



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

APORTACIONES DE LA EDUCACION FISICA
AL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO
DE PREESCOLAR

MA. EUGENIA RAMOS ZAMORA

PIEDRAS NEGRAS, COAH., 1994



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

UNIDAD
SEAB

053

02 OCT. 1998

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA



APORTACIONES DE LA EDUCACION FISICA
AL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO
DE PREESCOLAR

MA. EUGENIA RAMOS ZAMORA

TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL
TITULO DE LICENCIADO EN EDUCACION
PREESCOLAR

PIEDRAS NEGRAS, COAH., 1994

unidad

053

UN
UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

Aportaciones de la educación física
al desarrollo integral del niño
de preescolar

MA. EUGENIA RAMOS ZAMORA

Tesis presentada para obtener el Título de
Licenciado en Educación Preescolar

Piedras Negras, Coah.

MEM 28/1/98

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Piedras Negras, Coahuila., a 17 de Noviembre de 1994.

C. PROFRA.
MA. EUGENIA RAMOS ZAMORA
P r e s e n t e:

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado:

"Aportaciones de la educación física al desarrollo integral del niño de preescolar",

opción Investigación Documental, a propuesta del asesor C.- Profr. Mauro Martínez Guel, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se les autoriza a presentar su examen profesional.

A t e n t a m e n t e
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

PROFR. MANUEL J. VILLALOBOS MALDONADO
Presidente de la Comisión de Titulación
de la Unidad UPN-053



S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD 053
PIEDRAS NEGRAS

A mis padres y hermanos,
gracias por ayudarme ca
da día a cruzar con fir
meza el camino a la su-
peraciòn.

A mis profesores y compa-
ñeros gracias por brindarar
me su apoyo y comprensiòn
a lo largo de mi carrera.

A todos y cada uno de -
mis amigos que en todo
momento me alentaron.

TABLA DE CONTENIDOS

	Pàgina
PORTADILLA	I
DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION	II
DEDICATORIA	III
TABLA DE CONTENIDOS	IV
INTRODUCCION	1
CAPITULO I	4
DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO	4
A. Planteamiento del problema	4
B. Justificaciòn	5
C. Delimitaciòn del problema	7
D. Objetivos	8
E. Marco institucional y contextual	9
CAPITULO II	11
MARCO TEORICO CONCEPTUAL	11
A. La educaciòn fìsica como objeto de estudio en la educaciòn preescolar	11
1. Concepto	11
2. Antecedentes	12
3. Objetivos de la educaciòn fìsica	14

4.	Ramas de la educaciòn fìsica para alcan- zar los objetivos de la misma en prees- colar	15
a.	Gimnasia	16
b.	Juegos y predeportes	17
c.	Deportes	17
B.	Los aspectos que pretende desarrollar la -- educaciòn fìsica en el nivel preescolar	18
1.	Nociòn corporal	19
2.	Ubicaciòn espacio temporal	20
3.	Estimulaciòn del eje corporal	23
4.	Lateralidad	24
5.	Equilibrio corporal	25
6.	Coordinaciòn motora general	26
a.	Motora gruesa	26
b.	Motora fina	26
C.	La educaciòn fìsica en el jardìn de niños	28
1.	Objetivos principales de la educaciòn fì- sica preescolar	28
a.	Protecciòn y conservaciòn de la salud	28
b.	Desarrollo de habilidades, destrezas, equilibrio y coordinaciòn	29
c.	Desarrollo de la imaginaciòn, la ca- pacidad creadora y la percepciòn es- tètica	30

D.	Actividades complementarias que auxilian en el logro de los objetivos de la educaciòn - fìsica	31
1.	Protecciòn y conservaciòn de la salud	31
a.	Actividades de alimentaciòn	31
b.	Actividades de higiene	32
c.	Actividades de calentamiento, respiraciòn y descanso del cuerpo en las actividades de educaciòn fìsica	33
d.	Actividades de postura	34
2.	Desarrollo de habilidades, destrezas, -- equilibrio y coordinaciòn	35
a.	Actividades para el reconocimiento - de la segmentaciòn	35
b.	Actividades para el logro del conoci <u>m</u> iento de la situaciòn espacio-cor--poral	36
c.	Actividades de desplazamiento	37
d.	Actividades de ejecuciòn de movimien <u>t</u> os fìsicos que permiten un desarro- llo segmentario de las partes del -- cuerpo	38
3.	Desarrollo de la imaginaciòn, la capaci- dad creadora y la percepciòn estètica	40
a.	Actividades rìtmicas	40

E.	El niño de edad preescolar desde el punto - de vista psicogenético	42
1.	Características del niño preoperatorio	43
2.	Dimensiones del desarrollo del niño -- preescolar	45
a.	Afectiva	46
b.	Social	47
c.	Intelectual	48
d.	Física	50
CAPITULO III		51
A.	Contenidos programáticos de la educación -- preescolar	51
1.	Fundamentación metodológica-programática	51
a.	El enfoque psicogenético	52
b.	Metodología del programa	54
B.	Integración de las actividades de educación física en el trabajo por proyectos	57
1.	Beneficios que adquiere el niño con las actividades de educación física	58
C.	Papel del docente preescolar en la práctica de la educación física	60
D.	Recursos didácticos de la educación física	62
E.	El juego como instrumento principal en las actividades de educación física en el nivel preescolar	64

	Página
1. Tipos de juegos	66
a. Juegos libres	66
b. Juegos organizados	67
CAPITULO IV	70
CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	70
A. Conclusiones	70
B. Sugerencias	72
GLOSARIO	74
ANEXOS	76
Anexo a	77
Tabla alimenticia del niño preescolar	78
Anexo b	79
Actividades de higiene	80
Anexo c	82
Actividades de descanso	83
Anexo d	84
Actividades de postura	85
Anexo e	86
Actividades para la situación espacio-corporal	87
Anexo f	89
Juegos	90
BIBLIOGRAFIA	94

INTRODUCCION

Este trabajo de investigación documental pretende ser una aportación al esfuerzo de los docentes de preescolar que intentan elevar la calidad de la educación brindada a la niñez; el jardín de niños es y debe ser muy atractivo para los pequeños que asisten a él, aquí el niño aprende a jugar organizadamente y con una finalidad, en compañía de sus compañeros y bajo la supervisión y dirección constante del docente encargado del grupo.

En el jardín de niños, el alumno aprende a manifestar su iniciativa, a ser compartido en sus cosas, sus sentimientos y conocimientos; se le auxilia en el desarrollo adecuado de sus habilidades, ya sean innatas o adquiridas.

La finalidad primordial de esta investigación es brindar información amplia acerca de las aportaciones que la educación física aporta al desarrollo del niño preescolar, la forma en que se realiza y la frecuencia con que debe realizarse, el momento adecuado, los materiales y los objetivos que se pretenden alcanzar con su utilización.

Las actividades de educación física en el jardín de niños proporcionan al niño variadas experiencias significativas que lo

llevan a desenvolverse y apropiarse del medio natural, social y cultural que lo envuelve.

