



"Cámara y acción"

Alba Acosta

Irati Alejandre

Maider Etxeberria



INDICE

INTRODUCCIÓN **pág 3**

CONTEXTUALIZACIÓN **pág 4**

1. Concepto de psicomotricidad **pág 4**
2. La importancia de la psicomotricidad en educación infantil **pág 4**
3. Metodologías de intervención: Autores **pág 7**
4. Sesión psicomotriz **pág 12**
 - 4.1 ¿Cómo preparamos un sesión de psicomotricidad
 - 4.2 Práctica de una sesión de psicomotricidad como educadoras infantiles
5. Contenidos y recursos para la práctica psicomotriz **pág 20**
6. Trastornos psicomotores **pág 38**
7. Importancia de la relajación **pág 42**

CONCLUSIÓN **pág 45**

GLOSARIO **pág 46**

BIBLIOGRAFÍA **pág 47**

INTRODUCCIÓN

Alaitz se enfrenta a un nuevo reto y nosotras futuras Educadoras Infantiles vamos a ayudarla a través de la información recopilada y sesiones prácticas. A Alaitz le han encomendado organizar praxis y sesiones psicomotrices dirigidas a niños y niñas de 0 a 3 años.

Para ello, Alaitz necesita todo tipo de información así como: que es la psicomotricidad, cómo preparar una sesión psicomotriz, qué materiales podemos utilizar, qué tipo de metodologías podemos utilizar y etc.

También debe tener en cuenta que puede haber trastornos psicomotores que dificulten la realización de dichas praxis. Hemos informado a Alaitz qué tipos de trastornos puede encontrar en el aula.

Para finalizar, hemos preparado como ejemplo práctico tres sesiones psicomotrices paso a paso, con sus respectivos saludos, praxis y materiales adecuados.

CONTEXTUALIZACIÓN

1. Concepto de psicomotricidad

La psicomotricidad es, fundamentalmente, una forma de abordar la educación que pretende desarrollar las capacidades del individuo (inteligencia, comunicación, afectividad, aprendizaje) a partir del movimiento y la acción. Su finalidad es normalizar o mejorar el comportamiento del niño.



2. Importancia de la psicomotricidad en Educación Infantil

La importancia de la psicomotricidad en los primeros años de vida de las personas, es básica, ya que el aprendizaje se produce a través del movimiento, la acción del niño sobre el medio y las experiencias.

En los primeros años de vida, la psicomotricidad juega un papel fundamental en el desarrollo del niño, ya que influye directamente sobre el desarrollo intelectual, afectivo y social.

- **A nivel motor;** Permite al niño dominar su movimiento corporal
- **A nivel cognitivo;** Permite al niño mejorar en memoria, atención y concentración.
- **A nivel social y afectivo;** Permite a los niños conocer y afrontar sus miedos así como relacionarse con los demás.

Beneficios de la psicomotricidad en educación infantil

El niño en el aula de psicomotricidad, adquiere nociones espaciales, temporales, de lateralidad, relativas a su cuerpo, a los objetos, a situaciones que le facilitan la adquisición de nuevos aprendizajes, y desarrollo de sus capacidades.

Beneficios:

- Conciencia del cuerpo parado y en movimiento.
- Permite al educador una observación directa del niño con total espontaneidad.
- Dominio del equilibrio.
- Coordinación motora.
- Control de la respiración.
- Orientación espacio-corporal.
- Mejora del desarrollo del ritmo.
- Mejora de la memoria.
- Dominio de los planos horizontal y vertical.
- Discriminación de colores, formas y tamaños.

3. Metodologías de intervención: Autores

Hay diversos autores que definen la psicomotricidad según sus propios criterios y teorías. Dichos autores (Jean Le Boulch, L.Pico y P. Vayer, A. Lapierre y B. Aucouturier) elaboran propuestas metodológicas.

Las metodologías de los autores se clasifican en directivas o no directivas. **Las directivas** prevé la intervención a partir de una programación, en la que se abrían establecido unos objetivos a cumplir, a través de un orden y una preparación de las sesiones, decididos previamente.

No directiva prevé la intervención a partir de los deseos infantiles para conseguir la adquisición de alguna habilidad o algún concepto aprovechando los lazos relacionales establecidos previamente.

De tipo directivo:

1. La psicocinética de JEAN LE BOULCH



- Propone un “método de educación que como medio psicológico, utiliza el movimiento humano en todas sus formas”.
- El objetivo principal es favorecer el desarrollo humano a través del movimiento.
- Las actividades se diseñan considerando los intereses del niño/a y sus necesidades evolutivas. Tendrá en cuenta:
 - Una estructuración perceptiva
 - El ajuste postural
 - El ajuste motor

Según Le Boulch, el dominio del cuerpo es el primer elemento del dominio del comportamiento. Los principios teóricos de Jean Le Boulch son una concepción global de la naturaleza humana:

- Noción del cuerpo-propio, en la que prevalece el significado del concepto de globalidad.

- El objetivo fundamental de la educación psicomotriz es la estructuración de la personalidad.
- Para conseguir la estructuración de la personalidad es imprescindible haber logrado la estructura del esquema corporal.
- Dicha estructuración se obtiene a través de los movimientos espontáneos.

La línea psicopedagógica de LOUIS PICO y PIERRE VAYER

A través de la educación psicomotriz los niños y niñas pequeños/as tendrán que obtener:

- La conciencia del cuerpo propio
- El dominio del equilibrio
- El control y la eficacia de las coordinaciones globales y segmentarias
- El control de la inhibición voluntaria y de la respiración
- La organización del esquema corporal y la orientación en el espacio
- La posibilidad de adaptación al mundo exterior

La educación psicomotriz se debe realizar de manera sistemática, a través de sesiones periódicas, previamente preparadas, con el fin de estimular el desarrollo de los contenidos señalados.

Louis Picq y Pierre Vayer defiende las etapas en educación infantil a través de su cuerpo (de 2 a 5 años):

1ª Etapa → Exploración. Los niños/as son puestos en contacto en los diversos aspectos o elementos del mundo exterior y en contacto con los demás

2ª Etapa → Conocimiento. Los niños/as aprenden a controlar sus acciones y esto conduce a los primeros elementos del conocimiento, a las primeras nociones y a las primeras representaciones

3ª Etapa → Representación.

- Los niños/as están capacitados para controlar, comparar y coordinar sus acciones
- El acto es ahora la realización de una intención
- Es el estadio de la representación y de la expresión

También propone una serie de ejercicios a realizar en las sesiones de psicomotricidad que van aumentando gradualmente su dificultad.

Se refieren a estos tres ámbitos:

- La construcción del yo corporal
- El niño/a ante el mundo de los objetos
- El niño/a ante el mundo de los demás

Las actividades a realizar en las sesiones se refieren a:

- La educación del esquema corporal, o relación consigo mismo
- El niño ante el mundo presente (realidad espaciotemporal)
- El niño frente al mundo de los demás (pedagogía relacional)

De tipo no directivo:

La educación vivenciada de A. LAPIERRE y B. AUCOUTURIER

Aspectos previos

- Principio de unidad y globalidad de la persona
- Punto de vista educativo, no se debe separar el cuerpo y la mente
- Objetivo: proporcionar al niño/a el paso de una vivencia motriz a lo abstracto, sin contratiempos ni carencias

Principios teóricos

Proviene de cuatro campos diferentes:

Neurofisiológico → Como los sistemas cerebroespinal, simpático y parasimpático y hormonal están conectados, cualquier estímulo que alcanza uno de ellos repercute inmediatamente sobre el conjunto.

Psicogenético → Pasa de lo vivido a lo abstracto, a partir de las experiencias sensoriomotrices del niño/a en relación a su propio cuerpo, al mundo de los objetos y al mundo de los demás.

