

Orientaciones para el uso didáctico de PSICOLOGÍA INFANTIL

de 0 a 5 años, casos prácticos

La obra PSICOLOGÍA INFANTIL de 0 a 5 años, casos prácticos está formada por cuatro DVD.

Este material ha sido creado con la intención de ofrecer a los profesionales que trabajan con niños/as de 0 a 5 años (educadores, maestros, fisioterapeutas, psicólogos, psicomotricistas ...) un instrumento para la orientación y el asesoramiento a los padres de hijos de estas edades.

Los DVD que se presentan pueden facilitar el visionado conjunto del capítulo que se considere oportuno con la intención de generar debate en torno a él. Se ofrece un guión a partir del cual se dan pautas de actuación que ayuden a tomar conciencia de la importancia y a trabajar los aspectos propios de estas edades tempranas, aportando elementos para ser estratégicos, realistas, positivos y abiertos ante la tarea educativa.

Los DVD desarrollan los temas relacionados con la etapa de educación infantil y tienen como común denominador la importancia que se da en esta etapa al cuerpo y al movimiento del niño/a. La idea de presentar estas ideas a través de DVD ayuda a entender el contenido de trabajo en estas edades respondiendo a una utilidad muy práctica, puesto que permite escoger el tema a tratar en cada caso concreto y abordarlo de forma audiovisual lo cual lo hace ameno y de uso colectivo.

Para su utilización se recomienda escoger aquellos temas que se adapten a las necesidades o preocupaciones de cada grupo de padres en concreto. En los centros educativos puede ser recomendable una programación de los temas a tratar por niveles respondiendo a los diferentes momentos evolutivos de los niños, por lo que en algunos apartados de esta guía se explicitan los contenidos motrices que tienen su referencia en el currículum académico de educación infantil.

Para poder entender las diversas posibilidades del trabajo con niños de estas edades (0-5 años) se ha pensado en desglosar en cuatro DVD que responden a los cuatro grandes bloques psicomotrices del niño:

- A. Bebés al agua
- B. Ejercicios en el suelo
- C. Educación multisensorial
- D. Psicomotricidad

Antes de iniciar la descripción de los DVD es conveniente reflexionar sobre el eje central de la obra, es decir, el cuerpo y el movimiento: ¿Qué es y qué función tiene la motricidad? El primer concepto que debemos tener claro es la función y naturaleza del movimiento, su significación y su implicación en las dimensiones de la persona. Debemos tratar de leer ese significado en cada niño y de actuar en consecuencia y de modo sistemático en el marco propio del modelo psicomotriz. Cuando hablamos de movimiento nos referimos a su totalidad, es decir a sus dimensiones: tono, postura, gesto, praxia global/praxia fina; motricidad innata y voluntaria, motricidad tónica. Así pues, existe una motricidad tónica (primitiva, de dominio, competencia ante todo cinética y de control (requiere mayor capacidad de atención, inhibición voluntaria, etc.)). Partimos de Tres ideas fundamentales:

1.- La acción motriz es el centro del crecimiento personal y social.

2.- La motricidad se convierte en lugar de relación.

3.- La gran diversidad de actividades motrices permite al niño topar con límites, y eso favorece la tolerancia a la frustración y la capacidad de esfuerzo, al igual que conseguir logros motrices favorece al aumento de la autoestima del niño.

También debemos dar su importancia a la otra vertiente de la motricidad, es decir, la actividad motriz del no actuar: en el descanso espontáneo tras la actividad intensa; en la "relajación" explícita, inmovilidad voluntaria, etc. La capacidad de inhibir el movimiento es una forma esencial de controlarlo, un requisito y consecuencia básica de los aprendizajes motrices y de toda índole. La motricidad implica la totalidad de la persona: es la vida inicial (Wallon), expresión global primera: tónica, postural, gestual (Ajuriaguerra/Angelergues), una desde el principio supervivencia y comunicación, primera relación: en el diálogo tónico y en la postura, y posteriormente, en el gesto, constitutivo de la autoconstrucción en el otro, es la base para la primera socialización.

Es también, siguiendo a Wallon el primer conocimiento, hace posibles y sostiene todas las praxias o habilidades motrices, la actuación y el dominio que supone adaptación al medio. Un aspecto fundamental de la motricidad es la dimensión tónica. El tono enlaza esos dos tipos de motricidad y de placer. El niño es una unidad de movimiento y unidad de placer gracias al tono. El tono integra placer y dominio motriz. El tono es el sustrato de la motricidad y de la personalidad con todas sus dimensiones, especialmente de la afectividad profunda.

La postura o posición de las partes del cuerpo, unas con relación a las otras, y con relación al peso; es equilibrio y sostén del movimiento; posición e interacción de segmentos corporales, en reposo o movimiento; expresión tónica de actitud ante la vida; primera comunicación en la adaptación a la postura del otro (Ajuriaguerra 1993); primera relación tónico emocional, en la que el cuerpo o postura de la madre es continente de seguridad y tranquilidad si hay adaptabilidad mutua y mutualidad, primera relación tónico-emocional, en la que el cuerpo o postura de la madre es continente de seguridad y tranquilidad si hay adaptabilidad mutua o mutualidad espacio fusional de continente/contenido indisociados, asimilación y al mismo tiempo, origen de la experimentación de los límites corporales (acomodación).

La actividad motriz gestual como reactividad instintiva o refleja del neonato recibe significado a partir del adulto y se transforma en gesto (acción con sentido e intencionalidad) y comunicación, en representación, simbolización y deseo, de expresión en relación. Simbiosis (acomodación) y manipulación al adulto (asimilación). Debemos trabajar sistemáticamente el gesto, como expresión de toda emocionalidad (de agresividad/fuerza y afecto, principalmente) aceptar/potenciar la gestualidad propia, desinhibirla o controlarla, y encauzarla hacia la comunicación adaptativa, acogerla personalmente y transmitirla al grupo, para que actúe como espejo y colchón. En la actividad motriz práxica, el movimiento se ha organizado en función de la conquista del medio (Piaget). La Psicomotricidad trabaja de modo sistemático las praxias globales, habilidades, patrones de movimiento elementales de marchas, carrera, salto y de lanzar, recoger...

Se plantean actividades espontáneas y propuestas; globales y específicas. La escolaridad requiere un desarrollo precoz de las praxias finas, para conseguirlo es fundamental el trabajo sobre la praxia global (independencia segmentaria). ¿Cuáles son los niveles fundamentales del movimiento?: Los diversos aspectos motores los podemos clasificar en cuatro apartados:

1. PLACER: (Capacidad de disfrutar con cada aspecto de la motricidad). Se pretende todo el placer

motriz. El niño vive y expresa un placer intenso en las tres dimensiones de su motricidad: tónica, primitiva y de dominio/control. Integración del placer, unidad de placer. Aunque podemos mencionar dos niveles de placer motriz: - Placer primitivo: El ser humano es un ser de placer; el niño, un ser de placer inmediato. Ceñir el movimiento a sus aspectos de dominio y control, a su dimensión cognitiva es una limitación.

- Placer de dominio y control motriz: Es más fuerte, prevalece sobre el placer primitivo en el niño que crece. Es una necesidad que el niño muestra en cada sesión: crecer, esforzarse, hacer cosas difíciles.

2. SEGURIDAD: Frente a la acción que se generaliza a las diferentes dimensiones del sujeto (cognitiva, relacional, afectiva). Seguridad que se adquiere con y desde el "otro", para después integrarla en sí mismo.

3. COMPETENCIA (Rendimiento adecuado con relación a la edad, grupo, posibilidades del niño, punto de la que partía, etc.). De los ocho meses a los 7 años es la edad crítica para el aprendizaje de los patrones motrices básicos. Debemos trabajarlos de forma sistemática no sólo favorecerlos.

Al mismo tiempo hay otros aspectos motrices que favorecen estos aprendizajes y deben ser trabajados como son: capacidad de inhibir el movimiento, independencia segmentaria, etc., que favorecen las exclusiones cerebrales y liberan el neurocortex para otros aprendizajes. Incluimos el ejercicio motriz entre situaciones expresivas, y en el marco de una relación hacia el crecimiento.

En forma y dosis adecuadas, no contradice a la globalidad (Fonseca), facilita su evolución natural hacia la diferenciación. En circunstancias apropiadas, el desarrollo motor hasta los dos años puede realizarse espontáneamente, sin ayuda exterior (Pikler 1985). Aunque en la década de los setenta esta tesis es cuestionada. Por ello creemos que en preescolar y primaria debe haber una planificación programada respecto a esos patrones motrices y no sólo juego libre.

4. CREATIVIDAD: "Mediante el movimiento, el hombre configura un aspecto particular, es capaz de corregir una perturbación y arriesga, experimenta y descubre nuevas reacciones. La noción de creatividad y de investigación de aquello desconocido, se incorporan al individuo a través de la experiencia del movimiento, como vehículo actualizador de las necesidades interiorizadas." (Fonseca, V.)

Debemos dejar claro que la motricidad no es un instrumento ni un medio para conseguir conocimientos, control o relación adecuada. El movimiento es continente, expresión de las demás dimensiones. Todo sucede en el movimiento. El sujeto construye su personalidad en la motricidad. Un movimiento donde el componente de disfrute, de placer del movimiento es esencial y nosotros lo queremos trabajar de modo explícito y sistemático en cada sesión, en actividades programadas y espontáneas dando respuesta al placer por el movimiento espontáneo y placer por el control del movimiento.

En resumen, podríamos decir que en la dimensión motriz se expresa la totalidad de la persona. ¿Qué sucede cuando el niño no controla su dimensión motriz?

Diversos autores coinciden en dar al control del movimiento una gran importancia en el proceso de maduración del sujeto: "Al tomar conciencia de las reacciones subcorticales descubrir el medio de provocarlas y controlarlas e inhibirlas, es como llega el niño al dominio de sí, que es el principio del dominio corporal" (Lapierre, A. y Aucouturier, B. 1977a: 4) "La maduración del sistema nervioso, en el periodo postnatal y en particular la mielinización del haz piramidal, a la par con la organización en la entrada en concordancia progresiva de las percepciones propio y exteroceptivas, permitirá salir al bebé de ese estado de objeto" (Lapierre, A. y Aucouturier, B. 1985: 56)"

Ajuste motor en los planos: de la habilidad manual, de la destreza de manos, de la coordinación ojo-manos, de la coordinación motriz general, del aprendizaje de praxis que ponen en juego capacidades de coordinación, simultáneamente con el dominio de ciertos factores de ejecución tales como la fuerza muscular. El aprendizaje de estas praxias puede situarse en el nivel de la experiencia vivida. Constituye un aprendizaje mediante ensayo y error o tanteos, durante el cual la programación es inconsciente".