Los resultados de una pràctica adecuada y contìnua ayuda - al alumno a estructurar y desarrollar un aspecto fìsico saludable y armònico con su desarrollo intelectual, social y afectivo constituyendose con ello un desarrollo integral de sus facultades y dando con ello respuesta a los objetivos primordiales del programa de educaciòn preescolar.

El contenido de la investigaciòn se organiza en cuatro capìtulos en los que se señalan aspectos importantes como: los antecedentes històricos de la educaciòn fìsica en el nivel preescolar, su finalidad y objetivos que se persiguen con su utilizaciòn, el papel del docente, la metodologìa utilizada, las actividades primordiales, el tiempo utilizado y sobre todo los beneficios que el niño preescolar obtendrà al practicarla.

En el primer capìtulo se describe en forma explìcita el -- porquè se considera necesario un estudio y una investigaciòn -- profunda acerca de la educaciòn fìsica, se justifica el porquè es considerado como problema y tambièn se marcan objetivos que se pretenden alcanzar con la investigaciòn; se marcan los lìmìtes de la investigaciòn preeviendo las situaciones que no infieran en èste nivel educativo.

Posteriormente se hace referencia a los conceptos e infor-

mación de la educación física enfocándola al jardín de niños, - destacando el respeto hacia las características y necesidades - de cada niño, se presenta un enfoque teórico fundamentado en la teoría psicogenética de Jean Piaget, y la metodología utilizada en el jardín de niños, así como el papel del docente en el desarrollo de las actividades físicas, aporta un amplio panorama -- acerca de algunas actividades que involucran a la educación física dentro de la educación preescolar.

También se incluyen algunas ideas y ejemplos para adecuar momentos y materiales propicios para realizar ejercicios propios de la educación física. En esta investigación se brindan algunas conclusiones y sugerencias con la finalidad de que los docentes preescolares que laboran en instituciones donde no -- existe un profesor especializado en el área de educación física no dejen de lado la misma.

CAPITULO I

DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO

A. Planteamiento del problema

A lo largo de la experiencia adquirida como docente preescolar he observado que la mayoría de los profesores no hacemos uso frecuente de la educación física, entendiéndose esto como un rechazo por parte del docente, o restándole importancia a todos los beneficios que a través de ella se pueden obtener; esta problemática se observa con más frecuencia en los jardines de niños que no cuentan con una persona especializada en el área, pues cuando sí existe él es el encargado de las actividades, y el docente del grupo solo se concreta a participar y auxiliar en lo referente a la conducta del alumno.

En los jardines de niños donde no existe profesor de educación física con frecuencia se observa poco interés al respecto y se percibe una educación caracterizada principalmente por darse dentro del aula donde el niño permanece sentado o con la libertad de desplazarse solamente dentro del salón, el conocimiento se da mediante diálogos y manipulaciones que posiblemente pueden enriquecer sus experiencias y las de sus compañeros, el

niño confronta y llega a conclusiones que verifican a través de visitas en las que observa, cuestiona, formula y verifica sus hipótesis pero muy contadas ocasiones se les observa jugando al aire libre, jugando en las áreas verdes dentro del horario de clases o bien realizando actividades propias de la educación física; este tipo de actividades solo se percibe cuando esta cercana la fecha de alguna miniolimpiada, matrogimnasia, demostración de rondas, tablas rítmicas o cuando se acerca la fecha de algún desfile al que se les ha invitado a participar, y solo se ensaya a los pocos alumnos que participaran en el evento.

Al plantear esta problemática pretendo recalcar la poca importancia que los docentes dan a la educación física, por lo que reflexionando en este aspecto me he decidido a realizar la presente investigación con la finalidad de ampliar y profundizar en el tema, buscando con ello que a través de la información bibliográfica, de las sugerencias y del material recopilado en ella, el manejo de la educación física sea frecuente y se utilice como uno de los mejores instrumentos de la educación que busca y pretende un desarrollo integral.

B. Justificación

Con esta investigación pretendo indagar el porqué se le ha restado importancia a la educación física y en ocasiones dejado en el olvido, siendo que es una actividad que se puede realizar en grupo y que brinda amplios beneficios y da grandes aportacioo

nes para el enriquecimiento y mantenimiento de la salud física, mental y afectiva del niño preescolar.

La educación física esta incluida en todas las acciones -- del sujeto, cualquiera que sea la naturaleza de su actuar, re-- fleja sus ideas, sentimientos, inquietudes y pensamientos. Es - un elemento que permite hacer evidentes todos los procesos in-- ternos de maduración y desarrollo, ayuda a adquirir hábitos y - cualidades motrices para el aumento de la capacidad de trabajo del organismo y una mejor adaptación a las exigencias de la - - acción educativa.

El interés para indagar al respecto surgió a consecuencia de darme cuenta que actualmente existe gran cantidad de alumnos que egresan del jardín de niños que no han alcanzado una maduración adecuada que los capacite para su ingreso a la escuela primaria, por lo que al llegar ahí enfrentan serios problemas en - lo que se refiere a su coordinación motora fina, existen tam- - bién algunos que no han definido su lateralidad, que no están - conscientes de ciertas posturas que adoptan y que malforman su sistema óseo, existen también algunos que no logran ser con- - scientes y controlar sus necesidades alimenticias, y algunas -- otras.

Tratando de dar solución a este problema he indagado y lle

gado a la conclusión de que la educación física reúne actividades que darían solución a este tipo de problemas o cuando menos ser un auxiliar en su desarrollo.

C. Delimitación del problema

El planteamiento de la problemática de esta investigación deja entrever la falta de interés del docente en la utilización de las actividades físicas; por lo que se trata de brindar y recabar información de los aspectos más importantes de la educación física que atañen a la educación preescolar, ciclo que se considera como la edad apropiada para facilitar y promover el conocimiento y desarrollo global de las potencialidades del niño de edad preescolar.

Es importante que la educación preescolar se auxilie de la educación física porque ésta promueve la ejecución de acciones corporales que incrementan el desarrollo de las habilidades motrices simples y complejas, permite al niño encontrar diversas modalidades de expresión e interacción con el medio que lo rodea. La mejor solución a esta problemática se considera que es el logro de conscientización a los docentes preescolares de las aportaciones que la educación física aporta a los alumnos, y que llegue a considerar necesario dar un tiempo en su planeación diaria para la ejecución de actividades físicas, y ampliar los recursos y materiales necesarios para su ejecución.

D. Objetivos

El presente trabajo de investigación pretende los siguientes objetivos:

Destacar la importancia de la educación física en el desarrollo integral del educando preescolar.

Resaltar la importancia de la educación física como instrumento de la educación para el logro de un cuerpo saludable.

Proporcionar al docente preescolar elementos teórico metodológicos para vincular las actividades físicas con la práctica diaria.

Hacer una revisión del programa de preescolar para conocer su fundamentación y la metodología, para orientar más adecuadamente las actividades físicas.

Analizar el papel que desempeña el juego dentro de las actividades de la educación física.

Este documento pretende brindar sugerencias de actividades propias de la educación física con ejemplos ilustrados, para -- aquellos centros educativos que no cuentan con un profesor de educación física.