Semántico → La función simbólica se instala en los niños/as a partir de una reacción espontánea a un estímulo. Esta reacción espontánea se transforma en un medio de expresión.

Epistemológico → Todas las adquisiciones primitivas y fundamentales de los procesos intelectuales nacen de la actividad perceptivo-motriz.

Enfoque pedagógico

- Concepción de una educación vivenciada, unitaria, global, que proporcione el paso de la vivencia motriz al pensamiento abstracto, sin tropiezos.
- Dificultades:
 - Hacer pasar las concepciones teóricas a la realidad pedagógica
 - Dar a los educadores y maestros los medios pedagógicos que les permitan ponerlos en práctica

El educador debe estar en condiciones de asumir esa libertad. No se trata de adaptar a los niños/as a una enseñanza predeterminada, sin adaptar la enseñanza a cada niño/a y a cada grupo de niños/as ; a la complejidad de los problemas educativos, nunca iguales, no puede corresponder más que una constante plasticidad de la enseñanza.

Una educación sin comportamientos estancos

- Desea evitar condicionamientos intelectuales
- Quiere ser una pedagogía de observación y escucha respecto al niño y al grupo
- Se debe prescindir de la edad y de supuesto potencial del alumnado
- Cada noción se aborda su nivel más concreto
 - **A nivel sensoriomotor** → A través de una situación motriz, a ser posible espontánea
 - Por una polarización de la atención alcanzaremos el **nivel perceptivomotor**
 - Después del análisis y la organización perceptiva, progresan hacia la **abstracción**
- El conocimiento ha de dejarse elaborar de una manera confusa y con aproximación casi intuitiva.
- El objetivo de la educación básica debería dar al alumnado la posibilidad de expresar la misma vivencia según modos de pensar diferentes.

Nociones primitivas y fundamentales

Las bases del conocimiento se pueden reagrupar en torno a ciertas nociones primitivas extraídas de las vivencias concretas. De ellas se derivan muchas otras:

- Intensidad → Contrastes absolutos o relativos (fuerte-débil)
- Grandeza → Grande y pequeño, largo y corto, lejos y cerca
- Velocidad → Rápido y lento

- Dirección
 - Situación
 - Orientación
 - Relación
- } Hacia, desde, en, dentro, fuera, antes, después, lejos, a la derecha, a la izquierda, delante de, detrás de, encima, debajo....

Expresión y diferentes formas de abstracción

- A medida que los niños/as van organizando su percepción, desarrollan la necesidad de comunicarla.
- Una situación vivenciada puede expresarse:
 - A través del gesto, que conducirá a la expresión corporal
 - Por medio del grafismo:
 - **Simbólico** → guiará hacia la expresión gráfica o arte abstracto
 - **Racional** → llevará hacia la topología, geometría o matemática
- El educador o la educadora le facilitará este deseo de expresarse.

El paso de lo vivenciado a lo abstracto

Se diferencian tres tipos de actividad o tiempos:

- **Primer tiempo: actividad psicomotriz espontánea.** Se coloca al niño/a en una situación de creatividad que le permite la liberación de pulsiones y motivaciones inconscientes a través del movimiento
- **Segundo tiempo: análisis perceptivo.** El educador/a solicita un análisis perceptivo, de una manera natural a partir de lo que hacen o les pasa
- **Tercer tiempo: intelectualización de lo vivenciado.** El niño/a abstrae y expresa las vivencias a través del lenguaje, grafismo, sonido...

4. Sesión de Psicomotricidad

Concepto de sesión psicomotriz

Se llama sesión psicomotriz a cada sesión relacionada con una anterior y una posterior con el objetivo de dar una globalidad a los aprendizajes y formar una base clara, es decir, un aprendizaje significativo.

4.1 ¿Cómo preparamos una sesión de psicomotricidad?

Para preparar y organizar una sesión debemos tener en cuenta la estructura de dichas sesiones. Dichas sesiones se organizan en tres partes.

Estructura de las sesiones:

- Parte preparatoria o exploratoria inicial
- Parte principal
- Parte final

PARTE PREPARATORIA O EXPLORATORIA INICIAL

- Traslado del aula ordinaria al lugar de la práctica
- Asamblea inicial, planteando el trabajo a realizar
- 1ª actividad, juego de carácter locomotor (preparación para la práctica motriz)
- Plantear problemas a niños y niñas para que busquen respuestas mediante el juego simbólico
- Ambiente motivante y buena ambientación



PARTE PRINCIPAL

- Adquirir objetivos didácticos propuestos
- Guiar las acciones de los alumnos consiguiendo cantidad y calidad motriz
- Establecer una secuencia de actividad enseñanza-aprendizaje referidas al objetivo motivantes y llamativas



Objetivos:

Objetivo general:

Desarrollar la psicomotricidad fina a través de actividades lúdicas que favorezcan los aprendizajes significativos de los alumnos de preescolar en el jardín de niños Jaime Torres Bodet.

Objetivos específicos:

- ❖ Fortalecer el dominio de la psicomotricidad fina.
- ❖ Observar las características de los alumnos de preescolar.
- ❖ Desarrollar la psicomotricidad fina con la aplicación de actividades de juego.
- ❖ Favorecer aprendizajes significativos para transformar acciones psicomotrices.
- ❖ Diseñar actividades que favorezcan la psicomotricidad fina.

PARTE FINAL

- Hacerles ver lo conseguido mediante el repaso de la sesión
- Expresar vivencias tenidas durante la misma
- Relajación mediante ejercicios sensoriales o canciones
- Vuelta al aula ordinaria



CARACTERÍSTICAS DE UNA ACTIVIDAD EFICAZ

- Porcentaje de tiempo elevado orientado a la práctica
- La parte principal debe ser la de mayor duración
- Buen ambiente de trabajo y un índice elevado de motivación
- El alumno/a debe ser capaz de construir su propio aprendizaje
- Estructuras organizativas que favorezcan el máximo trabajo del alumno/a y la consecución de objetivos
- Máxima profesionalidad del profesor

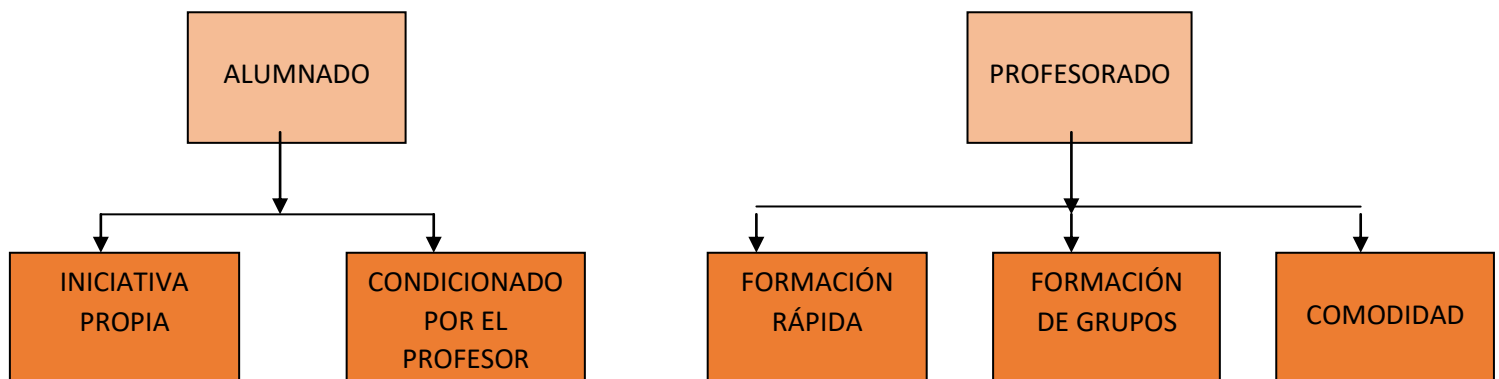
ORGANIZACIÓN DEL GRUPO

Formación de grupos reducidos.