(Le Boulch, 1981: 29). ¿Qué es la Coordinación dinámica general?

Para poder controlar el cuerpo el niño necesita un dominio de ese cuerpo, es decir, una adecuada coordinación global y segmentaria de su movimiento. Así pues la coordinación sería, según el Diccionario de la Real Academia, la posibilidad de armonizar, arreglar diversas cosas de manera que sean compatibles y no se estorben unas a otras o al resultado que se pretende. (1981: 1).

La coordinación se dirige sobre todo al control del propio cuerpo, ya que juega un papel importante en la precisión y adaptación de los gestos motrices. Gracias a la coordinación dinámica general, el alumno aprende a localizar los segmentos corporales y a utilizar eficazmente el tono muscular, toma conciencia de sus posibilidades y de todos los elementos que contribuyen a la puesta en acción de su cuerpo en el mundo. La coordinación dinámica general permite educar los automatismos y "dominar" las anarquías endocrinas, neurovegetativas o motrices.

Toda actividad motriz global, aún la más simple, es asimismo una actividad inéscica, táctil, laberíntica, espacio-temporal, etc. Las actividades dinámicas globales juegan un importante papel en el mejoramiento de los mandos nerviosos y en el afinamiento de las sensaciones y percepciones.

¿Qué ocurre cuando el niño no controla ni coordina su movimiento? Podríamos estar enfrente de lo que se ha podido llamar un torpe motriz, es decir, un sujeto que por diversas circunstancias es incapaz de organizar su acción motriz. Los autores que definen la torpeza motriz dentro del conjunto de los llamados "trastornos psicomotores" y que serían para describir los "trastornos que aparecen como síntomas de un disfuncionamiento de conjunto, donde marchan paralelas y se interfieren diversas influencias, por lo cual sería difícil saber lo que, aparte de todo origen deficitario, depende de un proceso psicoafectivo o de una alteración funcional.

Con relación a la obra, cada video o D D responde a cada uno de los bloques que configuran el desarrollo motriz del niño:

El primer D D está dirigido a profesionales y a padres que se interesan por las posibilidades del medio acuático, ofreciendo los diversos momentos en que se divide este proceso de adaptación al agua, así como describiendo las estrategias y técnicas que facilitan este logro.

El segundo D D aborda el tema de la evolución motriz del niño desde que se arrastra hasta que maneja los principales desplazamientos en la verticalidad. Ofrece unas actividades que permiten el acompañamiento del adulto en este proceso hacia la verticalidad y habilidad a la adquisición de las habilidades coordinativas y equilibrantes. Se aportan algunos elementos prácticos para incorporar a la práctica educativa y que permitan una mejora en el proceso.

El tercer D D recoge de forma, también muy explícita, la importancia de la educación multisensorial y sugiere algunos elementos que permiten favorecer la estimulación de las principales vías perceptivas.

El cuarto D D desarrolla cuatro bloques de actividades que mejoran y perfeccionan la motricidad del infante, ayudándole a abrir su cuerpo y movimiento hacia actividades más instrumentales y expresivas. En un último momento en este D D, donde se resume el tipo de reacciones posibles de los niños.

En estos DVD, se refleja la importancia de la acción del adulto en el acompañamiento del proceso de construcción de la imagen corporal del niño y nos acerca a estrategias lúdicas y abiertas que posibilitan su desarrollo integral. A continuación se ofrecen algunas orientaciones didácticas a partir del visionado de cada capítulo:

DVD: BEBÉS AL AGUA DVD 1 : Bebés al agua

En este primer DVD se abordan las características del trabajo educativo en el medio acuático proponiéndose como objetivos generales:

1. Favorecer el desarrollo físico y psíquico a través de los trabajos de percepción y conocimiento de su propio cuerpo.
2. Incrementar y diversificar la capacidad del movimiento, relacionado con la postura, el desplazamiento y las acciones globales, segmentarias y de manipulación.
3. Afianzar la autonomía acuática. Capítulo 1. PREPARACIÓN PARA EL AGUA: Para los humanos el agua parece que sea un elemento extraño, pero realmente es un medio donde de forma innata el niño se mueve a placer, aunque con el tiempo esta facilidad desaparece y el mundo terrestre gana espacio. Cuando nos introducimos en el agua observamos que los movimientos son más fáciles de realizar, pero también nos genera una sensación de angustia ya que no controlamos la estabilidad ni el control postural.

Perdemos dos puntos de referencia básicos: La respiración y el "suelo". Por lo que hemos de ayudar a los niños a ajustarse física y mentalmente a este nuevo ambiente.

Capítulo 2. ENTRADA EN EL AGUA. PRIMEROS MOVIMIENTOS EN EL AGUA.

Lo que se propone es poder vivenciar nuestro cuerpo en el medio acuático, poder experimentar posturas, desplazamientos, cambios de posición, etc. Es importante que independientemente de la edad del niño, nosotros (padres) le expliquemos y describamos el contexto.

La palabra, aunque no tenga todavía significado para el bebé, si le va a permitir captar la voz y la seguridad que esto reporta. Tenemos que invitar a que el niño entre al agua una vez que los padres ya están dentro, lo que tranquiliza y motiva al niño. Debemos cuidar la adaptación del niño a la temperatura del agua, evitando la pasividad y favoreciendo un movimiento suave al que llamamos "serpenteos" que supone una adaptación del bebé al agua a través de movimientos ligeros, que permiten cambios de posiciones del cuerpo, boca arriba-boca abajo. Pero siempre con la referencia y el contacto del adulto, éstos y especialmente su rostro son los puntos de referencia.

A partir de los padres, los niños sienten la tranquilidad frente a un medio nuevo y que todavía no dominan, el rostro del adulto favorece, si es sonriente, la sensación de placer y ayuda al vínculo afectivo. En todo momento debemos tratar al niño con suavidad y cuidado en esta fase de contacto con el agua. La valoración de la forma corporal tiene importancia para aprender a hacer movimientos independientes en el agua.

Es necesario valorar la capacidad que tiene el niño de mover los pies y las manos, ya que juegan un papel esencial para la propulsión del cuerpo en el agua. Todos los niños deben aprender a controlar la rotación vertical, lateral y la combinada, ya que esto les da mucha seguridad y se puede realizar a través de lo que llamamos "bailando en el agua", que consiste en movimientos suaves y continuos por parte del adulto hacia el niño, ajustando sus manos al movimiento del niño.

Capítulo 3. ERS ES: Un aspecto a tener en cuenta es la observación del dominio del control de la respiración por parte del niño, es decir, si sabe soplar por la boca y por la nariz y si sabe realizar apneas.

Cuando se provoca una inmersión aparece el miedo, ya que a menudo no pueden controlar su proceso respiratorio. Cuando la persona empieza a controlar su respiración de forma consciente, él mismo hará inmersiones. Las inmersiones deben ser siempre tranquilas y suaves, es importante que el bebé las observe en otros bebés o adultos antes de realizarlas, para que vea que no sucede nada malo. Después debemos favorecer momentos en los que el niño se moja el rostro espontáneamente. La secuencia en todas las inmersiones debe ser: aviso, entrada suave, decidida y tranquila en el agua y salida con referencia en el rostro contento del adulto.

Capítulo . UE SE ELA UA

El agua es divertida y nos proporciona un espacio de libertad. La falta de gravedad permite al niño reestructurar el equilibrio y experimentar sus límites. También en el agua los niños pueden adoptar cambios posturales constantemente, lo que les provoca placer. o hemos de olvidar que durante la sesión en el agua se producen vivencias afectivas profundas por lo que el niño expresa corporalmente sus emociones y sentimientos, potenciándose su personalidad siempre y cuando se favorezca su sensación de seguridad y su confianza en sus propias posibilidades corporales. Los juegos con materiales favorecerán, como ocurre en el espacio tierra, la motivación y la seguridad motriz. ateriales como los churros, colchonetas o pelotas crean un clima lúdico y motivador que ayuda al niño a independizarse del cuerpo del adulto.

Capítulo . AL DEL A

La salida del agua también supone un ritual que debemos cuidar mucho por varios motivos, entre ellos, el contraste de temperatura, por eso, proponemos a los padres que salgan antes que el bebé y después de sacar al bebé debemos realizar una buena ducha con agua un poco más caliente que la de la piscina para que el niño se acostumbre y viva placenteramente el cambio de escenario. Esta ducha, que debe iniciarse en la parte cervical de la espalda, debe recorrer el cuerpo del niño quitándole el cloro del cuerpo. Es conveniente que aprovechemos el espacio de agua, una vez secado el niño, para realizar un masaje estructurante y activador al niño, para que se tonifique, ya que el agua lo deja, también, muy relajado.

D D 2 : E ERC C SE EL SUEL

Este bloque desarrolla diferentes aspectos del inicio de la actividad motriz y su posterior evolución hasta lograr la verticalidad y el desplazamiento autónomo

Capítulo 1. ARRASTRE

Se describe como la habilidad de poder desplazarse con todo el cuerpo en contacto con el suelo, es una actividad que se adquiere por lo común entre el sexto y el decimosegundo mes; el punto medio del proceso se encuentra en el séptimo mes. La duración de esta etapa es muy variable, pues depende del vigor del niño de los objetivos que éste se propone alcanzar y de las superficies sobre las cuales le es dado arrastrarse, pero no se podrá dominar y realizar con todas sus posibilidades hasta los -1 meses.

El infante empieza a arrastrarse cuando se lo ha dejado permanecer tendido sobre el pecho durante períodos largos. En esa postura, el reflejo de sostén de los brazos le permite mirar hacia delante. Es probable que el infante realice las primeras tentativas de arrastrarse, utilizando los brazos como elemento de tracción cuando intenta alcanzar algún objeto con ambas manos al mismo tiempo y no lo

consigue, apoyándose y dándose impulso con los codos.

Después de este esfuerzo, cuando el pecho y la cabeza vuelven a tomar contacto con el suelo, el infante empieza a deslizarse hacia delante efectuando sucesivos movimientos de tracción con los brazos. Por lo general las piernas no intervienen en las primeras tentativas de arrastrarse, también esta actividad revela que la parte superior del cuerpo madura antes. Posteriormente el rastreo lo ejercerá no como medio de locomoción sino como juego, que le facilitará el dominio del cuerpo, puesto que implica: o dominio segmentario para apoyarse con los codos y arrastrar el cuerpo sin separarlo del suelo.

o fortaleza muscular.

o control de la respiración.

o resistencia muscular.

- Rastreo:

- Libre

- Imitando animales

- Moviendo alternativamente brazos y piernas

- Moviendo sólo los brazos o las piernas.

- Sólo con movimientos ondulatorios del tronco.

- Dorsalmente, con alguna de las modalidades.

