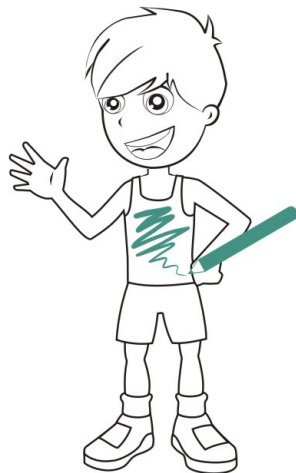
- Golpear con los dedos botones y canicas.
- Realizar nudos con diversos materiales.
- Coser con aguja gruesa sobre ropablanca o tablas con orificios.
- Iniciar la papiroflexia, por ejemplo; hacer un barco, un sombrero etc.
- Hacer trenzas.
- Pintura libre y dirigida con las manos, con los dedos, con espumas, con brochas redondas y planas y pinceles en espacios grandes y reducidos; inicialmente, pensando en la mancha, luego en el trazo vertical u horizontal, en el relleno y por último la reproducción de formas simples (dibujo).

C. Formas figurativas y no figurativas:

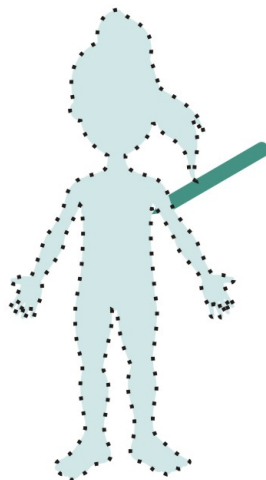
- Realizar formas no figurativas como las figuras geométricas (cuadrado, rectángulo, triángulo, círculo, etc.) y líneas rectas y curvas con material como palos, bastones, palillos, palos de helado, pitillos, etc las cuales serán reproducidas de nuevo en el papel.
- Realizar formas figurativas como las velas del cumpleaños, lo que más le llamo la atención de un cuento leído, una flor, las ventanas, las puertas, un dibujo de sí mismo en alguna ocasión especial, un dibujo del compañero, posturas realizadas en clase, frutas y otras producciones que se acerquen a las características de formas reales. Con materiales como palos, plastilina, cuerdas, hilo, lana etc las cuales serán reproducidas de nuevo en el papel.

D. Desarrollo visomotriz:

- Rellenar de colores un dibujo procurando no salirse.



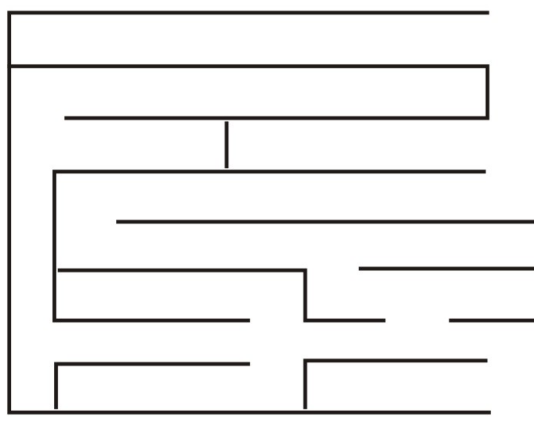
- Líneas quebradas: Repasar las líneas de puntos con un trazo continuo y después colorear



- Dibujar las partes que falten en un dibujo y después colorear.



- Recorrer con una raya el camino que se debe recorrer hasta llegar al objetivo (el perro al hueso, el jugador al balón, el ratón al queso, el niño al bus, etc.).



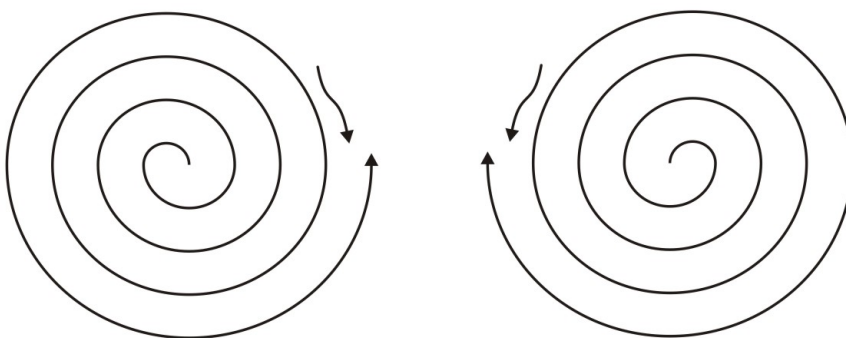
- E. Preparación para la escritura: con varios materiales como la pintura, la tiza, el lápiz, entre otras).