Los motivos de organizar grupos reducidos son los siguientes:

- Necesidades de la propia tarea
- Aumentar el tiempo de práctica
- Favorecer la afectividad y las relaciones socio-afectivas
- Facilitar el aprendizaje
- Necesidades de la instalación (capacidad, dimensiones, techo, etc.)

PARÁMETROS DE FORMACIÓN DE GRUPOS



DISEÑO DE LOS GRUPOS EN EL ESPACIO

La organización de los grupos en el espacio psicomotriz puede ser a través de:

Filas



Círculo



Semicírculos



ORGANIZACIÓN DEL MATERIAL

- El material es un elemento básico de las sesiones y condiciona muchas veces la metodología de la sesión.
- Clasificación:
 - Propio del ámbito motriz
 - Obtenido por recuperación
 - Material que puede fabricarse total o parcialmente
 - Mobiliario escolar
 - Material audiovisual



COLOCACIÓN DE PROFESORADO Y ALUMNADO

- Cuando el profesor/a habla sobre los contenidos de una sesión o puesta en común debe estar en posición frontal a los alumnos/as.
- Al inicio y al final de las sesiones; los niños y las niñas deben estar en círculo o semicírculo
- Todo el alumnado debe ver si hacemos una demostración u oír si transmitimos consignas auditivas.
- Si presentamos un circuito, hay que explicar primero todas las áreas con todo el grupo junto y después dividir en grupos.

ORGANIZACIÓN DEL MATERIAL

REGLAS DE USO

- Colaborar a la hora de sacarlo y recogerlo
- Si le damos un uso distinto al propio, debemos asegurarnos de no estropearlo
- Buscar la calidad antes que la cantidad
- Prever y disminuir la peligrosidad del mismo
- Elegir el material que nos posibilite una mayor cantidad de usos
- Analizar y escoger materiales de fácil organización

DISCIPLINA Y COMPORTAMIENTO PROFESORADO-ALUMNADO

1. Conductas inadecuadas del alumno/a

- No mantener el ritmo de la actividad
- No realizar la actividad e interferir en la clase
- Falta de respeto hacia compañeros/as
- Negativas de realizar actividad, insultos al profesorado

2. Medidas preventivas

El objetivo principal es reducir los tiempos de inactividad por aparecer conductas inadecuadas en este tiempo

Estrategias:

- Grupos de trabajo pequeños
- Paso de una actividad a otra rápido
- Instrucciones rápidas y claras

- Suprimir juegos de eliminación
- Impedir interrupciones de personas ajenas
- En caso de lesión del alumnado, mantener el control de la actividad

Establecer normas de funcionamiento diario

- Controlar trayectos entre aula e instalación de psicomotricidad
- Sacar y recoger el material
- Uso adecuado del material
- Vocabulario en clase

3. Medidas correctivas (opciones a tomar ante un comportamiento inadecuado)

- Ignorar un comportamiento
- Breve llamada de atención (tono de voz, mirada)
- Intervención directa (si no cesa la conducta)
- Conversación en privado (con el fin de que no llame la atención de los demás)

4.2 Práctica de una sesión de psicomotricidad como educadoras infantiles

Después de haber explicado en qué consiste una sesión de psicomotricidad nosotras como futuras educadoras hemos realizado una praxia de una sesión de psicomotricidad. Nuestro objetivo es ayudar a Alaitz y enseñarle cómo se realiza una sesión.

Las sesiones psicomotrices irán adjuntas en los siguientes hipervínculos:

<..\..\Desktop\RETO 6.C\PRODUCTO\sesion psicomotricidad irati.pdf>

<..\..\Desktop\RETO 6.C\PRODUCTO\INDIVIDUAL ALBA.pdf>

<..\..\Desktop\RETO 6.C\PRODUCTO\individual maider.pdf>

A continuación, para llevar a cabo estas sesiones, hemos preparado individualmente, una presentación que irán adjuntas en los siguientes hipervínculos:

<..\..\Desktop\RETO 6.C\PRODUCTO\La psicomotricidad irati.pptx>

<..\..\Desktop\RETO 6.C\PRODUCTO\PPT SESIÓN PSICOMOTRIZ ALBA.pptx>

5. Contenidos y recursos para la práctica psicomotriz

CONTENIDOS

- El esquema corporal
- El control tónico
- El control postural
- El control respiratorio
- La lateralización
- La estructuración espaciotemporal
- El control práxico

- **El esquema corporal**

Aunque los contenidos de la práctica psicomotriz estén divididos en varios apartados, es en realidad en la constitución del esquema corporal donde se integran todos ellos. La formación del esquema corporal se va produciendo al mismo tiempo que se lleva a cabo el desarrollo del individuo, como resultado de un único proceso, en sus diferentes áreas: sensorial, motora, socioafectiva, del lenguaje y cognitiva.

No se puede decir cuál de estas áreas es más importante para la formación del esquema corporal porque unas dependen de las otras. Si se piensa, por ejemplo, que el área motora es fundamental, se debe tener en cuenta que sin la percepción de los estímulos del medio o sin el lenguaje no podría ordenarse u organizarse el pensamiento, necesario para la constitución del esquema corporal. Tampoco tiene que imaginarse el lenguaje y lo cognitivo como lo más importante para la formación del esquema corporal en la persona, porque para desarrollarse ambos necesitan de la propia acción y percepción en su interacción con el medio natural y social.

Pierre Vayer define el esquema corporal como:

- La percepción y el control del cuerpo propio, es decir, la posibilidad de interiorización de las sensaciones relativas a una u otra parte del cuerpo, así como también la sensación de globalidad del cuerpo.
- Un equilibrio postural económico.
- Una lateralidad bien afirmada.
- La independencia de los diferentes segmentos con relación al tronco y de los unos respecto a los otros.
- El dominio de las pulsaciones que está íntimamente asociado al control psicotónico, como asimismo al control de la respiración

Jean Le Boulch entiende el esquema corporal como << una intuición global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, tanto en estado de reposo como en movimiento, en función de la relación entre sus diferentes partes y, fundamentalmente, en relación con el espacio y los objetos que nos rodean >>

Así, el esquema corporal se manifiesta en diferentes aspectos:

- Como percepción.
- Como motricidad.
- Como interacción entre el individuo y el medio.

Desarrollo y elaboración del esquema corporal

Según Pierre Vayer, la elaboración del esquema corporal sigue las leyes de maduración y desarrollo motor cefalocaudal y proximodistal y va constituyéndose a través de una relación constante entre el *yo-mundo* de las *cosas-mundo de los demás*, en varias etapas que se apoyan y condicionan mutuamente.