E. Marco institucional y contextual

Los jardines de niños que integran el sistema estatal en el estado de Coahuila, se rigen por un programa elaborado por personal de la Dirección general de educación preescolar de la S.E.P.C.*; el programa de educación preescolar forma parte de los trabajos y propuestas elaborados para los programas emergentes de actualización del magisterio y de la reformulación de contenidos y materiales educativos, este programa esta vigente desde 1992, y esta basado principalmente en la teoría de Jean Piaget en lo que se refiere a su fundamentación psicológica.

Las aulas y el mobiliario de los jardines de niños estatales son principalmente proporcionados por C.A.P.C.E.*, generalmente son adecuados a las necesidades del niño en cuanto al tamaño y peso.

El jardín de niños donde presto mis servicios se encuentra situado en la zona centro de la Ciudad de Nava, Coahuila; cabe mencionar que es el único en la Ciudad que pertenece a lo que antiguamente se manejaba como estatal; por lo que las actividades de proyección a la comunidad, casi siempre se realizan en la Ciudad de Piedras Negras, puesto que ahí se encuentran los demás centros educativos de la zona escolar.

* SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA DE COAHUILA
* COMITE ADMINISTRADOR DEL PROGRAMA FEDERAL DE CONSTRUCCION DE ESCUELAS.

Actualmente el jardin de niños cuenta con tres aulas, una direcciòn, dos sanitarios y una bodega de usos múltiples. En lo que se refiere al àrea de recreo se cuenta con un chapoteadero, un arenero, una cancha de usos múltiples y un juego mecànico -- (canasta y columpios), en tèrminos generales considero que en lo referente al patio y àreas verdes, el jardin se encuentra -- descuidado, las àreas verdes se encuentran llenas de chancaqui-llas que alcanzan a madurar por no ser cortadas oportunamente, por lo que es un impedimento para utilizar dichas àreas pues se corre el riesgo de espinarse; el arenero no cuenta con arena -- por lo que no se utiliza màs que como asiento para comer el lonche. Existe poco espacio en buenas condiciones pero que carece por completo de sombras.

Incluyo en esta investigaciòn una descripciòn del jardin de niños donde trabajo con la finalidad de proporcionar un panorama real del lugar donde he observado que existe muy poco interès por las actividades de educaciòn fìsica; mas no porque la presente sea una investigaciòn de campo.

CAPITULO II

MARCO TEORICO CONCEPTUAL

A. La educación física como objeto de estudio en la educación preescolar

1. Concepto

La educación física puede considerarse como un aspecto de la educación general y que, por tanto no puede separarse o verse en forma aislada, sino que está integrada en la educación intelectual, estética, moral, cívica y profesional.

La educación física atiende principalmente el aspecto corporal del hombre, pretendiendo el desarrollo y perfeccionamiento de las cualidades naturales sin olvidar la relación que establece con el medio ambiente y que infieren en la formación general del individuo y sobre todo en su formación física.

Los medios propios de la educación física son los ejercicios y movimientos que tienen como consecuencia una base científica.

La educaciòn fìsica es aquella parte de la actividad que desarrollando por medio de movimientos voluntarios y precisos la esfera fisiològica, psiquica, moral y social, mejora el potencial temperamental, refuerza y educa el caràcter, contribuyendo durante la edad evolutiva a la formaciòn de una mejor personalidad del futuro hombre. (1)

2. Antecedentes

Para reconocer la historia de la educaciòn fìsica hay que buscar desde el inicio de la vida del hombre, es claro que el medio ambiente condiciona las formas de cultura y consecuentemente la evoluciòn de los fines de la educaciòn fìsica; para poder subsistir en el medio primitivo el hombre debiò tener un cuerpo robusto con grandes habilidades fìsicas y aptitudes sensoriales muy desarrolladas.

Buscando un antecedente propiamente de la evoluciòn de la educaciòn fìsica, se ha llegado a concluir que esta evoluciòn va paralelamente al conocimiento humano; cuando se asentaron las civilizaciones y aparecieron las diversas formas de educaciòn, y en la evoluciòn polìtica, econòmica, religiosa, artìstica; la educaciòn toma lineamientos especìficos, hasta que la educaciòn fìsica logra el desarrollo de su propio campo; en su proceso històrico la educaciòn fìsica cultiva diversas disciplinas, en las que descubre que la base de dicha educaciòn serà la

(1) Enciclopedia Tècnica de la educaciòn. Educaciòn fìsica, artìstica y tiempo libre, el material didàctico. V.5. Madrid, Ed. Santillana, 1975. p. 17

gimnasia. Fuè en China antes de Cristo donde la fìsica se diò - en forma organizada y posteriormente los griegos lograron una - verdadera educaciòn del cuerpo, creando escuelas para impartir su educaciòn.

El principio de gimnasia educativa, sirviò para iniciar en los programas de educaciòn preescolar la educaciòn fìsica.

La etapa educativa debe lograr que los ejercicios que realizan los niños sean equilibrados y que no desarrollen una fuerte tensiòn muscular que los obligue a llegar a un lìmite agotador con la idea de que entren en acciòn el mayor nùmero de mùsculos del cuerpo.

En la escuela, la educaciòn fìsica es de gran importancia si se otorga en forma organizada con actividades que ayuden en el aprendizaje en general. El juego ha sido incluido en la educaciòn fìsica por los pegagògos de la escuela de Claparede.

Paulatinamente, en el transcurso de la historia, el juego ha cobrado valor como ùnico mecio de la educaciòn fìsica, sin embargo; los estudiosos han comprendido que sin negar su incalculable valor, el juego no es la ùnica opciòn y solo serà una rama de la educaciòn fìsica.

El juego en la educaciòn fìsica ha tenido diversos usos: - algunos lo han utilizado con la ùnica finalidad de formar con--

ductas colectivas, la formación del sentido de equipos, otros -- como simple complemento de la educación física o actividades -- de entrenamiento. La escuela francesa es quien ha estimado el -- juego cada vez más seriamente, particularmente para los niños -- mas pequeños para los cuales ha adoptado la forma de una suce-- sión del juego, con el nombre de lección cuento.

En este proceso histórico de la educación física los pro-- gramas de educación preescolar se han estructurado, de hecho -- han considerado importante integrar en los contenidos guías di-- dáticas sobre la educación física, cuyo propósito es el mejor desarrollo del individuo.

3. Objetivos de la educación física

La educación física posee objetivos que son la meta a la -- que se pretende llegar, tienen como finalidad evitar desviacio-- nes en el proceso educativo de esta área, los objetivos se ex-- presan en (Figura No. 1).

Los objetivos se establecen considerando que el hombre de-- be ser educado en el desarrollo de sus capacidades y no solamen-- te recibir adiestramiento corporal, para lo cual involucra a la persona en sí y no solamente al cuerpo, enriquece a la persona por medio de la vivencia del propio cuerpo.