Capítulo 2. GATEO - Sentados:

- Desplazamientos libres

- Impulsándose sólo con los pies hacia delante

- Impulsándose con desplazamiento alternativo de los glúteos

- Hacia atrás, con similares modalidades- Cuadrupedia:

- Libre

- Imitando animales

- Moviendo alternativamente piernas

- Moviendo alternativamente brazos y piernas de los hemicuerpos opuestos

- Con obstáculos.

Capítulo 3. CIRCUITO DE BRAQUIACIÓN:El trepar y las suspensiones:

Tienen un valor neuromotor secundario, pero son, sin embargo, un excelente medio para luchar contra el miedo. La progresión se deja a ritmo del niño. Las tareas de trepa exigen por parte del infante en maduración una dosis razonable de decisión y, además, suponen la integración de los movimientos de brazos y piernas. Las tareas de este orden empleadas en varios estudios han incluido ascensos por escaleras fijas y por escaleras de mano.

Por lo general, la primera conducta de trepa se advierte en infantes que, incapaces todavía de caminar, gatean escaleras arriba allí donde pueden hacerlo. Cuando los infantes empiezan a caminar, habitualmente aprenden a subir escaleras sin alternar los pies y si encuentran apoyo en un pasamano o en un adulto, lo hacen en posición vertical.

En el tercer año, empiezan a alternar sus pasos y a poner un pie en cada peldaño. Hacia fines del cuarto año y principios del quinto, si se les presta ayuda y no les falta coraje intentarán bajar las escaleras. En el ascenso y escaleras de mano se observa una progresión similar. Los niños pasan del ascenso con pausas (ponen ambos pies sobre un escalón antes de subir al siguiente), a un movimiento alternativo de los pies (ponen un pie sobre un escalón y a continuación el otro sobre el escalón

siguiente).

La eficacia que se demuestra en esta actividad está en función de la altura y la profundidad de los peldaños, de las escaleras fijas y de la clase de escalera de mano de que se trate. Por otra parte, distinguir en qué medida el éxito en esta actividad resulta de decisión del niño, de la relación entre conducta dependiente e independiente y de las aptitudes motrices, es bastante difícil.

Capítulo . STACUL S

La marcha y la carrera:- A los 9 ó 1 meses: El niño intenta arrastrarse sobre el vientre, después gateará (primero sobre los manos y las rodillas, después sobre los manos y los pies). Se pone en pie solo sosteniéndose en los muebles, pero cae a menudo.

- A partir de los 12 meses: ncia los primeros pasos. El niño anda solo si un adulto le coge las dos manos, después con una sola mano. Anda solo apoyándose en los muebles. Empuja sillas para aprender o andar.

- De los 1 a los 1 meses: El niño anda solo. Al principio separa las piernas para mantener el equilibrio. Sube la escalera a gatas: a los 1 meses de pie cogido de la mano. aja la escalera cogido de la mano a los 21 meses. Se arrodilla solo para coger un objeto y se pone en pie solo, pero cae a menudo, puede arrastrar un objeto.

- De 2 a 3 años: Edad del apogeo motor: El niño corre deprisa (sabe coger las curvas). Trepa, gira, salta sobre los dos pies y después sobre un pie. Sube y baja la escalera solo. Chuta el balón (el equilibrio cada vez es mejor).

A los años: La marcha ha adquirido gran firmeza. El niño camina con pasos largos, balanceándose, al estilo adulto. Corre fácilmente, o a diferentes velocidades, y puede dar vuelta en ángulos bien marcados, detenerse y partir rápidamente.

A los años: El niño puede hacer todo lo que hacía a los años con mayor facilidad y soltura. Sus actividades se distinguen por la facilidad, gracia y economía del movimiento. Da pasos más largos tanto caminando como corriendo La marcha y la carrera se educan sistemáticamente con los ejercicios de equilibración.

Están asimismo asociadas a la percepción de la sucesión temporal, permitiendo materializarlas y asociarlas al espacio en los ejercicios de coordinación sensoriomotriz. Siendo unas coordinaciones motrices instintivas y globales, mejorarán paralelamente a la equilibración general y a la confianza en sí mismo. La carrera es necesario considerarla como la continuación normal de la marcha. Necesitan coordinación muscular agonista-antagonista. La fuerza es necesaria para recibir el peso del cuerpo sobre una pierna después de impulsar la otra.

1. Actividades de educación sensaciones plantares. Actividades de desplazamientos portando objetos sobre la cabeza.

Todos los desplazamientos en equilibrio.

2. Adaptación al espacio:

Longitud del paso.

Adaptación del movimiento a la distancia.

3. Coordinación sensoriomotriz:

- adaptación del sostén sonoro al tempo del niño.
- sostén sonoro y materialización cadencia
- adaptación niño a una cadencia exterior
- interiorización niño a una cadencia exterior.
- interiorización cadencia.
- acentuación regular cadencia
- marcha con aceleración y desaceleración. Saltar: Es el ejercicio de coordinación global por excelencia.

Como la anterior actividad de trepar suscita mucho interés en el niño.

Se puede describir como un desplazamiento del cuerpo separándolo del suelo una distancia determinada.

El salto implica:

- Tener suficiente fuerza para poder elevar su cuerpo del suelo.
- Tener también suficiente equilibrio para volver a tomar contacto con el suelo sin hacerse daño.
- Tener suficiente dominio como para poder desplazar progresivamente el cuerpo a una longitud determinada más o menos grande, según las edades.

Este contenido es uno de los más priorizados en las encuestas, de manera, que se convierte en uno de los ejes del abordaje psicomotor. Los responsables de psicomotricidad realizan actividades de coordinación que se dirigen sobre todo a la coordinación dinámica general, base del control del propio cuerpo.

A través de las actividades de coordinación:

- El sujeto aprende a localizar los segmentos corporales y a utilizar eficazmente el tono muscular.
- Toma conciencia de sus posibilidades y de todos los elementos que contribuyen a la puesta en acción de su cuerpo en el mundo.

d) Secuenciación de contenido Desplazamientos:

- Libres
- olteos:
- Libres
- Imitando animales
- lexionando alternativamente brazos y piernas
- lexionando sólo los brazos o las piernas.
- Brazos pegados al costado
- Piernas pegadas y estiradas
- Sobre planos con diferentes inclinaciones
- Andar:
- Libre
- Hacia delante: libre:
- dem modificando el punto de apoyo: de puntillas
de talones con la parte interna o externa del pie
- Modificando el plano... (er: Procedimientos para incrementar la dificultad en los desplazamientos).

- Hacia atrás:
- Libre
- Girando 180 al llegar a la pared.
- Siguiendo un circuito circular o rectangular
- er: procedimientos...
- De lado (de costado):
- Libre
- Golpeando la parte interior del pie
- Entrecruzando un pie
- Girando 180 al llegar a la pared.
- De rodillas:
- Libre
- En diversas direcciones
- De cuclillas
- Libre
- En diversas direcciones
- Pasando al salto
- Imitación de animales
- ormas lúdicas de todos estos desplazamientos (carretilla, et.)
- Marcha ritmada:
- Libre
- Hacia delante
- Sobre el terreno
- Adaptándose al espacio (señales con rayas, con bastones...)
- Con giros: fijos aleatorios.
- Con obstáculos
- Con movimientos de otras partes del cuerpo libres o siguiendo indicaciones (tales segmentos, con tales intervalos)
- Con adaptación al tiempo
- ormas lúdicas
- Correr:
- Libre
- Hacia delante
- Sobre el terreno
- Hacia atrás
- Modificando la velocidad
- Saltar:
- Sobre el terreno
- Con los pies juntos.
- Libre
- Despegando los dos pies al mismo tiempo
- dem cayendo con los pies al mismo tiempo
- Abriendo y cerrando piernas
- Separando alternativamente las piernas hacia delante y hacia atrás
- Lanzando la pierna hacia delante, atrás, un lado, otro lado
- Saltando hacia un lado y otro de una cuerda, raya, bastón
- Saltando mientras se mueve una cuerda: en sentido horizontal o vertical
- Alternativamente con uno y otro pie
- Salto con otras posiciones: de cuclillas, etc.
- Saltos desplazándose:
- Libremente

- Andar a saltos
- Correr
- Saltar hacia delante con los pies juntos
- Imitación de animales
- Saltos de altura:
 - Libre
 - Con pies juntos sin impulso
 - Cayendo libremente
 - Cayendo con los pies juntos
 - Con las piernas en flexión, sobre las puntas de los pies
- Salto de profundidad
 - Libre
 - Sin tocar el suelo con las manos
 - Caer con el cuerpo extendido, brazos en prolongación al cuerpo, rodillas sin flexionar
 - Sin mover los pies al tocar el suelo
- Salto en longitud:
 - Libre
 - Con pies juntos, sin carrera
 - Con carrera, apoyándose en un pie
 - Con o sin caer al tocar el suelo

DESCRIPCIÓN DEL CONTENIDO

Descripción del contenido "El equilibrio es un estado particular por el que un sujeto puede, a la vez, mantener una actividad o un gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio (marcha, carrera, salto) utilizando la gravedad o por el contrario, resistiéndola". (Coste, 1999: 13) "El esquema postural o conjunto de informaciones conscientes e inconscientes que intervienen para mantener el equilibrio del cuerpo, puede considerarse como la estructura interna del esquema de actitud, el cual tiene una significación relacional. Esta estructura interna posee un carácter absolutamente personal, ya que cada individuo expresa el equilibrio de acuerdo con sus propios datos." El equilibrio correcto es la base de toda acción diferenciada de los miembros superiores y de la coordinación dinámica general (locomoción y posturas).

El equilibrio está relacionado con el trabajo de postura, que además necesita la toma de conciencia de la posición del cuerpo en el espacio, fortalecimiento de los músculos posturales y flexibilización de la columna vertebral. El equilibrio requiere la integración de dos estructuras complejas:

- La del propio cuerpo y su situación espacial.
- Estructura espacio-tiempo que permite el acceso al mundo de los objetos y relacionales.

Cualquier parte del cuerpo que se traslada tiende a desplazar el centro de gravedad.

Para evitar la pérdida del equilibrio, debe producirse una resistencia, que es precisamente una acción de compensación en las restantes partes del cuerpo y con preferencia hacia el eje del cuerpo, a lo largo del raquis, en los músculos que le sostienen, y cuya función es tónica; son esencialmente los músculos del equilibrio. Si no se produce esa compensación, se producirá un desequilibrio. La resistencia debe variar no solamente con la amplitud y la envergadura del gesto, sino también con las resistencias que el mismo puede encontrar en el espacio. La correlación entre unas y otras se pone en evidencia cuando éstas ceden bruscamente a consecuencia del desequilibrio que se produce.