Los límites de estas etapas son flexibles y dependerá de las peculiaridades o vivencias de cada niño. Las etapas y sus características son las siguientes, pero nosotros nos centraremos en el periodo global de aprendizaje y del uso de sí mismo ya que se basan en edades de 2 a 5 años:

Etapas del desarrollo del esquema corporal según Pierre Vayer		
Etapa	Edad	Características
Periodo maternal	Desde el nacimiento a los 2 años	– Niños y niñas pasan de los primeros reflejos (reflejos nucleares) a la marcha y a las primeras coordinaciones motrices a través de un diálogo tónico madre-niño/niña muy cerrado al principio, luego cada vez más suelto, pero, sin embargo, siempre presente.
Periodo global de aprendizaje y del uso de sí mismo	De 2 a 5 años	– A través de la acción, la prehensión se hace cada vez más precisa, estando asociada a los gestos y a una locomoción cada vez más coordinada. – Motricidad y cinestesia permiten a niños y niñas el conocimiento y, por ende, la utilización cada vez más diferenciada, cada vez más precisa de su cuerpo por completo. – La relación con la persona adulta es siempre un factor esencial de esta evolución que permite a niños y niñas desprenderse del mundo exterior y reconocerse en tanto que individuos.
Periodo de transición	De 5 a 7 años	– Niños y niñas pasan del estadio global y sincrético al de la diferenciación y análisis. – La asociación de las sensaciones motrices y cinestésicas con los otros datos sensoriales, especialmente visuales, permite pasar progresivamente de la acción del cuerpo a la representación. Se produce entonces: • el desarrollo de las posibilidades de control postural y respiratorio; • la afirmación definitiva de la lateralidad; • el conocimiento de la derecha y de la izquierda; • la independencia de los brazos con relación al tronco... – La presencia de la persona adulta sigue siendo un factor en el establecimiento de los diversos modos de reacción de cada uno consigo mismo y con el mundo de su entorno.
Elaboración definitiva del esquema corporal	De 7 a 11 ó 12 años	– Gracias a la toma de conciencia de los diferentes elementos corporales y al control de su movilización con vistas a la acción, se desarrollan e instalan: • las posibilidades de relajación global y segmentaria; • la independencia de los brazos y piernas con relación al tronco; • la independencia de la derecha respecto a la izquierda; • la independencia funcional de los diversos segmentos y elementos corporales; • la trasposición del conocimiento de sí mismo al conocimiento de los demás..., que tiene como consecuencia el desarrollo de las diversas capacidades de aprendizaje, así como de relación con el mundo exterior. – Niños y niñas tienen ya ahora los medios para conquistar su autonomía. La relación con la persona adulta, que sigue siempre presente, irá haciéndose cada vez más distanciada hasta llegar a la cooperación y a compartir las responsabilidades.

- **El control tónico**

Es la actividad muscular encargada de mantener la postura, a través de cierto grado de tensión o distensión muscular, se llama tónica o tono muscular.

Funciones del control tónico

1. En el aspecto motor, el tono asegura el equilibrio del cuerpo en cada una de sus partes, es el punto de apoyo del movimiento y, además, sostiene la progresión de cada fase del mismo, adoptando una actitud apropiada. Aporta **elasticidad, estabilidad, fuerza y precisión**.
2. En la sensibilidad, las estructuras neurológicas que regulan la función tónica reciben estimulaciones de todas las superficies de excitación tanto internas como externas, y mantienen una constante tensión latente que las une entre sí.
3. En las emociones, el tono está en la base de la manifestación de las emociones.

Objetivos de las actividades sobre el control tónico

El tono actúa como mecanismo que posibilita y modera la conducta e incide en la manera de relacionarse. Por ello, las actividades psicomotrices deben incluir los siguientes objetivos:

- Desarrollar la capacidad tónica, tanto a nivel de contracción muscular como de relajación.
- Desarrollar mecanismos que puedan inhibir la conducta.
- Controlar el equilibrio, tanto estático como dinámico.
- Desarrollar, a través del gesto, la capacidad expresiva.

Control tónico y control postural

Como el control tónico está íntimamente relacionado con el control postural las actividades que se propongan deberán contener ambos aspectos o ser desarrolladas paralelamente.

En este sentido se deberán realizar ejercicios que sirvan para que el niño reciba el máximo de estímulos, tanto en posiciones estáticas (de pie, sentado...) como en actitudes dinámicas (caminando, corriendo...)

Actividades de relajación

Se debe tener en cuenta, la posibilidad de realizar ejercicios de relajación. Éstos pueden ser problemáticos si se plantean para niños pequeños, pero son una práctica que se ejerce después de que los niños se hayan fatigado jugando o realizando ejercicios físicos.

Hay dos tipos de relajación:

- Global
- Segmentaria

Se puede escoger entre una **relajación consciente** y una **relajación automática**.

- La **relajación consciente** necesita un buen conocimiento del propio cuerpo, con cierto dominio del esquema corporal.
- La **relajación automática**, global o fragmentaria, se pone en práctica después de que los niños hayan realizado actividades que les hayan provocado mucha fatiga. El educador casi no interviene y deja que los niños descansen de la manera más tranquila en un ambiente adecuado, tal vez con una música suave de fondo. El educador sólo se preocupará de que los niños no estén en mala posición y mantengan las posturas corporales correctas, que a la vez serán las más cómodas para ellos.

- **El control postural**

El control postural se refiere a la manera habitual de mantener la postura y el equilibrio. Ambos, la postura y el equilibrio, forman el sistema postural.

- La postura es la posición que adopta el cuerpo en cualquier momento. Se puede tener una determinada postura inconscientemente, como una manera de estar habitual o como resultado de acciones o movimientos reflejos provocados por el medio, o también conscientemente, por tener conocimiento de la propia posición del cuerpo en una situación concreta o por colocarse voluntariamente en una posición determinada.
- El equilibrio es un estado de desequilibrio permanentemente compensado. Consistiría en las modificaciones del tono muscular para asegurar una relación estable entre el eje corporal y el eje de la gravedad. Distintos movimientos como andar, correr... suponen cambios en los puntos de apoyo del cuerpo y en sus centros de gravedad, por lo que es preciso, para mantener el equilibrio, afectar reajustes corporales. Se distinguen dos clases de equilibrio:
 - **Estático:** mantenimiento de la postura en una posición fija.
 - **Dinámico:** mantenimiento de la postura en los desplazamientos.

Control postural y esquema corporal

El control postural constituye una parte importante del esquema corporal y se va formalizando a través de:

- El tono muscular, que sostiene la postura desde el origen.
- La vida afectiva. El diálogo tonicocorporal entre la madre y el bebé inciden inicialmente en las posturas. Los distintos estados afectivos constituidos por emociones y sentimientos se traducirán en actitudes relacionadas con las posturas y el equilibrio corporal.
- Las experiencias sensoriomotrices vividas por el niño.
- El sistema cinestésico, está formado por el aparato vestibular y los receptores sensoriales de los músculos y los tendones del cuerpo.

Progreso y dificultades en el control postural

El progreso en el control postural posibilita que la energía psíquica dedicada a mantener el equilibrio se dedique a nuevos aprendizajes, facilitando el desarrollo de los procesos cognitivos superiores. Por el contrario, las dificultades en el control del sistema postural pueden repercutir en el niño con:

- Aumento del cansancio, la ansiedad y los problemas de atención.
- Dificultades en actividades de exploración lo que puede afectar a su autonomía personal y a su vida de relación.
- Dificultad para acceder a aprendizajes cognitivos superiores, porque se gastan las energías para mantener el equilibrio.

En general, las alteraciones de los hábitos posturales forman parte de las alteraciones del comportamiento de los niños con problemas de inadaptación.

• El control respiratorio

La respiración es el intercambio de gases entre el organismo y el medio externo. Este intercambio se realiza en los pulmones. La renovación del aire pulmonar se verifica por medio de dos movimientos alternativos:

- La inspiración, que es un fenómeno más activo, y consiste en introducir aire atmosférico en los pulmones a través de la nariz, boca, faringe, tráquea y bronquios.
- La espiración, que es un fenómeno más pasivo, y consiste en la expulsión del aire inspirado, el cual se ha transformado en anhídrido carbónico después de un proceso de combustión.

La respiración no sólo es una función imprescindible para poder vivir, sino también para poder tener un mínimo de calidad de vida.

La respiración y el esquema corporal

La respiración, además de ser necesaria para la vida del organismo, es un constituyente fundamental en la formación del esquema corporal; su objetivación ayuda a la percepción del propio cuerpo, va asociada al descubrimiento del tono muscular a través de actividades de relajación, segmentaria o global y, puede ayudar a la persona a tranquilizarse, facilitando así la concentración y la atención.

Estimulación de la capacidad respiratoria

Se puede pensar que, si la respiración es una función mecánica que se va regulando autónomamente según las necesidades del organismo, no necesita ningún tipo de actuación para estimularla.