Continuidad, orientación y direccionalidad del trazo

- Trazos verticales y horizontales: unir las columnas y filas de puntos con una raya (el largo de las rayas y el dibujo que se forme puede variar, por ejemplo como la lluvia, como las cerdas del cepillo de dientes, los barrotes de un cárcel, etc.).



- Realizar espirales en ambos sentidos de orientación y luego hacer una raya entre las líneas de la espiral, partiendo desde donde indica la flecha.



- De la tiza en espacio amplio al lápiz en hoja de papel: el niño hará bucles o grafismos continuos variando el tamaño, el grosor del trazo, alargados, intercalados (uno pequeño y uno grande), crecientes y decrecientes, con diferente sentido de rotación y mixtos.

Pre-escritura:

- Individualización de las grafías.



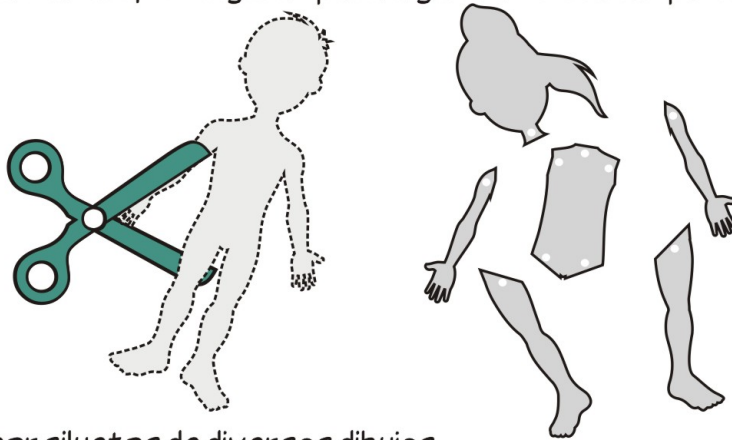
- Agrupación de las grafías de sentido rotacional legóricas: *lm, me, re* en letra cursiva.
- Agrupaciones de grafías mezclando el sentido rotacional: *le, li, te, be* en letra cursiva.

EJERCICIOS TÉCNICOS:

- Dibujar una imagen de sí mismo, del entorno, de lo que más le gusta o un modelo estipulado.¹⁰
- Colorear el anterior dibujo o una plantilla impresa.
- Pintar el anterior dibujo, una plantilla impresa, esculturas, cuadros o los propios materiales que haga el niño (un bastón, unos bolos, etc.).
- Rellenar dibujos o materiales que hagas con arroz, arena escarcha, lana, fique, piedras, plastilina, etc.

¹⁰ Recuerda que está actividad trasciende del simple hecho motor, puesto que permite conocer la representación mental que tiene el niño sobre sí mismo y su entorno. Es necesario tener en cuenta que un dibujo es importante pero no define todo; es una expresión de sentimientos y de deseos que pueden ayudar a saber, por ejemplo, cómo se siente el niño respecto a su familia, a su escuela, etc. El dibujo puede ser, en la infancia, un canal de comunicación entre el niño y su mundo exterior. La primera puerta que el niño abre a su interior.

e. Cortar siluetas de dibujos o figuras para alguna actividad específica.



f. Punzar: delinear siluetas de diversos dibujos.

g. Enhebrar: con la anterior actividad, pasar una lana, hilo o fique por diferentes orificios según un orden o libremente.

h. Moldear con greda o plastilina figuras geométricas, flores, animales, personas que al niño le guste o que sean acordadas. Se podrá hacer uso de palillos para introducir dentro de la plastilina y esto le dará más consistencia a la figura.

i. Escribir una historia o la descripción de situaciones, ideas y emociones por medio de dibujos y/o letras.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Practicar las técnicas nombradas con anterioridad de modo libre y dirigido, incentivando las exposiciones donde los niños explican al docente y a los compañeros lo que han hecho y quieren representar.

Por otro lado, trabajar la movilidad de los dedos de los pies es fundamental para facilitar acciones y no perder el movimiento que dicha parte. Por ejemplo, el docente reparte en el espacio diferentes objetos pequeños y los niños tienen que conseguir agarrarlos con los dedos de los pies. El juego finaliza cuando la mayoría de los niños hayan conseguido agarrar todos los objetos y gana el niño que logre agarrar más objetos.