La dificultad es todavía más grande cuando en lugar de inmovilizarse, el cuerpo está todo él en movimiento. Entonces, los elementos compensadores de cada desplazamiento parcial deben combinarse de acuerdo con todo el conjunto, de manera que se fundan armoniosamente en una especie de equilibrio fluido y progresivo. La musculatura y los órganos sensoriomotrices son los agentes más importantes del mantenimiento de la estabilidad. El equilibrio depende esencialmente del sistema laberíntico y del plantar.

El oído, a parte de los órganos de la audición (caracol), comprende también los de equilibración, los laberínticos. Éstos desempeñan en el equilibrio estático una función primordial, con percepciones táctiles que vienen de la planta del pie. Sin embargo la función del sistema laberíntico no es indispensable, existen sistemas alternativos que compensan su carencia, como es el sistema visual. El equilibrio dinámico coloca en estrecha relación las funciones tónicas del eje corporal y las motrices de las extremidades y los órganos sensoriales y motores. Una perturbación de una u otra de las funciones que contribuyen al equilibrio general intervendrá como factor negativo.

Siguiendo a Vayer (1982), podemos decir que el equilibrio tónico-postural es el resultado de un conjunto de factores:

- Factores genéticos: condicionan el desarrollo morfológico, es decir, la tipología temperamento asociado al biotipo.
- Experiencia personal: Conjunto de comunicaciones ser-mundo asumidos por el sujeto y la manera en que han sido vivenciadas.
- Factores biológicos: Tanto genéticos como psicológicos. Desde el nacimiento hasta los cinco años, los niños pasan por evidentes cambios en lo que se refiere a su capacidad para moverse y al nivel de destreza que denotan en distintas tareas. Durante estos años se multiplican los atributos de movimiento en que interviene la acción de los grandes músculos.

También la estructura corporal se modifica: el niño de espalda recta inmóvil y gobernado por reflejos, pasa a ser el niño móvil, de piernas rectas y columna vertebral curva. Por todo lo dicho, es importante trabajar el equilibrio en los primeros años de vida, para que el niño se pueda mover por el espacio adecuadamente.

Se puede decir que la organización tónico-postural, se traduce a la actitud de bipedestación, sintetizada en el plano somático de toda la historia del sujeto, al tiempo que se manifiesta lo que es la persona en un cierto momento de las comunicaciones con su entorno. Los trastornos del equilibrio están relacionados con la inadaptación del esquema corporal y con la integración de las estructuras espacio-temporales. Una mala equilibración tiene como consecuencia la pérdida de la conciencia de la movilidad de algunos segmentos corporales, lo cual afecta a la construcción correcta del esquema corporal, lo que conlleva una mala integración de las estructuras espacio-temporales.

A nivel psicológico, cuanto más defectuoso es el equilibrio, más energía se consume y más se distrae la atención, provocando imprecisión, torpeza y sincinesias. Así pues los déficits del equilibrio provocan: Inseguridad, falta de precisión de movimientos, falsas contracciones, inhibición. Existen algunos consejos metodológicos para educar el equilibrio: - La progresión debe ser lenta y cuidadosa.

- Evitar la inseguridad y la ansiedad; es muy importante la confianza.
- Correcta dosificación de los ejercicios.
- Progresión lenta de los ejercicios.
- Educación de la caída.
- Hábito a la altura.

- Disminución de la altura.
- Sólo se puede desarrollar el equilibrio con la práctica continuada.
- En cada sesión trabajar dos o tres ejercicios de equilibrio estático, preferiblemente al final de la sesión.d) Secuenciación del contenidoa) Educación de las sensaciones plantares:
 - Olpear el suelo con los pies: sentado, de pie, en marcha.
 - Ejercicios con bastoncillos, etc. (hacer rodarlo bajo la planta del pie)
 - Ejercicios con pelotas, bolas, sacos de arena...
- Tacto, masaje... b) Equilibrio, propiamente dicho:

Tipos de equilibrio:

- Equilibrio estático:

- Sin objetos:

- De pie, pies juntos, manos enlazadas por detrás, doblar el cuerpo por la cintura en ángulo recto (1 seg.)
- Inflexión con una pierna (1 seg.)
- De puntillas, brazos pegados a los costados (1 seg.)
- Sobre una pierna, la otra en ángulo recto doblada por la rodilla, que toca a la otra rodilla (1 seg.)
- De cuclillas, manos en la cintura, espalda vertical (1 seg.)
- Sobre una pierna, colocando la planta del pie de la otra sobre la parte interior de la rodilla que sostiene al cuerpo (1 seg.)
- Elevación de una pierna, extendiéndola adelante, atrás, lados (1 seg.)
- Elevar pierna y brazo del mismo lado (1 seg.)
- Sobre una pierna, flexión del cuerpo; los brazos, tronco y pierna elevada forman una línea recta, teóricamente paralela al suelo. (1 seg.)
- En posición, hacia atrás (1 seg.)
- Posición similar con flexión hacia uno u otro lado, compensando con la pierna elevada el desplazamiento del centro de gravedad (1 seg.) Progresión
 - Supresión del apoyo en el respaldo.
 - Introducir movimientos de balanceo.
 - Tomas de posición cada vez más rápidas.
 - Usar los portes.
 - Supresión de los ojos en cortos periodos de tiempo.
 - Integración a juegos de habilidad simple.
- Repetir los ejercicios en que se tenga dificultad. Equilibrio elevado: - Gusta mucho a los niños aunque para algunos puede provocar los problemas psicológicos (falso vértigo).
- Sobre la barra de equilibrio: Se puede hacer desde los 3 años en adelante.
- Enseñar a no mirarse los pies, sino una corta distancia delante de ellos.
- Durante la progresión ir reduciendo la velocidad de los desplazamientos.
- Sobre una base inestable: Obliga a reequilibraciones posturales inmediatas.
- Ojos cerrados: Es un excelente medio de trabajo, pues desarrolla el sistema vestibular. Equilibrio dinámico: - Sin objetos:
 - Caminar sobre una raya (3 m.)
 - Caminar sobre una raya colocando la punta de un pie tocando el talón del otro (2m.)
 - Danza rusa, de cuclillas extender alternativamente las piernas saltando.
 - Lucha de gallos (de cuclillas, darse empujones con las palmas de las manos).
- Con objetos:
 - Caminar sobre una hilera de tablillas colocadas alternativamente a los lados de una raya.
 - Caminar sobre tablillas que forman una línea recta..
 - Cambios de dirección sobre la tablilla o taco.
 - Caminar de otros modos sobre los objetos indicados.
 - Caminando por los objetos indicados, agacharse a coger un objeto y seguir.

- dem con portes en la cabeza.
- dem recogiendo y lanzando un balón.
- Caminar sobre una escalera paralela al suelo, progresivamente más elevada.
- Caminar sobre tacos colocados en el banco sueco.
- Hacer un tren caminando sobre tablillas. Desequilibrio:- alanceos: adelante- atrás, lados, etc., con contacto corporal (sentados con el niño entre las piernas...).
- alanceo en cuerda, columpio...
- iro: de pie (peonza), echado (croqueta), sentado.
- Volteo continuado
- anteo
- uegos (parque de atracciones): látigo, barca..

.Las actividades que pueden estar centradas sobre sí mismo, como por ejemplo:

presiones, balanceos, desplazamientos sobre una tela, giros, etc. Las cuales permitirán vivenciar sensaciones de bienestar, relajamiento, contacto con el otro, vivenciar también la dinámica placer-displacer y tensión-distensión. Los giros y las caídas son actividades que permitirán ejercitar y ensayar la pérdida, recuperación y dominio de las referencias espaciales y del equilibrio, actividades que permitirán al niño jugar con su peso, su postura, sus sensaciones cinestésicas, sus límites corporales, todo lo que a su vez fortalecerá y enriquecerá la simetría de su cuerpo y el eje corporal, el desplazamiento de las manos, los pies y la cabeza.

Actividades centradas en el exterior, donde la sensibilidad a nivel propioceptivo queda sometida a las distintas direcciones del espacio, y a los obstáculos a los que el niño debe adaptarse para renovar su placer sensorio-motriz (juegos de equilibrio, de trepar, correr, saltar, etc.). Son todas actividades que tienen como objetivo principal la afirmación del niño como persona, que a su vez permitirán vivenciar la conquista del espacio en todas sus direcciones, conquistar el volumen, descubrir el espacio en su forma tridimensional.

C E T A I S dirigidos a Educadores La importancia de actividad motriz espontánea "El deseo profundo del niño es el de ser libre de sus actos, lo que implica no ser juzgado y sometido afectivamente al deseo del adulto. Por tanto se le han de dejar amplios márgenes de actividad para que pueda expresarse con toda libertad, sin restricciones educativas" (Lapierre, A. y Aucouturier, . 198 : 9)

o cabe duda, de que a partir de una situación motriz, es posible suscitar un análisis perceptivo y su posterior paso a lo abstracto. Es la fase de la intelectualización de lo vivenciado. Ésta va siempre precedida de una fase de actividad motriz espontánea. Ese periodo de actividad libre de creatividad motriz tiene como finalidad:- Poner al niño en situación de creatividad, liberándole de la sujeción educativa.

- Permitir, a través del movimiento, la expresión liberatoria de las pulsiones y motivaciones inconscientes.
- Permitir la puesta a punto progresiva, para el niño o el grupo, de situaciones de adaptación motriz, evolucionando de manera espontánea hacia la complejidad.
- Descubrir de entre esas situaciones, nacidas libremente de la imaginación del niño, las que podrán servir de punto de partida para el estudio de una noción, de una estructura o un ritmo.

El niño busca y expresa placer motriz: cada avance, en cualquiera de los aspectos motrices, produce una afirmación, una alegría en la que está implicado el esfuerzo para hacer cosas difíciles (dimensión conativa), la afectividad (seguridad, autoaprecio), el conocimiento espacial, el estatus social (estima del grupo), el mundo imaginario fantasmático (poder omnipotencia).

En otro aspecto, hay niños con dificultades motrices que se han centrado, en las actividades espontáneas, en realizar actividades de dominio motor, como preveía la práctica psicomotriz de Aucouturier; pero no menos de entre ellos, la han eludido por completo. La espontaneidad no es la panacea, tampoco en este sentido. Se requiere una programación sistemática en el ámbito de la psicomotricidad que vaya más allá del deseo inmediato del niño y de la mera espontaneidad; que ponga ante el niño del ámbito de desarrollo próximo; que abarque la totalidad de los aspectos de la motricidad, y en ella, todas las dimensiones de la persona.

En circunstancias apropiadas, el desarrollo motor hasta los dos años puede realizarse espontáneamente, sin ayuda exterior (Piaget 1950: 12 -).