En realidad, no es así. La respiración refleja y mecánica de la que parten los seres humanos se puede transformar en periodos de bipedestación u otros momentos de crecimiento y maduración en una respiración incompleta, que sólo cubriría una parte de las necesidades que debería atender.

Para poder tener una mayor capacidad respiratoria y más margen para graduarla o adaptarla a la tarea a realizar, se propone estimular al niño para que descubra otro tipo de respiración: la respiración profunda.

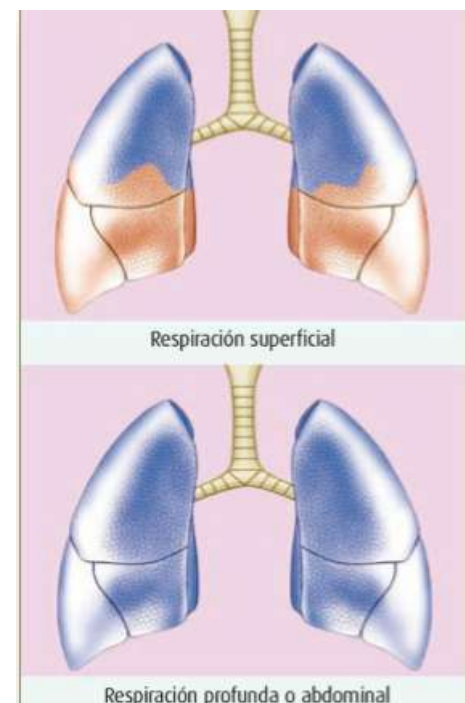
La respiración profunda

La respiración profunda o abdominal, aunque sea innata, se debe aprender y, por lo tanto, se debe estimular para que los niños y niñas la descubran y la puedan practicar.

- Inspiración. Se llena de aire primero la base de los pulmones y, después, el resto de los pulmones. En esta operación, los pulmones se expanden y pueden alcanzar la máxima dilatación.
- Espiración. Se expulsa aire, apretando el diafragma hacia arriba contra el tórax, hacia la base de los pulmones, que se deben ir comprimiendo hasta expelerlo. En esta operación los pulmones se encogen y pueden obtener la máxima contracción.

A las niñas y niños demasiado pequeños, que todavía no poseen un cierto nivel de conciencia de su cuerpo, difícilmente se les puede empezar a educar para que pongan en práctica directamente la respiración abdominal; pero sí se puede comenzar a realizar actividades para que se vayan dando cuenta de su vivencia respiratoria, es decir, realizando ejercicios de espiración.

Una vez se conoce y se practica intencionadamente la respiración abdominal, como cualquier movimiento voluntario, se automatiza y se deja de pensar en ella. El



propio cuerpo, automáticamente, va graduando la fuerza de la función respiratoria, según las actividades que vaya a realizar.

- **La lateralización**

La lateralización es el proceso mediante el cual se va desplegando en los niños y niñas la predilección o dominio de un lado del cuerpo con respecto al otro. Es el último proceso evolutivo que se establece en la formación orgánica del cerebro de la persona. Es un proceso dinámico del organismo en contacto con el ambiente y precisamente a través de él cristaliza la lateralidad.

La lateralidad es el predominio de un hemisferio cerebral sobre el otro, que se traduce en el uso preferente de uno de los dos lados del organismo en que el eje corporal lo divide.

En nuestra sociedad, el predominio hemisférico cerebral predominante es el izquierdo. Hay entre un 70% y un 90% de personas que son diestras y entre un 10% y un 30% de personas zurdas.

Se debe recordar que la vía piramidal del sistema nervioso transmite los impulsos motores a los nervios raquídeos para que, a su vez, los transmitan a los órganos efectores correspondientes.

Ello significa que el predominio de un hemisferio cerebral de un lado repercute a efectos motores en el lado contrario o, dicho de otra manera, una persona es diestra porque tiene el predominio del hemisferio cerebral izquierdo, o es zurda porque tiene el predominio del hemisferio cerebral derecho.

Características de la lateralidad

- Según su **naturaleza**, puede ser *normal o patológica*.
 - Es **normal** cuando predomina un hemisferio cerebral sobre el otro de una forma natural.
 - Es **patológica** si a causa de una lesión de uno de los hemisferios cerebrales el otro ha tenido que ejercer forzosamente la dirección.
- Según su **grado**, puede ser más o menos firme. Una persona puede tener un nivel de lateralidad más o menos intenso, desde ser absolutamente diestra o zurda hasta ser ambidextra, pasando por todas las variantes.
- Según la **homogeneidad** del predominio, puede ser *uniforme o cruzada*.
 - Es **uniforme** cuando se manifiesta el predominio a lo largo del mismo lado del cuerpo.
 - Es **cruzada** cuando se manifiestan predominios laterales distintos según el miembro u órgano que se utilice.

Origen de la lateralidad

En general y después de diversas investigaciones, está actualmente admitido por la comunidad científica que la lateralidad ya viene determinada en un 90% desde el nacimiento, por transmisión genética y por la posición del embrión en el útero materno.

Funciones

- Sirve para especializarse en el dominio de cualquier acción o actividad.
- Facilita la propia representación del esquema corporal.
- Favorece la orientación y organización espacial.

Evolución

La evolución de la lateralidad se produce a medida que los niños y niñas van madurando y, paralelamente, a medida que van ejercitando su motricidad. Su evolución nos permite situar:

- Un tiempo de **indefinición** o de manifestación no precisa, entre los 0 y 24 meses.
- Otro tiempo de definición en el que la **alternancia** de las dos manos en los actos que requieren habilidad motriz es una característica común, entre los 2 y 4 años.
- Un periodo de **automatización** o preferencia instrumental expresa para la mayoría de los niños o niñas entre los 4 a 7 años.

Educación de la lateralidad

Los educadores y educadoras deben facilitar el predominio lateral natural de niños y niñas sin forzarlos ni en un sentido ni en el otro.

La lateralidad espontánea o natural, hace unos cuantos años, era violentada desde la presión social e, incluso, desde el propio sistema educativo, contribuyendo con ello a dificultar la integración escolar de niños y niñas cuya tendencia natural era el uso de la mano izquierda. En la sociedad de aquella época se escuchaba la frase “haz eso a derechas” pero afortunadamente en nuestra cultura, en la actualidad a nadie se le ocurre pensar en eso en serio y se tiene en cuenta el hecho de no reprimir la lateralidad natural de los niños y niñas.

La intención educativa de la lateralidad para que los niños y niñas vayan desarrollando y descubriendo el dominio de una mano sobre la otra o de un pie sobre el otro, radica en que este proceso debe completarlo cada uno espontáneamente, dentro de unos límites temporales socialmente necesarios, sin que nadie obligue a nada.

- **La estructuración espacio temporal**

El espacio y el tiempo, aunque sean conceptos abstractos y de difícil aprehensión desde la filosofía, son más fáciles de comprender cuando se circunscriben a las experiencias de un individuo, porque cada una de sus percepciones se produce en un lugar concreto (espacio) y en un momento determinado (tiempo).

En su participación en la constitución del esquema corporal, el tiempo y el espacio son elementos menos concretos y como más externos a la persona, si se comparan con el tono muscular, el sistema postural o la respiración. Por ello, se puede afirmar que el control del tono, la postura y la respiración está más relacionado con los procesos cognitivos básicos y que la organización del espacio y del tiempo se acerca más a procesos cognitivos superiores.

La estructuración espaciotemporal es un proceso que se va produciendo paralelamente al desarrollo sensoriomotor o cognitivo; es un proceso que está integrado dentro del desarrollo sensoriomotor y cognitivo, formando parte de él.