REGLAS: Es muy importante, antes de exigir al niño una agilidad y ductilidad de la muñeca y la mano en un espacio reducido como una hoja de papel, es necesario que pueda trabajar y dominar este gesto más ampliamente en el suelo, pizarra y con elementos de poca precisión.

ACTIVIDAD 2: LA EXPRESIÓN VERBAL

OBJETIVO: Fortalecer los aspectos relacionados con la expresión verbal, los cuales se constituyen en la base de una adecuada relación con los otros.

APRENDIZAJES: Coordinación fina, percepción temporal, postura.

MATERIALES: Papel, lápiz, imágenes, fotografías, cuentos.

ORGANIZACIÓN: Los ejercicios que se plantean a continuación se podrán realizar a modo individual, por parejas y grupos.

DESARROLLO: Se propone la realización de los siguientes ejercicios:¹¹

¹¹ En este apartado es de vital importancia enseñar y aprender a tener una adecuada entonación y pronunciación, de igual manera, el uso de la mirada, ya que esta puede expresar seguridad, desconfianza, miedo, etc.

• **Adecuación de la voz:**¹² Trabajar las cualidades de la voz como: El volumen, a través de ejercicios de respiración ya que de ella depende; el esfuerzo no debe centrarse en la garganta sino en la capacidad de aire que se sepa contener. La articulación, a través de esta se ayuda a ejercitar la boca, labios y lengua a fin de articular correctamente las palabras, logrando así una mejor expresión; el ejercicio consiste en que se hable susurrando pero de manera que se entienda lo que se dice desde una corta distancia. Se repite hasta que desde el otro lado de la clase se entienda perfectamente.

• **Dramatizaciones:** Los niños representarán distintas situaciones o un fragmento de una obra de teatro donde se hará especial énfasis en el uso del lenguaje. Se puede hacer uso de vestuario, títeres o marionetas.

• **Diálogo dirigido:** Cada niño da su respuesta u opinión sobre algún tema específico y así sucesivamente hasta que pasen todos los niños. Es importante aportar argumentos y ser crítico. La docente actúa como moderadora del diálogo, dirigiendo su desarrollo.

• **Modificar una historia:** A partir de una historia o un cuento que se haya leído en clase por la docente, cada niño en secuencia deberá cambiarle diversos aspectos; p.e., los personajes no son humanos sino animales, el lugar, la época, el final, etc.

• **Imágenes:** Observar dibujos y fotografías (en la playa, en una obra de construcción, en un zoológico, en la granja), describir lo que se ve y -construir historias con ellas, las cuales se comparten a los compañeros de modo oral.

• **Exposiciones orales:** por ejemplo, se escoge un tema relacionado con la clase y se relaciona con alguna experiencia que haya tenido el niño fuera de clase. El niño deberá exponerla siendo obligatorio que participen todos y al final, entre todos opinan sobre la exposición.

• **Lectura en voz alta:** Es fundamental que el niño lea sin equivocaciones y dando la entonación¹³ y pronunciación adecuadas. Los tipos de textos se deberán realizar (una novela, una poesía, un fragmento narrativo, etc.).

• **Sílabas:** Por cada equipo se darán palabras y algunas frases las cuales se tendrán que deletrear letra por letra o por sílabas, cada equipo ira acumulando puntos por cada palabra o frase deletreada correctamente.¹⁴

• **Debate:** Con moderación de la docente, se organizarán dos grupos de estudiantes, uno a favor y otro en contra de un tema. Los argumentos deberán llevarse preparados de casa, así como los datos que se aporten. Es importante el uso de un léxico adecuado, el respeto a las opiniones ajenas y la seguridad en las propias. Se puede incluso asignar papeles establecidos.

• **Tertulia:** varios alumnos defenderán de forma oral su punto de vista sobre una cuestión. Para ello, la clase se dividirá en grupo de unas cuatro personas, aproximadamente.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Es importante practicar juegos motores que se relacionan con la comunicación verbal, los cuales contribuye al desarrollo de dos aspectos importantes en el niño, por ejemplo:

• **Las vocales:** El docente pregunta a los niños ¿Cuáles son las vocales?, luego, se organizan grupos de cinco integrantes a los cuales se les asigna una vocal (a, e, o, i, u). A una orden del docente, este enseña diferentes dibujos de animales y cada uno de los integrantes del subgrupo

¹² La voz empleada correctamente ayuda a mantener la atención del público y a enfatizar aquellos puntos que se quiere destacar. Además, a través del tono de voz se muestra el carácter del orador así como su estado de ánimo: alegría, confianza, inseguridad, etc.