En la década de los setenta se cuestiona esta tesis respecto al desarrollo motor a partir de los dos años (Singer 1979, Amheim/Sinclair 1979).

Es la edad crítica de aprendizajes motores básicos; "los patrones de movimiento de los primeros años ya no se consideran mero producto de un reloj biológico" (Clenaghan/ Allahue, 1979: 1).

Un grupo de niños de cada curso presenta el "síndrome del niño torpe" (Amheim/Sinclair 1979); un -1 (Cratty 1979); su tratamiento conviene que se realice en su grupo natural. "El papel del educador es el de proponer objetos, materias, sonidos o temas generales de búsqueda y dejar que los niños exploren por sí mismos, sabiendo estar a su disposición cuando nos necesiten. Sólo en estas condiciones la expresión es auténtica, libre y espontánea." (Lapierre, A. y Aucouturier, 1979: 9)

En el transcurso de esta acción espontánea, llega un momento en que una actividad se impone por sí misma, al grupo; de no ser así el maestro podrá guiar la atención hacia la situación que le parezca más explotable. "¿Puedo hacer lo que ha inventado..." ¿Podéis hacerlo vosotros mismos? A partir de cualquier situación, es posible solicitar el análisis perceptivo. La pregunta "¿Cómo habéis tirado el balón? Puede suscitar las respuestas más diversas.

D D 3 : LA ESTIMULACIÓN SENSORIAL

En este D D se dan sugerencias educativas para favorecer el conocimiento sensorio-perceptivo del niño, ya que es a través de los sentidos como el niño capta y construye el mundo. El adecuado funcionamiento de los órganos sensitivos prevendrá y favorecerá el desarrollo del niño. El Conocimiento sensorio-perceptivo: Se refiere a la acción de conocer las impresiones que las cosas producen en el niño por medio de los sentidos y a recibir por uno de los sentidos las imágenes, impresiones o sensaciones externas, comprendiendo o conociendo una cosa. Descripción e importancia del trabajo sensorio-perceptivo: "La educación perceptiva, en la medida en que su fin es hacer descubrir al niño un universo donde reinan una organización y una estructura, va a ser un punto de apoyo necesario para hacerle pasar progresivamente de un mundo mágico, señal de lo imaginario, a un mundo objetivo donde podrá ejercer su "imaginación creadora" (Le Boulch, 1979: 2). "Transformar unas vagas sensaciones de una primera fase espontánea y primitiva en percepciones corticales precisas, analizarlas luego y conceptualizarlas"

(Lapierre, A. y Aucouturier, 1979: b:). "Para ayudar al niño a descubrir su cuerpo, se utiliza un método descriptivo: se intenta que se esfuerce en aprender a describirlo: se muestra, se toca, se habla de..."

(Aigre, A. y Destrooper, 1972: 112) El niño establecerá sus primeros contactos con el mundo, a un nivel pre-consciente, a través de la organización arcaica del sistema tónico. De ahí emergerá poco a

poco una especie de conciencia difusa de lo que se vive a nivel biológico del tono, conciencia vinculada al placer biológico de la vida.

Puede ser el origen de la percepción. Estas percepciones son internas, propioceptivas, la percepción de las tensiones musculares y de los matices de dichas tensiones.

Están muy directamente relacionadas al placer primitivo del movimiento vital, del movimiento biológico. Todo lo que entra en resonancia con el movimiento primitivo es generador de placer: la lentitud, la continuidad, la curva, el deslizamiento, el balanceo, el acunamiento, lo suave, lo blando... Todo cuanto rompa ese ritmo vital, como la velocidad, la brusquedad, la discontinuidad, las trayectorias angulares, los tropiezos, las resistencias fijas, etc., es generador de displacer, ya que es vivenciado como una agresión tónica.

El niño encontrará inicialmente al otro, y especialmente a la madre, a ese nivel de organización tónico-emocional. Encontrar al otro es, a este nivel, encontrar una sensación táctil, pero asimismo y de manera muy especial encontrar un contacto con el movimiento del otro, con la organización tónica de otro ser viviente. De ese contacto puede nacer una armonía o una desarmonía, según el otro haya mantenido o no la capacidad de percibir y de intercambiar a ese nivel muy primitivo, el único en donde se puede establecer una verdadera comunicación.

Aucouturier ha llegado a la conclusión de que las actividades motrices centradas sobre el placer de las sensaciones corporales de origen propioceptivo tienen una mayor incidencia en el desarrollo psicológico y son previas a las actividades motrices del niño encaminadas hacia la vida de relación vividas por el placer del movimiento. o son más que la prolongación de las actividades motrices que privilegian el dominio propioceptivo y la estimulación tónico emocional que de ello se deriva. Por tanto se puede ver este pensamiento de Aucouturier como una síntesis de los principios teóricos de Allon y Piaget, en la medida que se resalta la importancia de las sensaciones motrices, sensoriales y propioceptivas, estrechamente relacionadas.

El placer sensorial del niño se puede observar en actividades diversas. Las actividades motrices ligadas a las estimulaciones laberínticas y vestibulares son las que principalmente producen en el niño el placer sensorial y contribuyen de igual forma a la formación del esquema corporal. Secuenciación del contenido

1. Conocimiento cenestésico: sensaciones propioceptivas musculares, articulares, tendinosas, tónicas.
2. Conocimiento cenestésico: de sensaciones interoceptivas: de la actividad pulmonar, del bienestar, etc.

. Conocimiento exteroceptivo: principalmente cutáneo (contacto corporal) y táctil. Los sistemas sensoriales básicos: Sistema para recibir Información:

Sistema visual: proporciona mayor información sobre el mundo exterior. Desde su nacimiento el niño ve aunque no reconoce. Diferencia claridad, oscuridad, figura y fondo (un mes explorar contorno, 2 meses se detienen en los detalles de la cara por ejemplo); prefieren las figuras con un dibujo a las figuras lisas.

Sistema auditivo: oye y percibe sonidos.

Los sonidos bajos y rítmicos le tranquilizan; tiene preferencia por determinados sonidos: la voz humana, gracias a ello presta atención a los sonidos del lenguaje y más tarde los imita.

Gusto: reconoce gustos y sabores desde el principio. Ej: cambio de comida suave a más seca.

Olfato: los olores que los adultos consideramos agradables producen relajación facial e iniciación de movimientos de succión (prefieren un paño impregnado de leche materna a un paño limpio). Ej: usar las

sábanas de casa en la escuela en el momento en que los niños duermen (para la primera semana de clases), así como la ropa que los niños visten.

· Tacto: A medida que el niño pasa del reflejo de presión (grasping) al agarre voluntario madura su capacidad para sentir y discernir a través de sus manos, lo que le va a permitir entrar en un mundo de sensaciones.

Capítulo 1. ESTIMULACION VISUAL

Sería conveniente un breve recorrido sobre la evolución de la visión en el niño ya que es el sentido más tardío en desarrollarse y a la vez el más valioso. Durante los primeros dos meses el recién nacido puede seguir un objeto hasta 90 grados el primer mes... y hasta 180 en el transcurso del segundo.

Los colores vivos, los objetos en movimiento, le interesan, pero por encima de todo prefiere el rostro humano. Lo mira atentamente, puede sonreírle, el primer mes se trata de una sonrisa a la nada, el segundo mes la sonrisa es más discriminativa. A partir del tercer mes, el niño gira completamente la cabeza para seguir un objeto que se desplaza.

Le gusta el movimiento, los colores vivos, sus periodos de observación se alargan, descubre sus manos (es la edad de mirarse las manos) y se las lleva a la boca. El niño ve bien desde el cuarto mes, puede girar completamente sobre sí mismo en un sentido u en otro para seguir a alguien.

En el DVD se abordan estrategias para que el niño trabaje aspectos de la estimulación visual, como puede ser la identificación del color, los contrastes de luz- oscuridad o el famoso juego presimbólico de aparecer - desaparecer, que le ayuda al niño a saber que aunque las cosas desaparezcan de su vista siguen existiendo.

El trabajo de oscuridad y luz se asocia a la acción relajación, siendo ésta última un trabajo muy necesario para poder controlar el propio cuerpo. La relajación sería, según el Diccionario de la Real Academia, la acción y efecto de relajar o relajarse, es decir, aflojar, laxar o ablandar. Esparcir o distraer el ánimo con algún descanso. Conseguir un estado de reposo físico y moral, dejando los músculos en completo abandono y la mente libre de toda preocupación. (D.R.A.E. 1992: 1761). Diversos autores valoran la relajación como un medio fundamental del desarrollo:

"Las técnicas de relajamiento, se transforman en el medio esencial de reducir las tensiones del niño y, por tanto, la agresividad y las reacciones al mundo que le rodea, evidentemente, son el resultado actual de todo lo que aquél ha vivido." (Maigre, A y Destrooper, J. 1982: 25-26)."La relajación utilizada en educación psicomotriz se presenta bajo dos formas que son complementarias: Relajación global partiendo de ejercicios concretos y avanzando lentamente en una progresión en la que el niño deberá sentir, apretar y soltar algún objeto.

Relajación segmentaria: realizada al principio en decúbito dorsal y posteriormente en las posturas habituales, controladas y luego automáticamente y a gusto de cada uno, esta educación permite al niño dominar el espacio corporal y lo prepara directamente para la acción." (Picq, L. y Vayer, P. 1977: 15) "La busca de la inmovilidad, el silencio y el acuerdo con el otro.

Nos hemos percatado de que aquello puede obtenerse, sin ansiedad, tras la aceptación desculpabilizadora de la pulsión, y que ésta no se adquiere hasta que el niño encuentra un nuevo placer, de una esencia superior, tal como el placer, de la inmovilidad, el placer del silencio, que son, en su último análisis, el placer de dominar sus pulsiones" (Lapierre, A. y Aucouturier, B. 1977b: 70)."La relajación sirve para tomar conciencia de la posibilidad de disponer de los músculos a su voluntad. Liberar tensiones musculares y distensión psíquica." (Le Boulch, J. 1981: 139)"

La finalidad básica de la relajación se dirige al afinamiento, además de valorar la integración consciente de los diferentes estados tensionales y de promover progresivamente la unificación psicósomática" (Fonseca, V. 199 : 8). Así pues, la relajación es la reducción voluntaria del tono muscular, para muchos autores es el otro lado de la psicomotricidad, en la que la inmovilidad y la distensión muscular se utilizan como terapia.

La educación de la relajación va muy ligada sobre todo en la educación del tono muscular, del control y conocimiento de las zonas corporales y de los aspectos emocionales. Teniendo en cuenta estas relaciones (relajación-tono muscular, relajación-dominio corporal y relajación-conocimiento del esquema corporal) vamos a definir las cuatro etapas del desarrollo de la relajación: 1 Etapa: (2 a 3 años): En esta etapa el niño ha de obtener el máximo de sensaciones globales y segmentarias en su cuerpo con el fin de ir conociendo cada vez más sus miembros y zonas corporales más importantes.