La estructuración del espacio

Se inicia en el momento en que las niñas y niños puede diferenciar el *yo* del *no-yo*, constituyéndose un espacio interno (el *yo*) y un espacio externo (el *no-yo*).

Este espacio interno es el núcleo del esquema corporal y va significándose por la vivencia de los propios movimientos corporales, vivencia que se produce gracias a la percepción de *sensaciones propioceptivas* y de *sensaciones exteroceptivas*.

A partir de aquí, los niños y niñas pueden alcanzar un mayor grado de abstracción y pasar a la representación gráfica de estas nociones generales, haciendo concordar las percepciones exteroceptivas con sus propias expresiones gráficas. Al mismo tiempo, se van orientando, por el dominio de un hemisferio cerebral sobre el otro, en función de la derecha y la izquierda. Así, el conocimiento del espacio infantil evoluciona en tres períodos:

- El primero, el referido al *espacio corporal*.
- Después, el del *espacio ambiental*.
- Finalmente, el *espacio representativo o simbólico*.

Estos tres espacios configuran tres fases del desarrollo humano que van desde el gesto hasta la lógica abstracta.

Todo ello concuerda con la concepción de Piaget sobre la adquisición del espacio infantil, en la que esta adquisición se divide en tres etapas:

- **Espacio topológico** (de 0 a 3 años). Se limita al campo visual y a las realizaciones motrices infantiles. Cuando los niños empiezan a andar, e conocimiento del espacio se amplía y captan distancias y direcciones en relación con su propio cuerpo a partir de sensaciones cinéticas, visuales y táctiles.
- **Espacio euclidiano** (de 3 a 7 años). El esquema corporal se va consolidando y favorece la adquisición de nociones como:
 - Tamaño
 - Situación
 - Dirección
- **Espacio racional** (a partir de 7 años). Es un espacio abstracto, que se puede representar mentalmente a través de la abstracción y el dominio del concepto *derecha-izquierda*

En este caso nos centraremos en el espacio tipológico ya que en este Reto estamos trabajando las edades de 2 a 3 años.

La estructuración del tiempo

El tiempo se puede definir como la duración de un acontecimiento o el intervalo entre dos acontecimientos. Se puede hablar de dos clases de tiempo:

- Subjetivo. Es el tiempo que cada individuo siente según su propia motivación o interés en un contexto determinado.
- Objetivo. Es el tiempo científicomatemático, que siempre transcurre a la misma velocidad.

El proceso de interiorización del tiempo se inicia en niñas y niños a partir de la vivencia de las rutinas y los hábitos diarios. Éstos establecen un ritmo, una sucesión de acontecimientos, que son el núcleo de su estructuración temporal.

En el desarrollo intelectual, **Piaget señala que:**

- En el estadio sensoriomotor (hasta los 2 años) niños y niñas pueden ordenar acontecimientos que se refieren a su propia acción.
- En el estadio preoperatorio (de 2 a 7 años) captan el tiempo subjetivo a través de las secuencias de las rutinas diarias.
- A partir del estadio operatorio (después de los 7 años) pueden manejar conceptos temporales independientes de la percepción espacial.

En este caso nos centraremos en el estadio preoperatorio ya que las edades que vamos a tratar son de 2 a 3 años.

L.Pico y P.Vayer establecen tres etapas en la organización progresiva de las relaciones en el tiempo:

1 etapa: Adquisición de los elementos básicos:

- Noción de velocidad ligada a la acción propia de los niños y niñas.
- Noción de duración se valora en función del camino recorrido o del trabajo realizado.
- Noción de continuidad e irreversibilidad.

2 etapa: Toma conciencia de las relaciones en el tiempo:

- Crear la espera paciente.
- Aprehender los diversos momentos del tiempo.
- Llegar a las nociones de simultaneidad y sucesión.

3 etapa: Alcance del nivel simbólico:

- Coordinación de los diferentes elementos.
- Apartamiento progresivo del movimiento y del espacio para llegar solamente a la audición.
- Extensión y aplicación a los aprendizajes escolares de base.
- Trasposición y asociación a los ejercicios de coordinación dinámica.

La educación espaciotemporal

La educación para que se alcance una buena estructuración espaciotemporal, debe partir de un orden espacial y un ritmo temporal que permitan a niños y niñas orientarse y tener puntos de referencia. Se procurará que siempre haya la misma disposición de objetos y muebles en la habitación de los niños y niñas, y se procurará mantener unos ritmos en las rutinas y los hábitos diarios.

- **El control práxico**

Las praxias, para Piaget, son el resultado de procesos de asimilaciones y acomodaciones al medio. Se puede definir la praxia como la realización de un acto motor voluntario. Para que la misma se efectúe, es necesaria una intencionalidad, un cierto dominio postural y espacial con la previsión de movimientos para llevarla a término.

Según J.A García y P.Pablo, para que la praxia se ejecute, son necesarios:

- Un deseo o intencionalidad.
- Una integración del espacio en que se va a producir.
- Una organización postural que posibilite el movimiento.
- Una previsión del movimiento a realizar.

Se puede diferenciar entre praxias gruesas y finas.

- Las praxias gruesas, desde un punto de vista motor, corresponden a desplazamientos, posiciones estáticas del cuerpo y manipulación gruesa de objetos.
- Las praxias finas son las que necesitan, para su ejecución. Estas praxias son importantes porque constituyen la base sobre la que se asienta el aprendizaje de la escritura.

En la etapa infantil, no se debe requerir rapidez y fuerza muscular en la ejecución de los actos motores. La rapidez se adquirirá a partir de los 5, 6 o 7 años cuando exista una precisión en los movimientos. También se deben ejercitar la precisión y la coordinación de movimientos, respetando los ritmos de cada niño o niña. La principal característica del movimiento infantil, es la lentitud. No se debe exigir a las niñas y niños pequeños rapidez porque ésta puede ir en detrimento de la precisión.

RECURSOS

- **El espacio**

La sala dónde se han de realizar las actividades de psicomotricidad debe ser lo suficientemente amplia para que los niños y niñas puedan realizar cómodamente todo tipo de ejercicios y movimientos psicomotores. A ser posible, debe estar ventilada y bien iluminada. El suelo debe ser cálido para que los pequeños puedan ir sin zapatos y, así percibir sensaciones plantares y mejorar los ajustes y controles corporales. En algunos casos se puede realizar en el patio.

Durante cada sesión en la sala solamente debería haber, aparte del propio mobiliario, el material necesario para desarrollarla, previamente preparado por el educador o la educadora. Así se facilita que el niño pueda centrar la atención en la actividad prevista, ya que el material de psicomotricidad es atractivo de por sí. El material debe estar siempre ordenado y guardado en el mismo lugar para facilitar su uso en un espacio anexo a la sala de fácil acceso.

Finalmente, según la edad o el nivel del grupo, se puede crear un espacio donde se le permita expresar, verbal o plásticamente, las experiencias vividas durante la sesión.



- **El tiempo**

El tiempo de las sesiones depende también de la edad o nivel de grupo. Inicialmente podría oscilar entre 30 y 45 minutos. En este caso, se propone realizar dos sesiones a la semana, para pasar gradualmente a sesiones de 90 minutos una vez por semana.

Las sesiones se llevarán a cabo en un ambiente tranquilo (sin ruidos), sin prisas, con ropa cómoda y temperatura adecuada.

Durante las sesiones los educadores deben tener una actitud activa, participativa, dinámica y atenta para facilitar la estimulación y ofrecer a los niños una atención individualizada con el fin de encaminarle a la resolución de algún problema. El lenguaje que utilice debe ser claro, enunciativo, descriptivo y comprensible utilizando un tono y gesto afectivo, que le resulte acogedor y le invite a la acción.