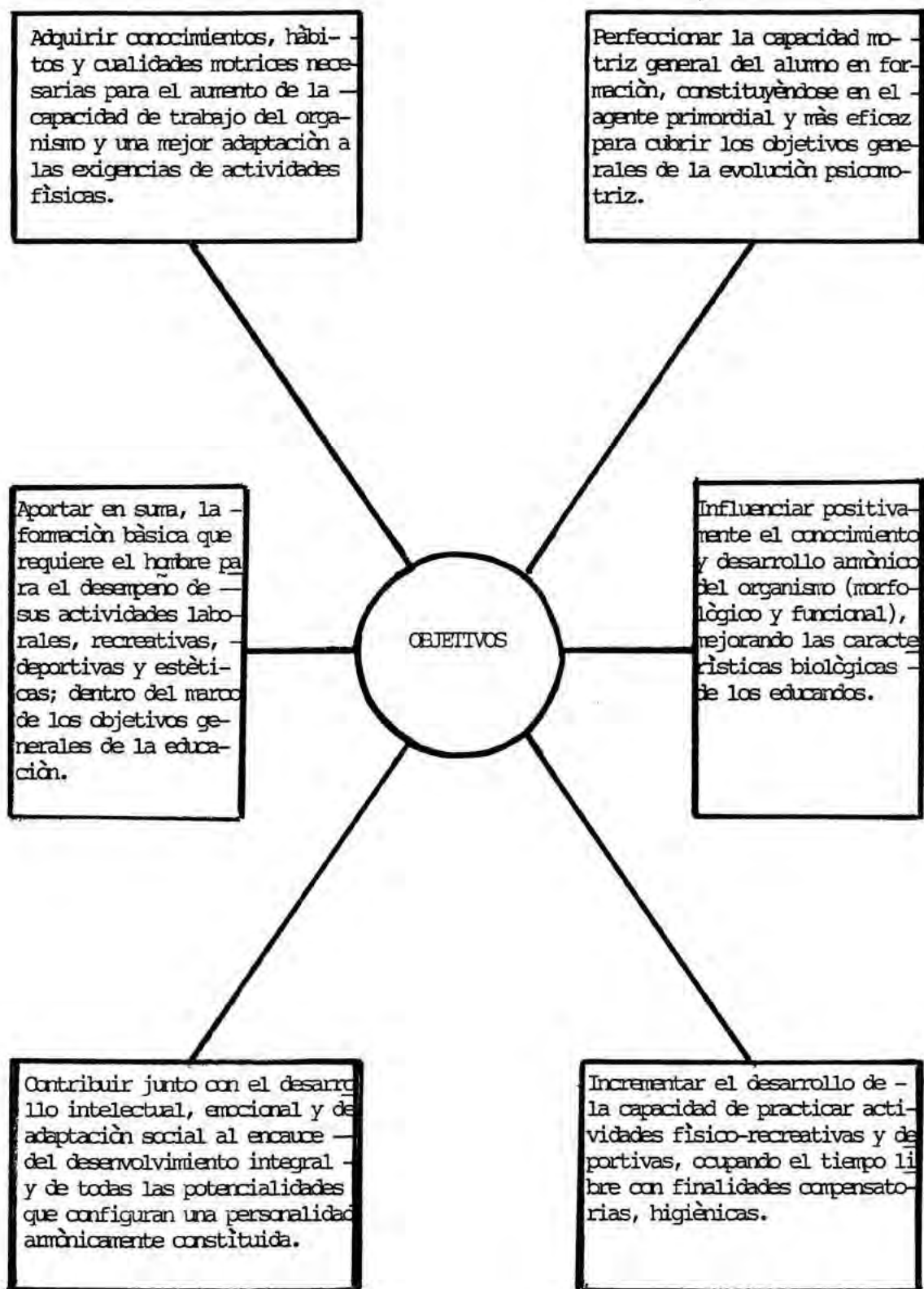


Figura No. 1

Objetivos generales de la educación física

4. Ramas de la educación física para alcanzar los objetivos de la misma en preescolar

La educación física tiene tres ramas fundamentales que aunque se estudian por separado, cada una de ellas con su utilización conjunta y armónica dará mejores resultados a los que la practican.

Las tres ramas fundamentales de la educación física son -- las siguientes: gimnasia, juegos y predeportes, deportes.

a. Gimnasia

La gimnasia es el conjunto de ejercicios metódicos y progresivos que intentan influir favorablemente en la formación física del individuo, dotándole de mayor flexibilidad y desarrollo muscular. Busca también mantener la forma física del sujeto el mayor tiempo posible e influir sobre las cualidades morales.

La gimnasia educativa es el primer paso en la educación física de niños cuyos reflejos y habilidades motrices están en período de formación, por lo que debe tenerse en cuenta las características anatómico-funcionales de los niños. Los sistemas que más se adaptan a los niños menores de seis años son la gimnasia natural, la gimnasia sueca y la gimnasia rítmica. Para los niños preescolares la clase de gimnasia debe ser adaptada, graduada, cotidiana, suave y sin violencia, equilibrada, lúdica.

b. Juegos y predeportes

El juego ocupa gran parte de la actividad del niño, es el ejercicio natural de la infancia y tiene gran valor formativo; nace espontáneamente y proporciona un enorme placer al niño, -- constituyéndose así en un tónico físico y mental difícil de sustituir. El juego es un poderoso instrumento auxiliar siempre y cuando sea considerado y aplicado según la edad de los participantes, con la finalidad de brindar el juego adecuado y tener en cuenta la duración que tendrá.

Los predeportes sirven para sustituir las prácticas deportivas y consisten en juegos de competición adecuados a cortas edades donde se observa la participación constante del profesor; sirven de iniciación al deporte puesto que familiarizan a los sujetos con las características de las competiciones deportivas pero sin olvidar el riesgo que éstas implican.

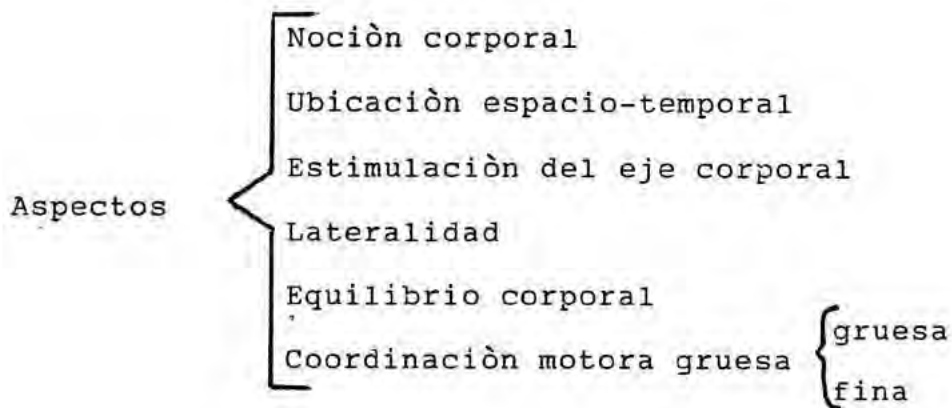
c. Deportes

Los deportes se caracterizan por su actividad muscular en la lucha que supone riesgo, cierto placer y una progresión o -- victoria. Las prácticas deportivas pueden ser amateur o profesional. Los deportes pueden ser practicados en forma individual o colectivos, y quienes los practican deben tener ciertas condiciones como: buena forma física (centrada sobre todo en los músculos, huesos, articulaciones, pulmones, corazón y sistema ner-

vioso), tècnica (para ayudar a que los movimientos corporales - se realicen con mayor perfección y economía de esfuerzo), tàctica (es importante pues con ella se pretende señalar la forma -- màs adecuada de llevar a cabo la defensa o ataque contra el adversario).