En este periodo el niño no es capaz de aislar por sí mismo los segmentos corporales, no tiene control de su tono muscular ni conocimiento de su esquema corporal. El niño de tres años puede empezar por ejercicios de relajación segmentaria de contraste, es decir, contracción seguida de relajación de las diversas partes del cuerpo. Después poco a poco se irá globalizando hasta llegar a hacer todo el cuerpo en conjunto. 2 Etapa: (3 a 4 años) El niño ya es capaz de ajustar y controlar el tono muscular necesario para realizar sus actividades. Esto implica una cierta capacidad de aislar los diversos segmentos corporales de manera que sólo intervengan los necesarios para cada movimiento mientras los demás segmentos están inhibidos o relajados, esto exige un cierto control segmentario.

Los pasos para trabajar la relajación serían:

- Relajación como proceso lúdico.
- Como proceso voluntario, libre.
- Silencio distendido.
- Cierta inmovilidad distendida.
- Con el cuerpo doblado por la cintura: pasividad global del brazo, ante el movimiento que se le imprime; ídem de sus articulaciones: muñeca, codo, pasividad ante la flexión, pasividad: no adelantarse, oponerse, no mantener una posición contra la gravedad.

- En tendido supino:
 - Idéntico proceso que anteriormente,
 - Ausencia de tensiones y rigideces en: frente, entrecejo...
 - Capacidad de tensionar y distender voluntariamente los músculos (brazo, pierna).
 - Distensión escuchando música tranquila.
 - Conciencia suave sobre la respiración.
 - Movimiento acelerado del corazón, tras un esfuerzo, vivido con tranquilidad y alegría.
 - Lentificación del mismo vivida con alegría y sentimiento de poder.
 - Distensión y alegría ante el movimiento tranquilo del corazón.
 - Sorpresa- alegría al sentir el corazón del compañero tras el esfuerzo.
 - ídem ante el movimiento del corazón en reposo.
 - Satisfacción, alegría, seguridad, ante el dominio sobre el cuerpo (tensión- distensión), ante la "potencia" del corazón y pulmón, ante la posibilidad de descansar, en el tiempo de relajación.

- Capítulo 2. ESTIMULACIÓN AUDITIVA

Con relación a la evolución de la audición podemos destacar que el recién nacido reacciona ante los ruidos fuertes (persiste el reflejo arcaico del moro), se interesa por los diferentes sonidos y se calma cuando escucha música. En el segundo mes podrá localizar el ruido. Ya en el cuarto mes ha adquirido

agudeza, vuelve la cabeza hacia la fuente sonora identifica y localiza muy bien los sonidos y se interesa particularmente por las voces humanas. A partir del quinto mes, el niño gira la cabeza hacia la persona que habla, le encanta el movimiento de la boca, el sonido de la voz humana. Es muy sensible a las entonaciones y a la música.

En el DVD se intenta reflejar la importancia de coordinar el movimiento corporal con los sonidos. El trabajo a través del ritmo vivenciado permite adaptarse al espacio exterior y favorece la expresividad del niño, siempre en compañía de su madre. El ritmo permite controlar el cuerpo, aunque inicialmente es un fenómeno espontáneo en el niño.

Desde los nueve meses de edad, el niño agita los objetos en un gesto alternativo regular. A partir de un año, y en ocasiones antes, algunos son capaces de emitir una alternancia regular de sonidos. No se trata, por tanto, de enseñar el ritmo al niño, sino de favorecer su aptitud natural para crear y adaptarse a los ritmos.

En un segundo tiempo y a partir de esos ritmos espontáneos, se podrá guiar al niño con las transposiciones gestuales, las representaciones con objetos y gráficas, a tomar conciencia de la estructura del ritmo y a analizarla. El ritmo se asienta sobre tres nociones fundamentales: a) La noción de regularidad en la sucesión, de la cual derivará la noción de tiempo, es decir, de frecuencia más o menos rápida en la sucesión.

b) La noción de alternancia regular de dos o más elementos, que se vincula a la noción de repetición, de ciclo.

c) La noción de agrupación regular, relacionada con la del intervalo. Tendremos por lo tanto, ritmos de alternancia y ritmos de agrupación, pudiendo asociarse esos dos tipos de ritmos de manera más o menos compleja. Las distintas variedades de ritmos son, por otra parte, susceptibles de adaptarse a tiempos diferentes. El ritmo aparece de manera muy espontánea en los desplazamientos del niño. Este expresa su alegría acompañándose a veces con un "canto" también espontáneo y emitido sobre el ritmo. Estos ritmos forman parte del desarrollo psicomotor del niño, en el que seguramente participan. Vemos en efecto, organizar a los niños poco a poco en experiencias sucesivas que parecen responder a una necesidad de exploración de sus posibilidades de coordinación y equilibrio. Esos ritmos corporales espontáneos, son vivenciados de manera instintiva, sensorio-motriz. El niño no tiene una conciencia clara del ritmo que produce. Existiendo, en efecto, en los ritmos corporales y musicales más aún que en los otros modos de expresión, dos aspectos diferentes: Un aspecto analítico racional y un aspecto afectivo, emocional, que tiene su origen en los estratos más profundos de la personalidad y permite expresar o suscitar sentimientos. El ritmo a través de los diferentes contrastes: Ruido y silencio.

La alternancia regular de ruido (hablar, cantar, golpear) y de silencio, crea un ritmo que puede ser representado en forma lineal

Luz y oscuridad:

Todos los ritmos sonoros pueden ser traducidos en ritmos luminosos y viceversa.

fuerte y flojo:

o Intensidad discontinua por golpes (con manos, pies, instrumentos a percusión) gestos, desplazamientos ritmados, marchas.

o Intensidad continua, es decir, supresión de los intervalos, con la voz, instrumentos de viento, llegando a una modulación continua.

o Superposiciones con instrumentos de resonancia prolongada. Se puede llevar al niño a percibir la superposición de los sonidos.

ucho y poco:

El contraste mucho y poco no es específico; puede aplicarse tanto a la distancia como a la superficie, al volumen, a la cantidad numérica, al color, al sonido, al tiempo, etc. Lo que nos da otras tantas posibilidades de ritmos diversos.

Lejos y cerca:

ritmo de desplazamiento: Aproximarse y alejarse en diversas direcciones. Alejarse o aproximarse en grupo, a un cubo, con un ritmo sonoro o con un canto rítmico.

Capítulo . ESTIMULACIÓN TÁCTIL Y ESTÉTICA:

Como comentábamos en la introducción del DVD la evolución de la presión favorece el control de las sensaciones táctiles. Dicha evolución comienza con el reflejo arcaico de presión (grasping) muy acentuado el primer mes, disminuyendo en el segundo. Durante el tercer mes el grasping se reemplaza por la presión del contacto.

Se trata de una presión involuntaria producida por el contacto del objeto con la mano del niño. Abre, vuelve a cerrar la mano y retiene el objeto algunos segundos (a menudo se lo lleva a la boca). Es la reacción tactilomotriz (el bebé conoce por el tacto). En el quinto mes la presión voluntaria aparece: es una presión palmar, global, imprecisa; si se le pone delante, el niño coge un objeto entre la palma de la mano y los tres últimos dedos, y lleva el objeto a la boca (reacción tactilovisual) el niño asocia la vista al tacto. El niño a través del masaje que le realiza su madre aprende su esquema corporal. Este contacto permite regular su tono ya que algunos niños son propensos a una intensidad excesiva (Hipertonía) o muy baja del tono (Hipotonía), buscaríamos conseguir una Eutonía, entendida como un estado que consiste en tener las partes del cuerpo en grado óptimo de tensión muscular, en relación con la acción que el individuo se propone.

Este equilibrio tónico requiere una observación de las sensaciones corporales y toma de conciencia de la unidad del cuerpo. En una buena regulación tónica incide el diálogo tónico madre- hijo: la madre tiene función protectora. Estimula el desarrollo perceptivo a través del contacto, satisface al bebé. Es un proceso de placer-displacer; tensión-relajación.

"En las relaciones tónico-emocionales con la madre y posteriormente con el entorno familiar, preceden a las relaciones verbales y servirán de telón de fondo a todas las relaciones afectivas posteriores" (Lapierre y Aucouturier 1988:8) La tensión- distensión es el camino hacia el ajuste tónico. La evolución del control tónico sigue la ley céfalo-caudal:- nacimiento: el niño es hipertónico ya que el cortex no funciona. Hipertonía general que se opone a la hipotonía.

- 2 meses: hipertonía de los miembros disminuye y se nota aparición del tono axial.
- 3 meses: llega a una rigidez en extensión.
- 12 meses: aparece una hipotonía que aumenta hacia el tercer año. Existen algunas alteraciones patológicas que es conveniente resaltar: - Hipotonía: Puede estar asociada a una parálisis flácida con lesión de la sensibilidad profunda.
- Disarmonía: Cuando no hay modificaciones esperadas en los lugares esperados.
- Hipertonía: Puede deberse a problemas afectivos.
- Distonía: Trastorno de la función tónica
- Paratonia: Imposibilidad de relajar voluntariamente un músculo.
- Sincinesias: movimientos parásitos, caracterizados por la contracción involuntaria de un grupo muscular.

DVD : PSICOTERAPIA

Se aportan reflexiones y estrategias para entender y trabajar la psicomotricidad desde diferentes ópticas. Antes de nada definamos ¿qué es la Psicomotricidad? La definición de psicomotricidad está reflejada de forma implícita, e incluso explícita, en el pensamiento de muchos de los autores y prácticos de la psicomotricidad, pero no resulta fácil encontrar una clara delimitación, tanto del concepto como de la práctica psicomotriz. A nadie duda del concepto de totalidad corporal y de que este concepto abre vías de investigación a diversas disciplinas. La noción de totalidad corporal, es el arranque y el punto de llegada, su señal de identidad.

La psicomotricidad es una disciplina educativa y terapéutica que actúa sobre la totalidad de la persona a través de sensaciones, movimientos, juegos y su posterior representación con la finalidad de que el niño establezca una relación positiva con el mismo, con los objetos, con el espacio, con el tiempo y con los otros. Cuáles son los objetivos fundamentales de la psicomotricidad - Sentir y experimentar su propio cuerpo para diferenciarse de los objetos y de los otros.