Las sesiones se pueden iniciar respetando un período de tiempo durante el cual los niños se van acomodando y familiarizando con el espacio y el material. Seguidamente, se realizan las actividades programadas y dirigidas por los educadores. Las actividades de cada sesión se deben de programar teniendo en cuenta su grado de dificultad. Se deben graduar yendo de menor a mayor dificultad para volver a menor dificultad, lo que posibilitará que el niño quede satisfecho y relajado.

- **Los materiales**

El material a utilizar en las actividades psicomotrices puede ser muy variado. Existen muchas tipologías de materiales, cada una de ellas con infinitas variantes en cuanto a medidas, texturas, composición, etc. Teniendo en cuenta todas estas premisas, se ha clasificado el material de la siguiente manera:

- **Pelotas:**

- Distintos tamaños
 - Distintas texturas
 - Distinta composición
 - Balones blandos ultraligeros de distintos tamaños
 - Balones de psicomotricidad de distintos tamaños
 - Pelotas de ping-pong

- **Balones roll:**

- Distintos tamaños
 - Distintos pesos

- **Aros:**

- Distintos tamaños
 - Distintos colores



- **Conos:**
 - Distintos tamaños
- **Bases de marcaje de plástico:**
 - Flechas
 - Elementos rectos
 - Ángulos
 - Manos (derecha, izquierda)
 - Pies (derecho, izquierdo)
- **Sacos: Saquitos de algodón rellenos de bolitas de plástico.**
- **Bloques de espuma:**
 - Rectángulos
 - Cuadrados
 - Triángulos
 - Puentes
 - Cilindros
- **Bloques de madera o plástico:**
 - Distinto tamaño
- **Bancos suecos.**
- **Colchonetas: De distintas densidades.**
- **Pañuelos y telas de distintos tamaños y colores.**
- **Cuerdas:**
 - Distintos grosores
 - Distintas longitudes
- **Palos:**
 - Distintos tamaños
- **Instrumentos musicales.**
- **Espejo de pared.**
- **Pizarra y tizas.**
- **Cartulinas.**
- **Material fungible: Ceras, rotuladores, pinturas..**
- **Aparato reproductor de música**

MATERIALES	IMÁGENES
Pelotas	
Balones Roll	
Aros	
Conos	

Bases de marcaje de plástico	
Sacos rellenos de algodón	
Bloques de espuma	
Bloques de madera o plástico	

Bancos Suecos	
Colchonetas	
Pañuelos y telas	
Cuerdas	
Palos	

Instrumentos musicales	
Espejo de pared	
Pizarra y tizas	
Ceras, rotuladores, pinturas, cartulinas	
Aparato reproductor de música	

6. Trastornos psicomotores

Los trastornos psicomotores son todas aquellas perturbaciones que manifiestan los individuos por la gran dificultad, o a veces algunas imposibilidad de adquirir o integrar los diferentes contenidos de la psicomotricidad.

Según el manual de psiquiatría infantil de J.Ajuriaguerra. Los trastornos psicomotores se caracterizan básicamente por: No responder a una lesión central como origen de los síndromes neurológicos clásicos.

Son más o menos automáticos, motivados, sentidos o deseados. Van unidos a los efectos, pero también en relación con lo somático para fluir a través de una conducta final común y por eso no poseen las características propias de la perturbación de un sistema concreto.



Suelen expresarse en forma caricaturesca y conservan caracteres primitivos que les asemeja a anteriores fases de contacto. Oscilan entre lo neurológico y psiquiátrico, entre las vivencias más o menos queridas y las vivencias más o menos aceptadas pasivamente, entre la personalidad total más o menos presente y la vida más o menos activa.

Las anomalías psicomotoras se pueden manifestar en:

- El tono muscular
- El sistema postural
- El control respiratorio
- La lateralización
- La estructuración espaciotemporal
- El control práxico y la coordinación motriz
- La formalización del esquema corporal

Se considera un trastorno psicomotor:

- Si la afección interviene significativamente el rendimiento académico y las actividades de la vida cotidiana
- No es debido a enfermedades neurológicas, ni a una discapacidad psíquica, ni un trastorno generalizado del desarrollo, ni un trastorno por déficit de atención con hiperactividad
- Suele ir asociado a retraso en otras áreas del desarrollo no motor
- Se suelen reconocer a edades tempranas cuando los chicos suelen querer realizar tareas cotidianas básicas

Fue Dupré quien profundizó el estudio de las desorganizaciones ligadas a los desórdenes psicomotores en el niño, a partir de la descripción de la debilidad motriz, abordó los problemas evolutivos de la organización de la motilidad y las características de estos desarreglos a lo largo del desarrollo.

Entre los trastornos del desarrollo psicomotor sin causa orgánica podemos destacar, en función de su incidencia en el ámbito escolar, los siguientes:

- **Trastorno del esquema corporal:** El esquema corporal es la representación que tenemos de nuestro cuerpo, de los diferentes segmentos corporales, de sus posibilidades de movimiento y de acción, así como de sus diversas limitaciones. Por lo general se encuentran alterados las habilidades de coordinación visomotora, percepción de las posiciones en el espacio y las relaciones espaciales y en general del desarrollo psicomotor.
Cuando hay trastorno a los tres años el sujeto no identifica los elementos de su cara ya sea señalándolos o nombrándolos y no es capaz de representar el esquema corporal dibujando la cabeza.
- **Trastorno en la lateralización:** La lateralización hace referencia a la tendencia que tienen la gran mayoría de los individuos a usar preferentemente los elementos corporales que existe en uno de los dos lados simétricos del cuerpo humano que se corresponde con el hemisferio cerebral dominante.
La lateralidad es la preferencia de utilización de una de las partes simétricas del cuerpo humano. A partir de los tres años hay una preferencia.
- **Dispraxias infantiles:** La dispraxia es un trastorno de los movimientos o grado moderado de apraxia.
Se manifiesta con: Debilidad motriz, alteraciones en la integración en el esquema corporal, incapacidad o dificultad para realizar gestos sencillos encadenados

Trastornos psicomotores:

Clasificación de **H. Bucher**:



H. Bucher propone una clasificación de estos trastornos en tres grupos, a partir de una posible etiología y generalizando algunos tipos de contenidos; son los siguientes;

- **Trastornos del esquema corporal:** Aquí se incluyen aspectos de conocimiento y utilización del cuerpo, problemas de organización espaciotemporal, de lateralización, que pueden dar lugar a un verdadero cuadro de dispraxias.
- **Retrasos de maduración:** Están muy relacionados con la historia del niño y se deben considerar desde una perspectiva evolutiva global.

- En estos retrasos, intervienen factores que atañen al desarrollo psicoafectivo, a las motivaciones y a las experiencias y condiciones en su “dinámica madurativa”
A parte de que afecten a la personalidad del niño y a su estado psíquico, en el aspecto psicomotor le pueden producir inestabilidad psicomotora, torpeza, descoordinación, deslateralización...
- Desarmonías tonicomotoras: Se trata de desarmonías tónicas vinculadas a una determinada situación o a una dificultad de relación del individuo que las sufre. Se manifiestan como:
 - Crisis de inhibición que se alternan con reacciones normales
 - Descargas tónicas con incontinencia de ademanes, rigidez, brusquedad e impulsividad motora

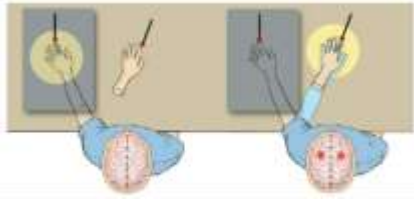
Clasificación de J. Ajuriaguerra:



- Desordenes en la realización psicomotora: Son alteraciones de movimientos voluntarios que dificultan aprendizajes escolares, como la escritura, o hábitos cotidianos, como por ejemplo atarse los zapatos.
- Inestabilidad psicomotora: (Síndrome hiperkinético)
- Debilidad motora: Insuficiencia general de las actitudes motoras y de sus diversas coordinaciones corporales.
- Problemas de lateralización: Cuando no hay homogeneidad en la lateralidad del ojo, de la mano y del pie.
- Trastornos tónico-emocionales o de relación: Ritmias motoras, onicofobias (Comerse las uñas)

¿Cuándo se padece un trastorno Psicomotor?