¹³ La entonación consiste en dar distintas elevaciones de tono a la voz a fin de conseguir variedades de la misma con lo que se potencia la expresividad de las intervenciones.

¹⁴ La finalidad de este ejercicio es ver que tanto dominio se tiene del aparato fonador y comprender su importancia en el desarrollo y el aprendizaje del niño.

que tenga las vocales correspondientes a ese animal deberá salir en el desplazamiento típico del animal hacia la meta. Cuando vean el dibujo de un murciélago salen todos los integrantes del subgrupo. Gana el equipo que llegue primero con las vocales correspondientes y todos sus integrantes opinen ¿qué animal es?, ¿qué vocales tiene?, ¿qué hace? y ¿cómo se desplaza? El equipo ganador será quien logre realizar la mayor cantidad de recorridos efectivos.

REGLAS: Se deberá generar un espacio de confianza, seguridad, respeto y escucha, libre de represiones o burlas entre los integrantes del curso, las cuales afectarían el desarrollo de dicha dimensión en alguno de los niños. De igual forma, se tendrá en cuenta los ritmos de aprendizaje, evitando al máximo las frustraciones.

ACTIVIDAD 3: LA EXPRESIÓN FACIAL

OBJETIVO: Fortalecer en el niño el dominio muscular y la posibilidad de comunicación y relación con los otros a través de los gestos voluntarios e involuntarios de la cara (las seis emociones básicas: sorpresa, miedo, cólera, disgusto, felicidad y tristeza).


APRENDIZAJES: Coordinación fina, tonicidad y esquema corporal.

MATERIALES: Espejo.

ORGANIZACIÓN: Los ejercicios que se plantean a continuación se podrán realizar de modo individual, por parejas y grupos.





DESARROLLO: Realizar los siguientes ejercicios en frente de un espejo y determinar cuál de las expresiones le gusta más. Luego, en frente de un compañero, realizar las expresiones y él deberá adivinarlas e imitarlas como si fuera la imagen en el espejo. Después se intercambiarán los papeles.

Las expresiones faciales y las emociones¹⁵

EXPRESIÓN DE:	CARACTERÍSTICA	LUSTRACIÓN
1. SORPRESA	<ul style="list-style-type: none"> • Cejas levantadas, colocándose curvas y elevadas. • Piel estirada debajo de las cejas. • Arrugas horizontales en la frente. • Párpados abiertos, párpado superior levantado, y párpado inferior bajado; el blanco del ojo suele verse por encima del iris. La mandíbula cae abierta, de modo que los labios y los dientes quedan separados, pero no hay tensión ni estiramiento de la boca. 	

¹⁵Con estas expresiones se constituye un sistema de interpretación psicológica de los 'mensajes' del rostro según un código determinado, código que se divide en tres zonas de la cara: zonas cejas-frente, zona ojos-párpado-caballote de la nariz y zona mejillas-boca-mandíbula. Para cada emoción particular hay una zona concreta que produce mayor información acerca de dicha emoción. La zona nariz-mejilla-boca es esencial para expresar disgusto, los ojos-párpados para el miedo, cejas-frente y ojos-párpado para la tristeza, mejillas-boca y cejas-frente para felicidad. La sorpresa se manifiesta en todas las zonas del rostro.

De ahí, que se pueda obtener juicios de emoción correctos a partir de la expresión facial, es decir, que la expresión facial es un buen indicador del estado emocional.

<p>2. MIEDO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cejas levantadas y contraídas al mismo tiempo. • Las arrugas de la frente se sitúan en el centro y no extendidas por toda la frente. • Párpado superior levantado, con el párpado inferior en tensión y alzado. • Boca abierta y labios o bien tensos o bien estrechados y ligeramente contraídos hacia atrás. 	
<p>3. DISGUSTO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Labio superior levantado. • Labio inferior también levantado, y empujando hacia arriba el labio superior, o bien tirado hacia abajo y ligeramente hacia adelante. • Naríz arrugada. • Mejillas levantadas. • Aparecen líneas debajo del párpado inferior. • Cejas bajas, empujando hacia abajo al párpado superior. 	
<p>4. COLERA/IRA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cejas bajas y contraídas al mismo tiempo. • Líneas verticales entre las cejas. • Párpado inferior tenso; puede estar levantado o no. • Párpado superior tenso, puede estar bajo o no por la acción de las cejas. • Mirada dura en los ojos, que pueden parecer prominentes. • Labios en una de estas dos posiciones: continuamente apretados, con las comisuras rectas o bajas, o abiertos, tensos y en forma cuadrangular, como si gritaran. • Las pupilas pueden estar dilatadas. 	
<p>5. FELICIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comisuras de los labios hacia atrás y arriba. • La boca puede estar abierta o no, con o sin exposición de los dientes. • El pliegue naso-labial, baja desde la nariz hasta el borde exterior por fuera de la comisura de los labios. • Mejillas levantadas. • Aparecen arrugas debajo del párpado inferior. • Las arrugas denominadas 'patas de gallo' van hacia afuera, desde el ángulo externo del ojo. 	