- Estar bien con uno mismo y con los otros como vehículo de expresión y comunicación
- Orientar su propio cuerpo en el espacio para poder relacionarse después con los objetos y con los otros (espacio proyectivo).
- Pasar del placer de hacer al de la representación a través de la palabra, el dibujo, las construcciones, el gesto.
- Conseguir un mayor dominio sobre su propio cuerpo y por tanto conseguir mayor autonomía.
- Ser capaces de adoptar actitudes posturales adecuadas en las diversas actividades de la vida cotidiana. Cuáles son los contenidos que aborda la psicomotricidad. Se trabaja con el cuerpo en forma total, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
- El cuerpo que se mueve: Actividad motriz espontánea, tono, posturas básicas, coordinación, ritmo, expresividad y creatividad motriz.-

El cuerpo que conoce: Conocimiento y consciencia del cuerpo, sensopercepciones, nociones espaciales-temporales- rítmicas, aspectos cognitivos, simbolización.- El cuerpo afectivo: Placer sensomotriz, dimensión afectiva de las nociones básicas, del espacio-tiempo, expresión y socialización de la agresividad, aceptación de los propios límites, tolerancia a la frustración.

- El cuerpo relacional y social: relaciones interpersonales, diálogo tónico, comunicación niño niño, comunicación niño adulto, transferencia, empatía, actitud ante de las relaciones. Relaciones sociales. ¿qué consigue el niño por medio del juego en psicomotricidad - Experimentar con objetos

- Acumular información
- Relacionar causa-efecto.
- Construir su lenguaje, su palabra.
- Poder controlar su actitud y sus reacciones.
- Incorporar y adoptar hábitos sociales y culturales.
- Poder interpretar acontecimientos nuevos, problemáticos.
- Conocer y relacionarse con niños y adultos.
- Incrementar su autoestima.
- Organizar sus movimientos en el espacio en un tiempo determinado.
- Desarrollar posibilidades motrices gruesas y finas.

Capítulos dirigidos a padres y educadores Capítulo 1. COREO RA A CON M SICA

Un elemento básico para entender e iniciar este tipo de trabajo es el Ritmo, entendido como la adaptación de las divisiones de que es susceptible un movimiento, una acción, una sucesión de sonidos, etc., a intervalos regulares de tiempo, lo que obliga a una periodicidad del tiempo: regla a la que se ajusta su repetición. Según Onseca "El ritmo es el teatro principal de la actividad tónico-motora

que funciona como soporte de todos los comportamientos humanos (Bergés).

La actividad rítmica tiene un papel muy importante en la edificación intelectual y en la maduración de la actividad motora sincronizada." (Fonseca, V. 1996: 315).El primer paso para introducir la música en niños de 0 a 3 años es mediante canciones, poemas, juego de voz con los niños, dichos populares, rimas, producciones sonoras, el movimiento, percepciones sonoras (descubrimiento del sonido, relación del entorno, audiciones musicales), ya que todo esto le dará el concepto al niño de tipos de sonidos, los tonos musicales, los tiempos/ritmos, los contrastes de voces, percepción sonora, la escucha.

Por otro lado la voz tendrá un papel protagónico, ya que por medio de ella tocamos tanto la dimensión educativa como afectiva del niño, jugando un papel muy importante las cualidades de la voz: timbre, intensidad, altura, duración; con el fin de captar la atención del niño, darle más modelos de imitación, más posibilidad de expresarse emocionalmente, una base musical, y estimular el desarrollo del lenguaje, al mismo tiempo que estimula una interacción: educador-infante, infante-infante, infante-exterior.

El maestro tiene que saber que para trabajar con música de 0 a 3 años, no es necesario disponer únicamente de instrumentos musicales, ni ser profesional en el manejo de los mismos, aunque sí es recomendable que instrumentos de diferentes grupos (de cuerda, percusión, de viento, etc.) sean introducidos al ambiente educativo del niño para que el niño pueda reconocer su forma y sonido.El maestro tiene que tener muy buena creatividad, pudiendo crear materiales sonoros y aprovechando el entorno educativo sonoro (sonidos entorno al aula) y saber introducir diversos elementos en los momentos necesarios. El maestro puede hacer uso de materiales tales como: cassetes o cd de música, instrumentos musicales, su propio cuerpo, recursos naturales como el agua, la cual aporta una estimulación y riqueza incalculable en el mundo sonoro del niño; caracoles, palos de bambú, piñas secas, tubos pvc de diferente colores, cascabeles, campanitas, piedras, maíz seco, y otros materiales sonoros que podremos crear con potes de plástico, latas, madera, cartón, papel de cera, papel de celofán, globos y pelotas plásticas con arroz o lentejas dentro, entre otras cosas.

La canción:

- Ritmo
- Melodía
- Armonía

1. Juegos de falda
2. Juego de dichos populares
3. Corro (ritmos) a la rueda, rueda
4. Con desplazamiento (ambos lados, matarilerilerile)
5. Audición (pío pío pío, dicen los pollitos)
6. Días (fiestas populares, canciones)
7. Temas diversos (partes del cuerpo, oficios, alimentos, vestidos, naturaleza, juegos, danza, la casa, animales, medios de transporte, expresión corporal, estaciones del año).Para trabajar el lenguaje musical:

- tiempo
 - ritmo
 - timbre
 - silencio
 - fuerte/suave
- Capítulo

2. COORDINACION CON OBJETOS

La Coordinación dinámica especial supone aplicar la simultaneidad de dos movimientos diferentes entre dos o más partes del cuerpo, por ejemplo la coordinación oculo-manual. *Binet* en su famosa taxonomía lo describe como: "Las facultades coordinadas son actividades en las que intervienen dos o más aptitudes perceptivas o motoras.

Este subtipo se relaciona principalmente con las facultades coordinadas ojo-mano y ojo-pie. Las actividades que evidencian que el alumno ha adquirido la capacidad para coordinar dos o más aptitudes perceptivas, puede comprobarse cuando el niño pone en la práctica ejercicios como coger una pelota, lanzarla, chutarla...

En todos estos casos se incluye la capacidad para distinguir entre figura y fondo y para coordinar un objeto apreciado por la vista y el movimiento manipulativo de la presión". (*Binet*, A. 1981: 60).

"Coordinación fina de la mano y los dedos. Oculo-manual: Unión del campo visual y motricidad del miembro superior implicado en el acto de la mirada. Coordina el espacio *kinestésico* y visual que llevan al desarrollo de la habilidad manual y se apoya en el eje corporal y la cintura escapular del miembro superior". (Le Boulch 1978: 181).

Dentro del campo de la motricidad global, cabe reseñar la coordinación: ojo mano, ojo pie. De la coordinación oculo-manual depende la destreza manual indispensable para el aprendizaje de la escritura. Entre los elementos que entran en la noción de habilidad y de coordinación visomanual que están unidos a toda la educación psicomotriz, existe un área específica constituida por los ejercicios de lanzar y recibir. Estas acciones son interesantes porque suponen control propio y precisión: - Los ejercicios de recepción son ejercicios típicos de adaptación sensoriomotriz: coordinación de las sensaciones visuales, táctiles, *kinestésicas*, etc. coordinación de los tiempos de reacción.

- Los ejercicios de lanzar son a la par una adaptación al esfuerzo muscular y aún más una adaptación ideomotriz, es decir, la representación mental de los gestos a hacer para conseguir el acto deseado. Todo ello deriva en un apoyo para: - La lateralización.

- Miembros superiores por el eje corporal y la cintura escapular.

- La postura.

- Independencia brazo-hombro.

A modo de resumen, podemos decir que la coordinación ojo-mano se relaciona con la aptitud del niño para escoger un objeto entre los que se le presentan y coordinar el acto de verlo con un movimiento manipulativo. Al dibujar y al copiar, el alumno mantiene un constante control visual sobre todas las reacciones motoras de su mano. Los actos de coordinación ojo-mano exigen simultáneamente la agudeza visual y el control motor. La coordinación ojo-pie se refiere a la capacidad del alumno para distinguir un objeto de los que están a su alrededor y para coordinar un objeto que ve con un movimiento de las extremidades inferiores.

En este apartado también tenemos que hablar de la disociación de movimientos. La disociación es una actividad voluntaria del individuo que consiste en mover grupos musculares, independientemente unos de otros, realizando de forma simultánea movimientos que no tienen el mismo objetivo dentro de una determinada conducta.

Ello supone: Ruptura de automatismos, buena coordinación previa, dominio del orden de sucesión,

integración en el espacio y representación mental en la acción. La disociación permite perfeccionar la motricidad global (independencia de segmentos) y la motricidad fina (diferenciación de la actividad manual y digital). Normalmente se llevan a cabo realizando movimientos que ponen en juego los diversos segmentos corporales.

d) Secuenciación de contenido

1. Coordinación fina:

- Ponerse y quitarse la ropa
- Atarse los botones, cordones de zapatos...
- Tocarse el ombligo con los índices y con los ojos cerrados
- Tocarse con el pulgar de la mano las yemas de los demás dedos

2. Global: - Botar el balón:

- Botar libremente
- Botar el balón con las dos manos libremente
- Lo mismo en movimiento
- Botar y coger el balón al segundo bote
- Con una mano libremente
- dem sin moverse
- dem andando
- dem con obstáculos
- Botar y coger tras una o dos palmadas
- dem tras un salto
- dem con un aro: botar dentro desde fuera o viceversa
- Botar siguiendo un camino o una raya con dos manos
- dem con una mano
- Lanzar:
- Lanzar el balón al aire y recogerlo como quiera
- dem con otras condiciones (sin moverse, dando una palmada...)
- olpear tras lanzar con dos manos, varias veces
- dem con una mano
- dem con la palma o con el dorso
- olpear con otras partes del cuerpo
- Con bastoncillos: lanzar- coger en posición horizontal
- dem en posición vertical
- Los dos ejercicios anteriores, tras media vuelta, etc.
- Lanzar el balón a la pared desde un (dos...) metros y recogerlo al aire
- dem para que bote dentro de un aro a un metro (2 m...) de distancia
- dem con el aro en posición vertical
- dem horizontal elevado
- Tiro al blanco desde distancias progresivas
- Global: ojo - pie:
- olpear el balón con el pie libremente
- olpear el balón con alguna direccionalidad.
- olpear el balón con direccionalidad progresivamente más precisa
- Conducir el balón
- Pasar el balón
- Driblar
- Progresión en dificultad:

- Por las características del material: tamaño, peso, textura...
- Por la distancia
- Por la naturaleza de la trayectoria
- Por la velocidad
- Por la colocación: dispersos, en orden...
- Por las características de espacio: sin/con obstáculos...