B. Los aspectos que pretende desarrollar la educaciòn fìsica en el nivel preescolar

La educaciòn fìsica preescolar pretende desarrollar en el niño ciertos aspectos que en conjunto brindan un desarrollo integral y armònico, estos aspectos se mencionan en el (Cuadro -- No. 1).



Cuadro No. 1

Aspectos a desarrollar mediante la educaciòn fìsica.

1. Noción corporal

A través del cuerpo el hombre percibe el mundo exterior y por medio de el adquiere pleno conocimiento de las partes que lo forman, la localización de las mismas y la función que desempeña cada uno de sus segmentos (Ver Figura No. 1).

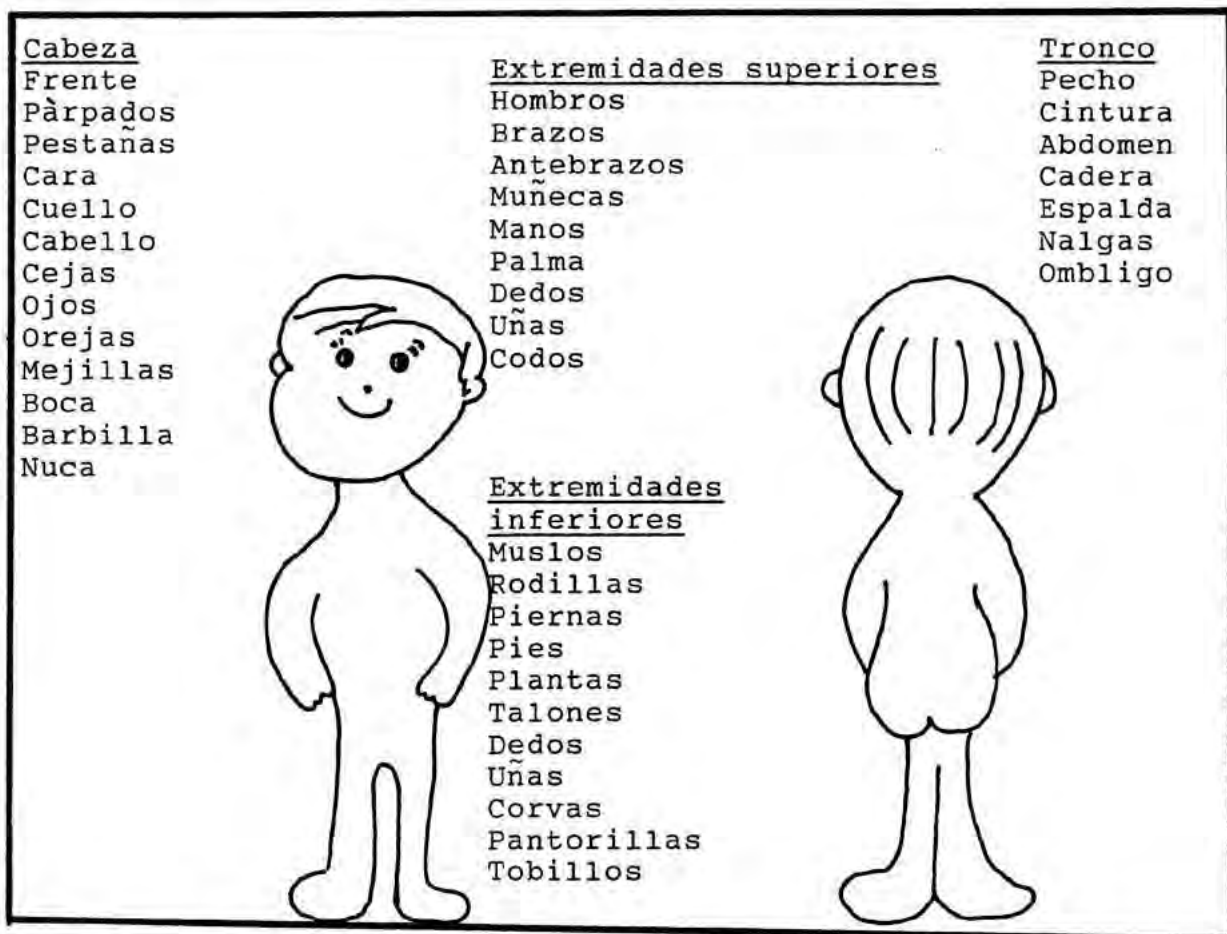


Figura No.1

Noción corporal

El esquema corporal o imàgen del cuerpo puede definirse como intuición global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, ya sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la integración de sus partes y sobre todo en su relación con el es-

pacio y los objetos que nos rodean.

La importancia de fortalecer en el niño el conocimiento e identificación de su cuerpo no solo facilita el proceso de adquisición de autonomía y de seguridad -- emocional, ya que si a esto añade el conocimiento de su funcionamiento se propicia que el niño identifique sus posibilidades y límites de acción. (2).

Es importante que el niño conozca a través de la práctica educativa las funciones de cada una de las partes del cuerpo, -- así como el cuidado cotidiano que requiere, ponderando los beneficios que esto implica tanto en forma individual como social.

2. Ubicación espacio temporal

El niño como ser humano necesita conocer el medio en que -- se desarrolla, él se mueve en el espacio y necesita situarse en el mundo en que vive. El conocimiento del propio cuerpo y la -- imàgen del mundo exterior se estructura y varìa en forma conjunta. Desde el punto de vista psicogenético, la estructuración -- del espacio en el niño indica que primero se construyen las estructuras topològicas de particiòn de orden (pròximo, separado, abierto, cerrado, dentro, fuera, ordenamiento en el espacio en forma lineal, bidimensional y tridimensional) que a partir de --

(2) SUBSECRETARIA DE EDUCACION BASICA. Educaciòn para la salud en el nivel preescolar.Mèxico, 1993. 68 p.

esas estructuras base, proceden las estructuras proyectivas (la perspectiva elemental, la proyección de las rectas unidas a la - dirección de la vista etc.), y las estructuras euclidianas (conservación de la forma, de las distancias, la métrica). La noción espacial es el conocimiento o idea que tiene una persona de su - situación en un lugar o en su relación con objetos y otras perso- nas. (Ver Figura No. 2)