- Trastorno del Esquema Corporal: Podemos hablar de este trastorno cuando existe un retraso en la adquisición, si alrededor de los 3 años el niño no identifica los elementos de su cara nombrando o señalando y si a los 6 años no reconoce los elementos que componen su cuerpo o no es capaz de representarlos.
- Debilidad Psicomotriz: Es la dificultad que el niño puede tener para desenvolverse en el espacio con su cuerpo, así como la torpeza en el área del grafismo y la construcción; existe un retraso leve en las pautas motoras de desarrollo, torpeza, dificultades de coordinación viso motora, alteraciones práxicas e hipotonía muscular. La debilidad motriz se detecta en la primera infancia.
- Inestabilidad Psicomotriz: Se caracteriza por la incapacidad del niño de inhibir sus movimientos y de mantener la atención de forma constante, las características de este trastorno son la dificultad de inhibición motriz, problemas de atención y comprensión, agitación Psicomotriz alteraciones del tono y puede haber también problemas de enuresis; este trastorno se inicia en la primera infancia y suele detectarse en la etapa escolar
- Dispraxias: Dificultad o desorganización motriz que genera una ineficacia a la hora de realizar determinados movimientos, por ejemplo, recortar, manejar cubiertos, vestirse...
- Disgrafía: Es un tipo de trastorno que afecta la calidad de la escritura.

TRASTORNOS	IMÁGENES
Trastorno del esquema corporal	
Disgrafía	
Inestabilidad Psicomotriz	
Dispraxias	

6. Importancia de la relajación

Una vez explicado cómo se prepara una sesión de psicomotricidad queremos concienciar a Alaitz de la importancia que tiene la relajación en la etapa de educación infantil.

Es fundamental que los niños y niñas se relajen tras una sesión de psicomotricidad, de esta manera relajarán tanto los músculos del cuerpo como la mente.

Los niños necesitan jugar y moverse, pero también necesitan momentos para calmarse y relajarse, descansar. Para ello existe juegos de relajación, lo cuales fomentan la tranquilidad, disminuyen el estrés y la ansiedad.

Enseñar a los niños a relajarse desde edades tempranas, hará que se convierta en un habito y parte de sus vidas. Como adolescentes y adultos sabrán utilizar la relajación para disminuir tensiones, reaccionar con calma y eficacia ante cualquier situación.

A continuación, le explicaremos a Alaitz alguna técnica de relajación a tener en cuenta y llevar a la práctica.

Relajación muscular

Consiste en tensar y relajar alternando los músculos de nuestro cuerpo, con la práctica de esta técnica no les será difícil a los niños aprender la diferencia entre relajar y contraer. La técnica requiere cierto grado de concentración en los movimientos de contracción y relajación muscular.

De esta manera los niños y niñas podrán relajar los músculos del cuerpo en relación a la motricidad gruesa.



Respiración consciente

Resulta importante estar en plena conciencia de cómo respiramos para enseñar a los niños a que estén conscientes de su propia respiración y logren una más profunda y eficiente, la respiración eficiente, los ayudará a relajarse y a volver a la situación de calma anterior al conflicto.

En el aula de psicomotricidad pueden surgir conflictos entre los niños y niñas pequeños/as porque están en una etapa en la que aprender a relacionarse y compartir los materiales que utilizan para jugar, para ello la respiración consciente es muy adecuada.



Masajes

Los masajes es otra forma de abordar unos minutos de relajación en el aula de clase con el fin de conseguir el bienestar de la mente y el cuerpo y volver a la calma, el masaje infantil puede estar centrado en los hombros en donde se concentra gran parte de la tensión muscular y facilita la relajación de esta parte de la espalda tan fundamental por ser un centro nervioso importante entre la cabeza y la espalda.

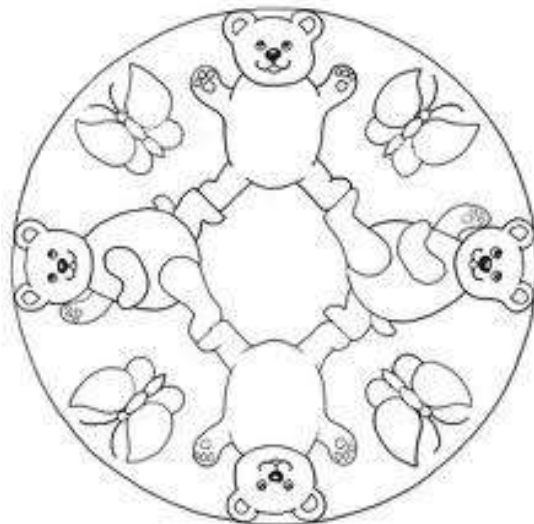
Esta técnica facilita recursos para la formación de vínculos afectivos entre los alumnos y su maestro o entre cada niño y sus compañeros. El masaje infantil aporta un clima de serenidad, seguridad, afecto y confianza dentro del área escolar, contribuyendo a la construcción del esquema corporal, de la propia identidad y la de sus compañeros, es recomendable para el alcance de una autoimagen correcta favoreciendo la autoestima y confianza personal.



Mandalas

Colorear favorece la relajación de la mente y el cuerpo, la actividad artística mediante un fenómeno visual favorece la atención y relaja la mente y el cuerpo de tensiones acumuladas durante situaciones conflictivas, formas de trabajarlas hay muchas y muchos motivos para crear nuevas mandalas según la ocasión o el problema que se desee solucionar.

A través de las mandalas, los niños y niñas pequeños/as pueden trabajar la motricidad fina, la concentración y sobre todo les ayuda a que se relajen.



CONCLUSIÓN

Como conclusión nos hemos dado cuenta de la gran importancia que tiene la psicomotricidad en la etapa de educación infantil ya que engloba todos los desarrollos evolutivos de los niños y niñas.

Realizar una sesión de psicomotricidad es una tarea difícil que conlleva mucho tiempo y dedicación. Por ello, hemos tenido que realizar un gran trabajo ya que es la primera exposición que hacemos individualmente.

Para finalizar, podemos decir que hemos conocido nuevos materiales que desconocíamos que se utilizan para realizar la sesión de psicomotricidad.

GLOSARIO

Inhibición: Componente de los sistemas de regulación, psicológicos o fisiológicos, que actúan en los seres vivos. Puede participar a distintos niveles, por ejemplo en el sistema nervioso, génico, enzimático y etc.

Praxis: Práctica, en oposición a teoría o teórica.

BIBLIOGRAFÍAS

- Actividades y ejercicios de relajación para niños. *Portal de educación infantil y primaria. Educapeques*. Texto recuperado de:
<https://www.educapeques.com/estimulapeques/ejercicios-de-relajacion-ninos.html>
- Evaristo Pons Segalés; Dolors Roquet-Jalmar Palau. (2010). Desarrollo cognitivo y motor. Barcelona: ALTAMAR, S.A.
- La importancia de la Psicomotricidad en la Educación Infantil. Octubre 27, 2015. Colegio Bilingüe Khalil Gibrán | Fuenlabrada. Texto recuperado de:
<http://colegiokhalilgibran.es/2015/10/27/la-importancia-de-la-psicomotricidad-en-educacion-infantil/>
- Sesiones en psicomotricidad. *Francisco Munguía y Sonia Pozo Andrés. 3º Terapia Ocupacional*. Slideshare. Texto recuperado de:
<https://es.slideshare.net/rssk/sesiones-en-psicomotricidad-5586976>