Capítulo 3. ARTES MARCIALES

El trabajo de artes marciales está pensado para niños ya más mayores, donde existe un mínimo de control corporal, trabajado en los apartados anteriores. A partir de este control mínimo intentamos favorecer el control de la fuerza y de su acción. En primer lugar, ayudamos al niño a diferenciar el concepto de lucha del de pelea. Enmarcando la lucha en un contexto lúdico pero también con reglas muy establecidas que obligan al niño a no pasar de la lucha a la pelea. Para que haya conciencia de la situación educativa de esta actividad se empieza con un saludo ritual que marca el inicio de los juegos. Este inicio supone una colocación postural y también espacial, para no interferir en el espacio intrapersonal de otra persona. Después del ritual de entrada, empezaría el núcleo de sesión donde se realizan diversos juegos de lucha tanto por parejas como en grupo. Entre otros ejemplos destacamos: - Los juegos de oposición que permiten expresar y elaborar aspectos esenciales del mundo afectivo y fantasmático. Cualquier oposición implica a la persona. El juego de oposición muscular implica la movilización de afectos y fantasías, a parte de sistemas motrices y cognitivos. La oposición del juego implica: - n poder del o, lucha por la identidad.

- n peligro, fragilidad, posibilidad de ser devorado.
- na relación privilegiada, ser cogido por el lobo.

En el ejemplo propuesto en el DVD, vemos cómo se realiza a partir de una pelota gigante y cómo todos los niños luchan por ella. También son importantes los juegos de imitación de movimientos de luchas, donde aprenden el conocimiento y control del cuerpo. En estos juegos es importante que exista una adecuada distancia entre los niños, para que no haya roces ni golpes entre ellos.

Los juegos de lucha los podemos dividir entre juegos de agarre, que permite el contacto global del cuerpo y el ajuste a un movimiento secuenciado que lleva al contrincante al desequilibrio, y los juegos de ataque o percusión donde se lanza el golpe hacia el compañero, en este bloque de actividades es muy importante el control de la acción, lo que supone un esfuerzo de autocontrol que supone controlar tanto el cuerpo como la mente y la emoción. Durante la sesión se mezclan actividades de tipo libre y espontáneo con otras más dirigidas que favorecen la capacidad y la actitud de escucha por parte del niño.

Los juegos de inmovilización también son muy importantes en la sesión ya que permiten aprender y automatizar una secuencia de movimientos que permiten dominar el propio cuerpo y el del contrincante. La sesión debe acabar con un ritual de despedida que permita a los niños alejarse física y emocionalmente de estos juegos, para que no tengan continuidad en otros contextos. Es importante que los niños salgan tranquilos de la sesión.

Capítulo 4. E PRESION CORPORAL

Este apartado supone por parte del niño un alto grado de especialización motriz, por lo que será trabajado con niños más mayores. Aquí se busca que el niño domine sus movimientos y sus expresiones favoreciendo la expresividad motriz y de sus sentimientos. El sentimiento y la emoción son estados de ánimo especialmente referidos al agrado o desagrado. Las emociones influyen en los

procesos de adaptación del sujeto en el medio, por lo que ha sido estudiado por varias escuelas de Psicología, como la humanista, la gestalt, psicodinámica, etc.

Existe un denominador común entre estos enfoques: la certeza de que la habilidad para verbalizar un estado mental (afectividad y cognición) es un componente fundamental para cambiar los comportamientos. Las emociones son una parte estandarizada del programa humano, conjunto innato de sistemas de adaptación al medio que han significado un extraordinario valor de supervivencia para la humanidad. Básicamente son impulsos que comportan reacciones automáticas.

Se han descrito la universalidad de las emociones básicas, es decir, reconocidas por personas de culturas diversas. La mayoría de los investigadores están de acuerdo en la universalidad de cuatro emociones: tristeza, alegría, ira y miedo. Los sentimientos son bloques de información integrada que incluyen valoraciones en las que uno está implicado y que predisponen a actuar de una manera u otra. Aparecen como síntesis de las informaciones que se tienen sobre las experiencias anteriores, los deseos y proyectos, el propio sistema de valores y la realidad.

Dado que en los sentimientos intervienen creencias y valores hay autores que señalan la existencia de diversidades culturales de sentimientos. Tanto las emociones como los sentimientos tienen manifestaciones físicas como el sudor, palpitaciones, temblores, dolor de estómago, rigidez o relajamiento muscular, etc.

La vida emocional de las personas se encuentra en el substrato del cerebro a partir de la cual se desarrolla la parte racional. Estas dos partes están vinculadas a través de miles de circuitos neuronales, lo que comporta que los centros emocionales influyan en gran medida sobre el funcionamiento global del cerebro y entonces el cerebro racional desarrolla un papel fundamental en el control de las emociones.

Todos tenemos sentimientos y emociones pero hemos de estar atentos a sus señales y reflexionarlos para poder comprenderlos. Por esto es necesario disponer de un lenguaje que designe los diferentes aspectos de la vida afectiva.

A finales de la Educación infantil la mayoría de niños tienen habilidad para mostrar emociones y para interpretar contextos afectivos. A esta edad, gradualmente se van descubriendo que las experiencias afectivas se pueden compartir con otros a través del lenguaje. Algunos también empiezan el camino de regulación interna de los estados afectivos a través de la auto-verbalización.

En los años de Primaria se da un desarrollo integral que relaciona vida afectiva, cognición lenguaje y comportamiento. Todos los sentimientos y las emociones son necesarios para sobrevivir y vivir con otras personas. Todos tienen su importancia y no se les puede categorizar como buenos o malos, correctos o incorrectos.

Son las conductas que tenemos a partir de nuestra vida emocional las que sí se pueden categorizar. Se trata de tener un mayor control sobre nuestras conductas. La comprensión y regulación emocional parecen ser aspectos importantes de la competencia social y del desarrollo de la personalidad y aparecen como objetivo para trabajos de prevención tanto para niños normales como para niños de riesgo. Un programa de intervención psicomotriz debe ir dirigido también a aumentar las habilidades emocionales lo que supondría tener como objetivos referenciales:

- Reducir la ansiedad y el estrés
- Aumentar la tolerancia a la frustración
- Disminuir la timidez y el retraimiento
- Comprenderse uno mismo y a los demás

- Mejorar la capacidad de resolver problemas
- Mejorar la capacidad de tomar decisiones
- Mejorar la capacidad de dar respuestas reflexivas
- Disminuir la hostilidad y la agresividad
- Disminuir los comportamientos conflictivos
- Aumentar la confianza y seguridad en el trance con los otros
- Aumentar el razonamiento moral
- Realizar acciones morales- Procedimientos básicos de actuación- Designación de las emociones
- Comprensión de las emociones
- Expresión de emociones
- Manejo de emociones
- Comunicación verbal y no verbal
- Comprensión de la diferencia entre sentimientos y conductas
- Desarrollo de habilidades del pensamiento
- Aumento del pensamiento crítico
- Captación e interpretación correcta de señales sociales
- Utilización de métodos específicos de autocontrol.

Para poder trabajar estos aspectos tan importantes del desarrollo humano, en el DVD se proponen acciones cortas, variadas y de ritmos diferentes que permiten trabajar la adaptabilidad a las situaciones nuevas. También es importante el trabajo de contrastes desde posiciones exageradas a minimalistas.

Todo este trabajo es favorecido por la actuación en grupo, que evidentemente hemos de lograr que sea cálido y acogedor para que el niño se sienta seguro en su expresión. La música y los diferentes ritmos son fundamentales en este tipo de trabajo, ya que favorece la externalización de la emoción, así como facilita el "dejarse ir".

El contraste acción - relajación en este tipo de trabajo es fundamental para poder controlar el cuerpo, el pasar de activo a pasivo y viceversa favorece la flexibilidad tanto motriz, cognitiva y afectiva. Supone adaptarnos rápidamente a los cambios, a las situaciones nuevas. Nos movemos y nos paramos. Estos cambios producen emociones que a su vez nos permiten identificar los sentimientos.

El DVD finaliza mostrando un resumen de las principales reacciones de los niños frente a estos trabajos descritos en la obra. Reacciones que pueden resumirse en inhibitorias (pasivas) y activas que a su vez se dividen en positivas y negativas, algunas de ellas debidas al temor de algunos niños frente a situaciones nuevas, por lo que es fundamental que el ambiente de trabajo en estas edades sea muy acogedor, lúdico y cálido y sobre todo que los profesionales tengan un adecuado sistema de acciones y actitudes que les permitan ajustarse al momento emocional del niño/a.

Bibliografía AJURIAGUERRA, J. y ANGELERGUES, R. (1993a). "De la Psicomotricidad al cuerpo en relación con el otro. A propósito de la obra de Henri Wallon". Psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias, nº: 45: 7-17. CLENAGHAN, A Mc y CALLAHUE, D.I. (1985). Movimientos fundamentales. Buenos Aires: Panamericana.

CORRACE, J. (1988). Las bases neurofisiológicas del movimiento. Barcelona: Paidotribo.

FONSECA, V. Da (1988b). Ontogénesis de la motricidad. Madrid: García Núñez

PIAGET, J. (1980). Biología y conocimiento. México: Siglo XXI.

PIKLER, E. (1985). Moverse en libertad. Madrid: Narcea.

NOVAK, J.; GOWIN, D. Aprendiendo a aprender. Barcelona. Martínez Roca. 1988.

MUNIÁIN, J. L. Y SERRABONA, J. (Noviembre de 2.000). "La representación verbal en Psicomotricidad de Integración". Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA (1992). Diccionario de la Lengua Española. 21 ed. Madrid: Espasa Calpe.

SERRABONA, J. (2002a) "Un programa de actuación psicomotriz". Psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias, n 70-72, 85- 96. Madrid: CITAP

SERRABONA, J. (2002b) "Los cuentos vivenciados". Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales. Mayo 2002

SERRABONA, J. (2001). "La psicomotricidad dentro del marco educativo". Primer Congreso estatal de psicomotricidad. Barcelona

VIGOTSKY, L.S. El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona. Alianza.1999.

PIAGET, J. (1981). La evolución psicológica del niño. Barcelona: Alianza.

WELLS, L. SERRABONA, J. (2003). Visualizaciones que ayudan a los niños RBA. Integral. Barcelona. Autor: Joaquim Serrabona i Mas.

Doctor en Psicología y Máster en Investigación Psicológica. Psicología y Máster en Investigación Psicológica. Formación en Práctica psicomotriz. Terapeuta familiar. Experiencia laboral en numerosas entidades en torno a la psicomotricidad, reeducación y formación. Profesor en la Universidad Internacional de Cataluña en la asignatura: "Desarrollo psicomotriz del niño", profesor en la Universitat Abat Oliba en la asignatura "Psicología de la educación" y en la Universitat Ramon Llull, además de coordinador y docente del curso de postgrado "Especialista en psicomotricidad" y "Terapia psicomotriz" del programa de Formación Continuada de la misma universidad.