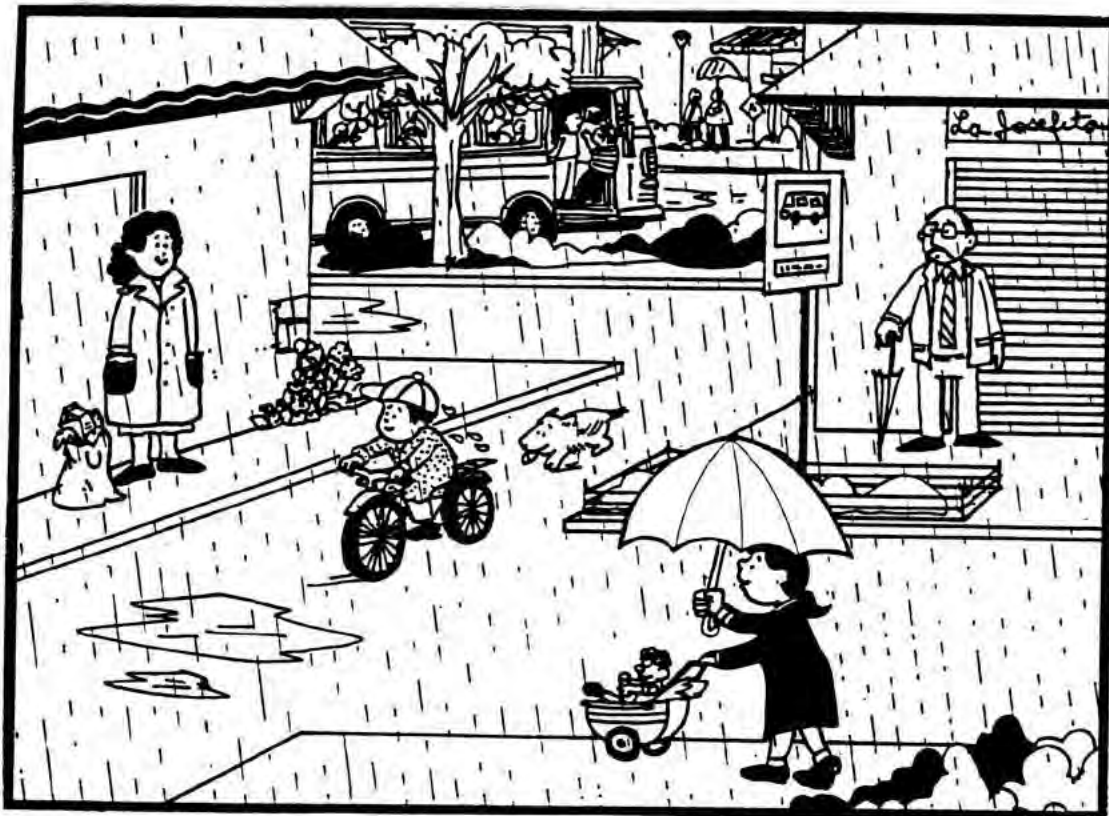


Figura No. 2

Ubicación espacio temporal

La noción temporal no se percibe propiamente con los sentidos, sino que se estructura a partir de las percepciones auditivas, táctiles y quinèstésicas básicamente y se traduce en las primeras etapas de movimiento, llegando a la conceptualización después de los siete años. El tiempo es más abstracto e inflexible que el espacio, pues mientras el espacio tiene dos sectores: hacia adelante y hacia atrás, en cambio el tiempo no se percibe con sus unidades, el niño trata de comprender el tiempo ubicando acontecimientos entre sus actividades diarias. (Ver Figura No. 3)

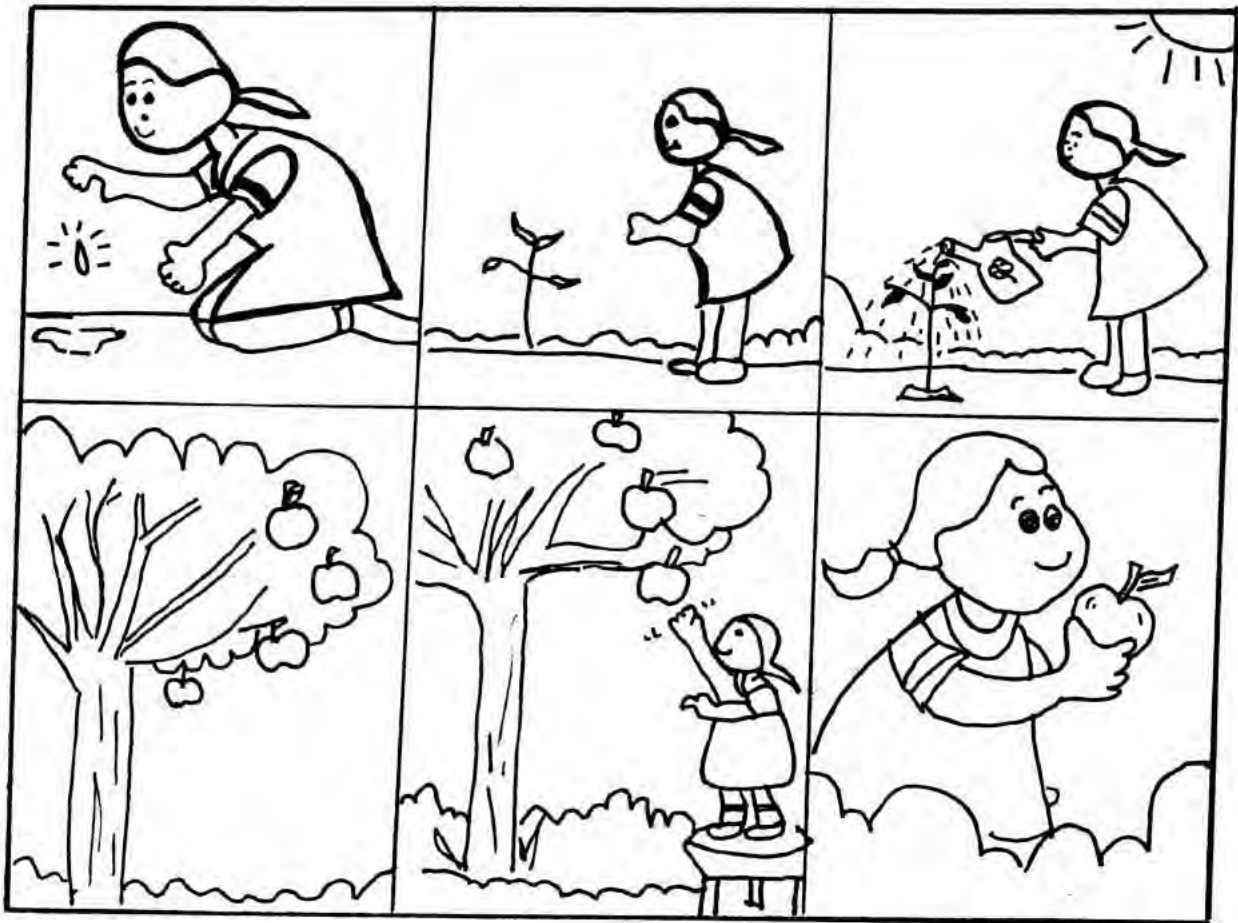


Figura No. 3

Noción temporal

3. Estimulación del eje corporal

Durante los primeros años de vida el niño delimita su propio cuerpo al mundo de los objetos; conforme se afirma la toma de conciencia de las distintas partes del cuerpo, mejora la disponibilidad global de éstas como conjunto organizado, permitiendo siempre sin perder la actitud global del cuerpo localizar todo desplazamiento segmentario con exactitud cada vez mayor, es decir que puede lograr independencia de sus extremidades superiores con respecto a su eje corporal y muy especialmente con respecto a su eje corporal y muy especialmente con respecto a su eje corporal y muy especialmente con respecto a la cintura escapular, logra independencia de sus extremidades inferiores con respecto a la pelvis que en posición de pie será solidaria con el tronco. (Ver Figura No. 4)