6. TRISTEZA

- Los ángulos interiores de los ojos hacia arriba.
- La piel de las cejas forma un triángulo.
- El ángulo interior del párpado superior aparece levantado.
- Las comisuras de los labios se inclinan hacia abajo, o los labios tiemblan.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Trabajar otras expresiones de la cara poco conocidas o menos identificables como: cansado, irritado, confundido, serio, incrédulo, sarcástico, enamorado, depresivo, pensativo, aburrido, tímido, de asco y de vergüenza.

A lo anterior, se pueden anexar los siguientes juegos:

- La estatua gestual: Al ritmo de un tambor, los niños han de moverse libremente por el espacio y a la orden del docente los niños se quedan quietos expresando alguna emoción: ¡Alegría!, ¡Rabia!, entre otras. El que se equivoca o se mueve, queda eliminado y gana quien logre mantenerse hasta el final del juego.
- Muecas: Los niños se ubican en una medialuna observando a la docente quien hará muchas muecas que los niños imitarán. Se puede hacer por parejas o cada niño hace una mueca que el resto debe imitar.

REGLAS: El niño deberá intentar hacer la mejor representación de la expresión, lo cual indica un adecuado control de los músculos faciales y correcta comunicación con los otros seres que le rodea.

ACTIVIDAD 4: LA EXPRESIÓN CORPORAL

OBJETIVO: Contribuir al desarrollo de la expresión¹⁶ corporal para que el niño aprenda a utilizar su cuerpo para relacionarse con los demás y con su entorno.

APRENDIZAJES: Coordinación fina, percepción espacial, percepción temporal, esquema corporal, tonicidad, postura, equilibrio.

MATERIALES: Maquillaje, vestuario, objetos pequeños.

ORGANIZACIÓN: Los ejercicios que se plantean a continuación se podrán realizar a modo individual, por parejas y grupos.

DESARROLLO: Los ejercicios de conocimiento corporal desarrollados en las Unidades 1- 5 y 6, contribuyen al desarrollo de la expresión corporal. Sin embargo, a continuación se presentan otros ejercicios específicos del tema, como los siguientes.

¹⁶Según Jordina Ros (2007), la palabra expresión significa "deseo de manifestarse de alguna manera para decir lo que se piensa, lo que se siente o lo que se quiere", y este acto de comunicación puede llevarse a través del cuerpo.

• **Mímica:** Crear una historia que se deberá representar solamente con mímica (usar expresiones en el rostro, el cuerpo e imaginar tocar objetos). Para ello, es necesario hacer una caracterización del personaje; basta con pintarse la cara de blanco, resaltar el color de los ojos y de los labios, usar una vestimenta sencilla y cómoda, darle una personalidad al mimo: puede ser alegre, risueño, alguien a quien le sale todo mal, utilizar la imaginación para que parezca real lo que no lo es, inventar objetos que se utilizan, acciones que se realizan y cosas que suceden. Finalmente, representar acciones (correr, saltar, llevar un peso, manejar una marioneta, etc.) y sentimientos (tristeza, alegría, cansancio, aburrimiento, etc.). También, podrás hacer la mímica de un compañero, imitando todas sus acciones.