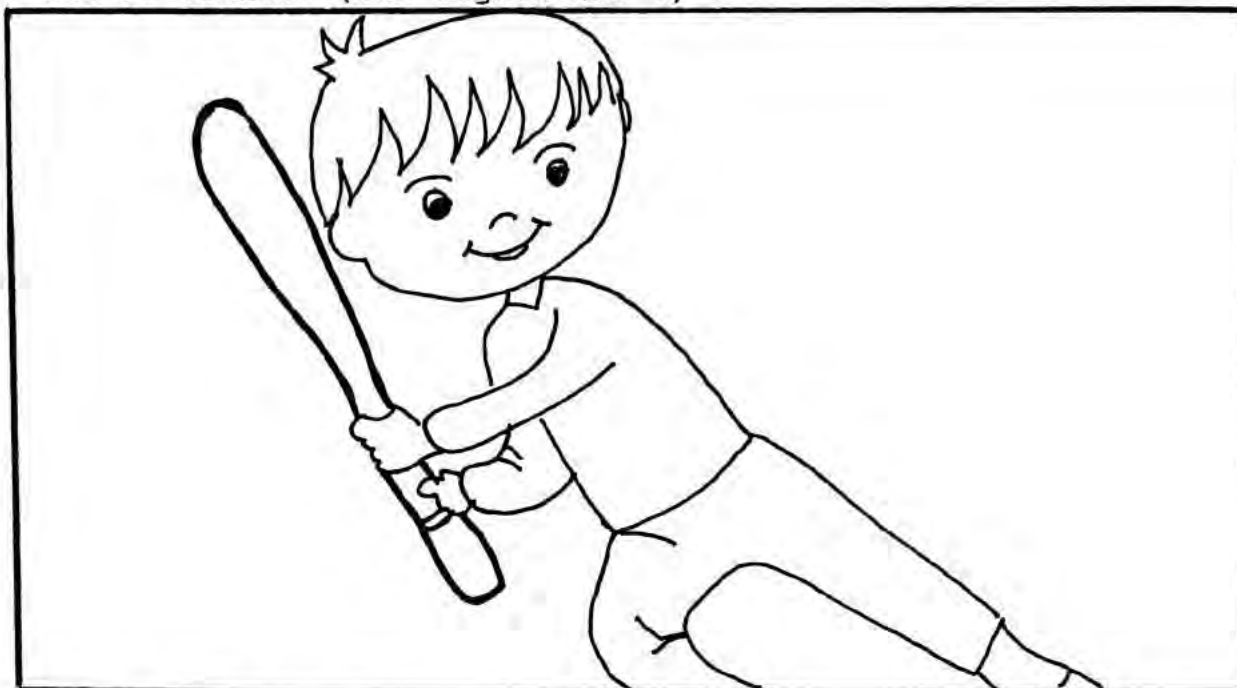


Figura No. 4

4. Lateralidad

La lateralidad es la expresión del predominio motor relacionado con las partes del cuerpo que integran sus mitades derecha e izquierda, predominio que a su vez se vincula con la aceleración del proceso de maduración de los centros sensorio motores de uno de los hemisferios cerebrales, este aspecto reviste capital importancia para el niño de edad preescolar, lo que motiva una atención especial en la educación física que brinda -- ayuda para resolver problemas en la definición del lado dominante del niño y la adquisición del concepto derecha, izquierda. El objetivo de la lateralidad no es el de enseñar al niño a colocar sus miembros en posiciones codificadas, sino en condiciones de disponer de él a su voluntad diferenciando el predominio de su lateralidad que se afirmará en forma gradual. (Ver Figura No. 5)

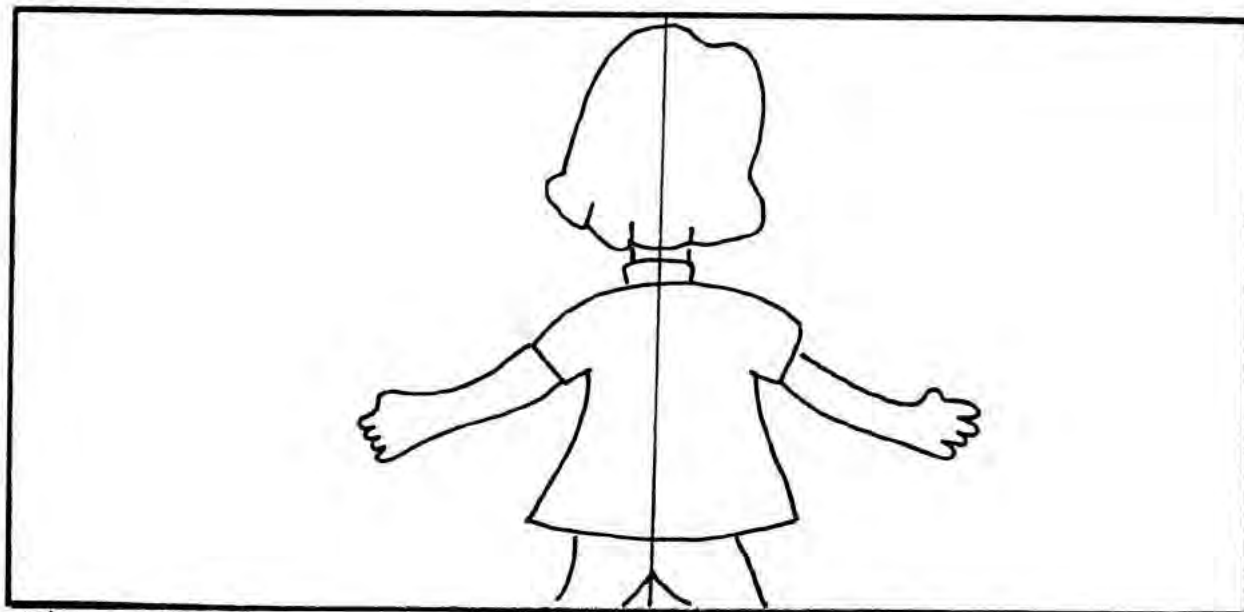


Figura No. 5

Lateralidad

5. Equilibrio corporal

El equilibrio corporal es un aspecto de la educación del - esquema corporal y condiciona las aptitudes del niño frente al mundo exterior, los elementos que concurren en él utilizan evidentemente las referencias aportadas por el diálogo técnico y - el juego corporal, constituyendo el lazo de unión entre la conciencia del propio cuerpo y la acción; este aspecto pretende -- formar en el niño hábitos, posturas equilibradas y estables tanto en situaciones activas como estáticas. Los niños deberán encontrar en sí mismos los apoyos segmentarios para dominar las - situaciones, expresar lo que vive y lo que comprueba. (Ver Figura No. 6)