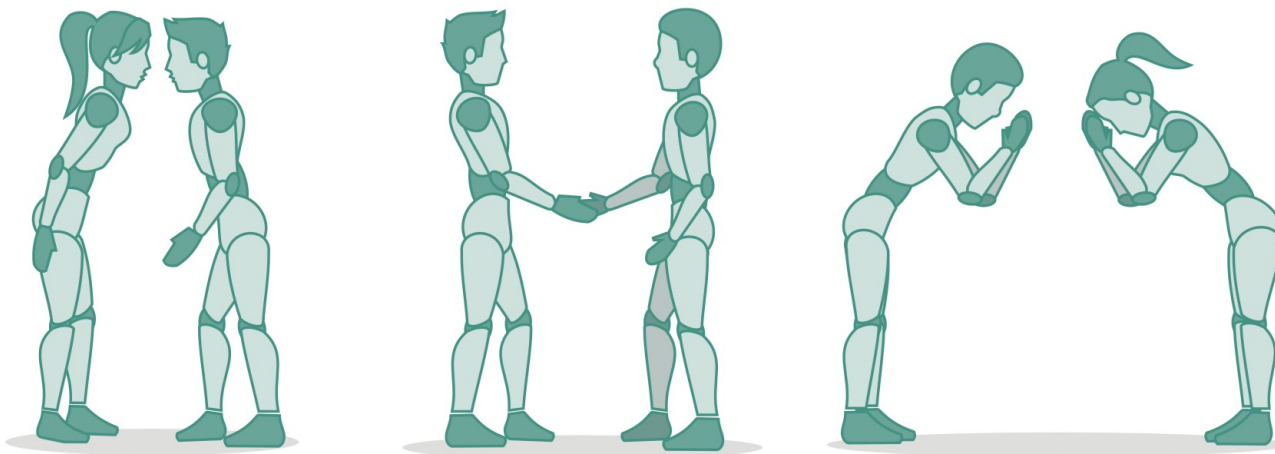
• **¡Adivina qué es!** Cada niño o en grupo se ha de representar con mímica un oficio, una sensación, un sentimiento, un programa de televisión, una película, un personaje, un animal, una situación, o una acción concreta. Los compañeros tratarán de adivinar el oficio interpretado por el niño en cuestión y así hasta que lo hayan hecho todos. El niño que lo hace no puede decir nada ni emitir ningún sonido; tampoco puede dibujar en el aire las letras del título, todo debe hacerse con gestos. Ganará el equipo o niño que más títulos haya adivinado del equipo contrario, y mejor haya representado la pantomima correspondiente.



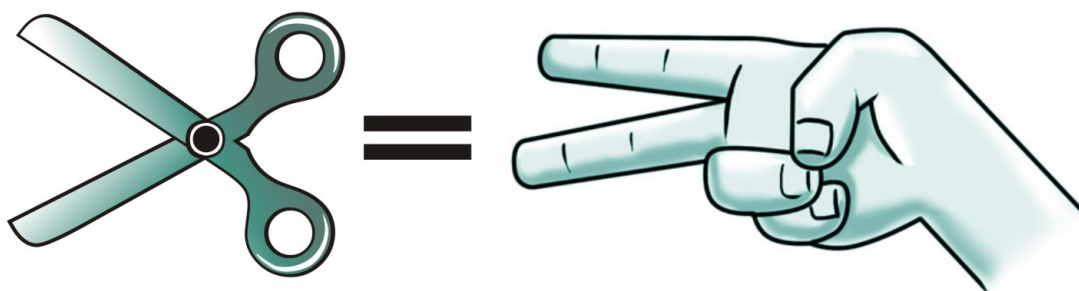
• **Como tortugas:** Representar un deporte, un oficio o cualquier situación simple, componiendo los gestos y realizándolos muy despacio. Como si fuera una imagen proyectada a cámara lenta.

• **Saludo internacional:** El docente explica y representa las diferentes formas de saludos que hay en el mundo: en Japón no se tocan para nada, flexionan el tronco hacia adelante; los Indios Americanos levantan la palma de la mano; en Rusia se abrazan y se besan efusivamente; en Alaska se frotan las puntas de la nariz; en España lo normal son dos besos cuando son conocidos y apretón de manos cuando no, pero siempre entre hombres; en Bélgica, Alemania, Suiza lo normal es dar tres besos empezando por la derecha; los británicos son más reacios a este tipo de contacto, y prefieren el saludo tradicional del apretón de manos; en América latina, lo normal es un solo beso en la mejilla cuando son conocidos o familiares, aunque en general se suelen dar la mano, sobre todo entre hombres, a excepción de Argentina, donde los hombres se suelen dar dos besos; en la India, a la hora de saludarse, lo más normal es poner las manos juntas a la altura del pecho y decir "Namaste", y si la persona es de un mayor rango, se inclinan y le tocan los pies en señal de respeto; por último, en el mundo musulmán lo más común es un estrechamiento de manos mientras dicen "salam aleikum", tanto entre hombre como entre mujeres. Sin embargo, entre un hombre y una mujer nunca se tocan, a no ser que sean familiares, en tal caso se dan la mano y se abrazan, similar a una palmada en la espalda, proseguido de tres besos en los que únicamente ponen la cara.

Luego, todos los niños se dispersan por el espacio y a una orden del educador comienzan a saludarse de acuerdo a la nacionalidad enunciada. Por último, cada pareja deberá crear o investigar dos nuevas formas de saludarse.



• **Manos expresivas:** Los estudiantes se ubican en medialuna y el docente muestra varios objetos que están sobre la mesa: unas tijeras, una pelota, un lápiz, un instrumento musical, etc. Los niños deben intentar representar el objeto con las manos y reproducir su movimiento solo con las manos.



- **Personajes:** Se dispone diferente vestuario en el espacio o se diseña con papel. Luego, cada niño escoge un personaje el cual deberá representar con la ayuda de una parafernalia. A una primera orden del docente, cada niño sale y se pone el vestuario correspondiente y comienza a desplazarse por el espacio. Después, a una nueva orden se enuncia un personaje; todos deberán quedarse quietos y observar al personaje en cuestión haciendo movimientos típicos. El juego termina cuando todos los personajes hayan representando el personaje.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS: Realizar una pequeña puesta en escena donde se represente una historia de un bosque y sus animales (el tema puede variar). Primero se hace un libreto, luego una escenografía que entre todos se hace con cartón y pinturas de colores alegres que puede constar de árboles, agua, piedras, flores, etc. Después, los protagonistas que pueden ser pájaros, caracoles, sapos, mariposas, peces y un hada quien podrá ser la narradora del relato, y sus disfraces se pueden confeccionar con papel de colores.

Por último, se ensaya toda la historia en grupo y se presenta a los compañeros de la comunidad escolar o extra-escolar.

REGLAS: Es necesario general un espacio de confianza y seguridad que le permita al niño expresarse de modo libre y natural sin ejercer represiones ya que ello podría incidir en su desarrollo.

INDICADORES DE TALENTO

Habla de gustos, tendencias y habilidades generales que tiene el niño y que muestran capacidades por encima del promedio de los pares.

Para realizar el registro de los indicadores de talento que presenta o no el niño en su desarrollo motor, es necesario marcar en la columna adecuada con qué frecuencia se presentan estos; la intención es recopilar la información para que el docente observe y detecte aquellos niños talentos, quienes requieren de apoyo y atención a sus necesidades educativas excepcionales.

INDICADOR	SEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA
De la coordinación viso-manual, relacionada con la expresión gráfica.			
Posee una adecuada coordinación viso-manual, a la hora de hacer uso de diferentes materiales como tizas, pinceles, espumas, brochas, lápiz, colores, temperas, acuarelas, papel de diferente tamaño, barro, arena, harina, arcilla, plastilina, botones, canicas, lazos de diferentes tamaños y grosores, lana o fique y objetos pequeños.			
Tiene una adecuada capacidad simbólica para plasmar en lo gráfico una realidad concreta.			
Ejecuta con facilidad hábitos y parámetros de la escritura como: espirales, círculos, bucles, trazos y las primeras grafías.			
Maneja las diferentes técnicas de la coordinación viso-manual: dibujar, colorear, pintar, rellenar, cortar, punzar, enhebrar, moldear, escribir, entre otras.			
Tiene alguna inclinación por alguna de las diferentes técnicas de la coordinación viso manual.			

De la coordinación fonética, relacionada con la expresión verbal.

Posee una adecuación de la voz tanto en el volumen como en el uso del órgano fonador.			
Memoriza o crea fragmentos de una obra o poema y los verbaliza con facilidad.			
Responde u opina con claridad sobre algún tema específico.			
Crea y narra historias y las verbaliza con facilidad			
Describe y verbaliza una realidad concreta con facilidad.			
Posee una adecuada entonación y pronunciación a la hora de leer en voz alta un texto.			

De la coordinación facial, relacionada con la expresión de la cara

Posee un adecuado dominio muscular de la cara para comunicarse y estar en relación con los otros a través de sus gestos voluntarios e involuntarios.			
Expresa con facilidad y coherencia las seis emociones básicas: sorpresa, miedo, cólera, disgusto, felicidad y tristeza			
Ejecuta otro tipo de expresiones faciales.			
Identifica en el compañero las emociones que se están expresando.			

De la coordinación gestual, relacionada con la expresión general de cuerpo.

Usa expresiones del rostro, del cuerpo e imagina tocar objetos para crear una historia o imitar situaciones.			
Hace caracterizaciones de personajes, haciendo uso de maquillaje y parafernalia.			
Comprende las diferentes formas de expresión corporal de los diferentes países del mundo.			
Posee un adecuado uso de las manos para expresar acciones, animales, etc.			

Generales

Disfruta de las actividades de la motricidad fina.			
Sus movimientos son claros y definidos.			
Recuerda y explica actividades que ha realizado en experiencias previas.			
Descubre y crea nuevas formas de expresión a través de su cuerpo.			
Participa en las diversas actividades de la motricidad fina que propone el docente.			
Expresa satisfacción al darse cuenta de sus logros cuando realiza una actividad.			



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antunes, C. (2008). *Juegos con la inteligencia cinestésico-corporal*. Buenos Aires: Editorial SB.
- Contreras, O. R. (1998). *Didáctica de la educación física: un enfoque constructivista*. Madrid: Editorial INDE.
- De Gispert, C. *Manual de Juegos*. Barcelona: Editorial Oceano.
- Escribá, Antonio (1999). *Psicomotricidad: fundamentos teóricos aplicables en la práctica*. Madrid: Editorial Gymnos.
- García, Juan y Fernández, Félix (1995). *Juego y Psicomotricidad*, Madrid: Editorial CEPE.
- García, J. y Berruezo, P. (1995). *Psicomotricidad y educación infantil* Madrid: Editorial CEPE.
- Gómez Jorge R. y González Lady E. *La educación física en la primera infancia*. Buenos Aires: Editorial Stadium.
- Navas, M. (2007). *Fichero: educación física de base*. Barcelona: Editorial INDE.
- Manchón, J. I. y Moral, P. (1985). *Educación física 4 años: libro de fichas*. Madrid: Editorial Gymnos S.A.
- Martín, D. (2008). *Psicomotricidad e intervención educativa* Madrid: Editorial Pirámide
- Muñoz, L. (2003). *Educación Psicomotriz: texto pedagógico* Armenia: Editorial Kinesis.
- Ramírez, Y. y Ramírez, M. (2007). *Niños en movimiento: coordinación, flexibilidad y resistencia. Desarrollo de competencias para la vida*. México: Editorial Trillas.
- Rigal, R., Paoletti, R. y Portman, M. (1979). *Motricidad: aproximación psicofisiológica*. Madrid: Editorial Augusto E. Pila Teleña.
- Ros, J. (2007). *Colección juegos en movimiento: actividades para la educación infantil*. Barcelona: Editorial Parramón.
- Sugrañes. E., Ángel, M., (2008). *La educación psicomotriz: 3-8 años. Cuerpo, movimiento, percepción, afectividad: una propuesta teórico-práctica*. Barcelona: Editorial Graó.
- Vayer, P. (1977). *El dialogo corporal: acción educativa en el niño de 2 a 5 años*. Barcelona: Editorial Científico-Médica.
- Gardner, H. Felman, D. y Krechevshy, M. (Compiladores) (1998). *Manual de evaluación para la educación infantil, Tomo III*. Madrid: Editorial Morata.
- Zapata, O. (2004). *La psicomotricidad y el niño: etapa maternal y preescolar*. Mexico: Editorial Trillas.

PAGINAS WEB

http://es.wikipedia.org/wiki/Paul_Fraisse

Esta guía-módulo de **LUDO-MOTRICIDAD** es la primera de la serie de manuales práctico-teóricos diseñados bajo los lineamientos de Buinaima con financiación de la Secretaría de Educación Distrital y llevados al aula en el desarrollo del «Programa de Inclusión y Talento en el Aula» .

Se ha elaborado para ayudar a maestros y maestras del primer ciclo de educación básica (preescolar, primero y segundo) en la implementación de la estrategia ludo-pedagógica de motricidad, considerada como básica y por ende más importante de las ocho propuestas por **Buinaima** en el proceso de exploración, identificación y desarrollo del talento.

Se hace énfasis en los componentes básicos de la motricidad de la primera infancia, tanto teóricos como prácticos expresados en una serie de actividades desarrolladas en aula y validadas por diferentes grupos de maestros y maestras que las han implementado en sus aulas. Los temas desarrollados son: esquema corporal, tonicidad, postura, equilibrio, espacialidad, temporalidad y motricidad fina.