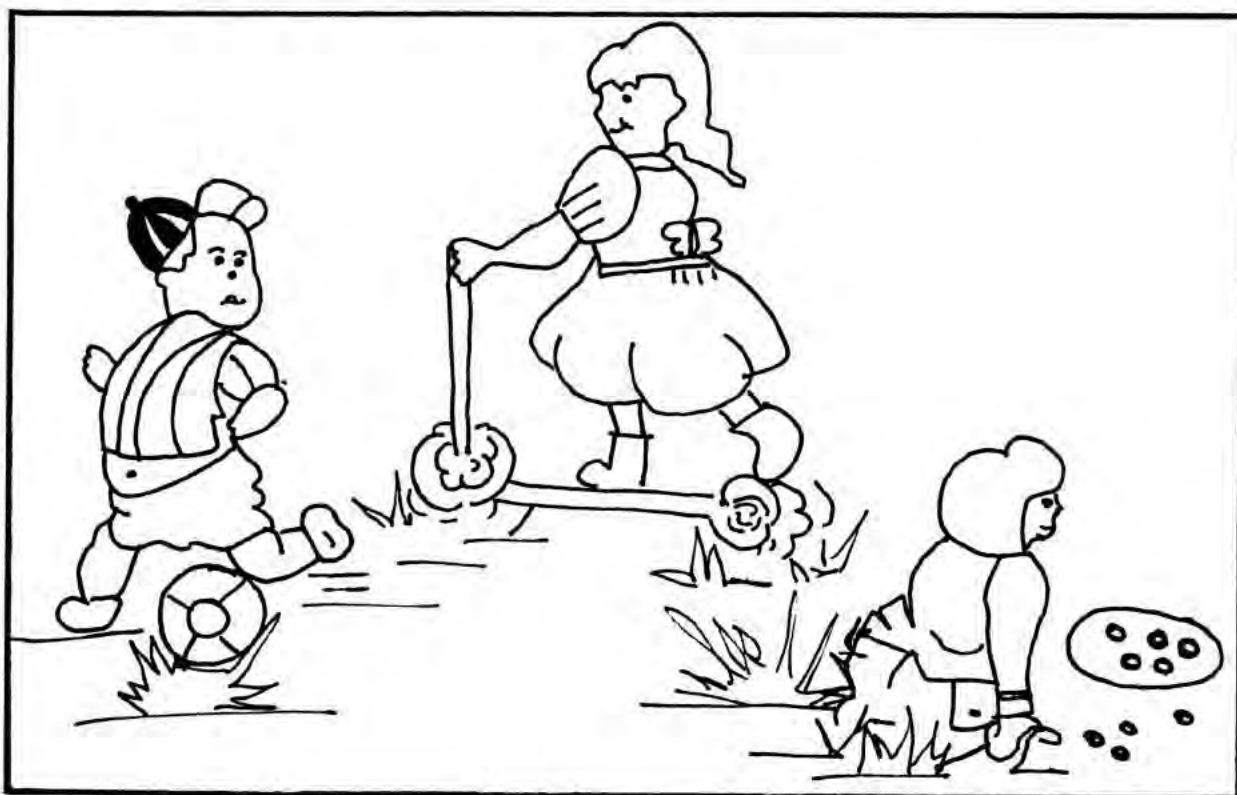


Figura No. 6

Equilibrio corporal

6. Coordinación motora general

La habilidad motora es la aptitud del individuo para controlar la fuerza, seguridad, ritmo y magnitud de sus coordinaciones para producir esquemas en el espacio, el tiempo y en la relación con herramientas e instrumentos; cada movimiento se caracteriza por su ritmo; las aptitudes o capacidades son representadas en coordinaciones espaciales y temporales de los movimientos que lo componen. Los rasgos básicos de la secuencia motora tienen carácter madurativo, ya que dependen de la maduración de las partes de su cuerpo, las que van madurando gradualmente ya sea desde los movimientos gruesos hasta los más finos.

a. Motora gruesa

La coordinación motora gruesa se refiere al desarrollo de los movimientos básicos en los que opera la totalidad del cuerpo, el movimiento pone en acción las grandes masas musculares. (Ver Figura No. 7)

b. Motora fina

Esta coordinación se refiere principalmente a la coordinación ojo-mano y el control muscular para imprimir la tensión, la prensión y la dirección; se apoya en la coordinación sensorio-motriz que consiste en movimientos amplios que pueden ser de distintos segmentos corporales como la pierna, pies, brazo -

ò mano, son controlados por la coordinaciòn de la vista. La --
coordinaciòn motora fina consiste en un movimiento de mayor --
precisiòn que se enriquece con la manipulaciòn de objetos y ma--
teriales diversos. (Ver Figuras No. 8)

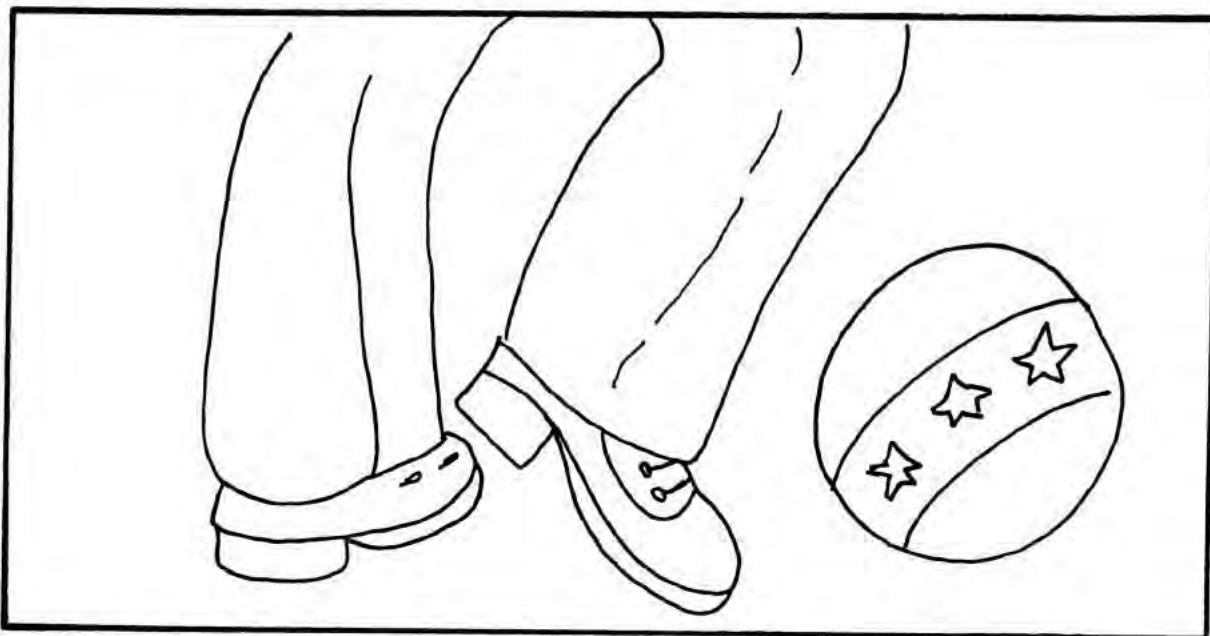


Figura No. 7

Coordinaciòn motora gruesa

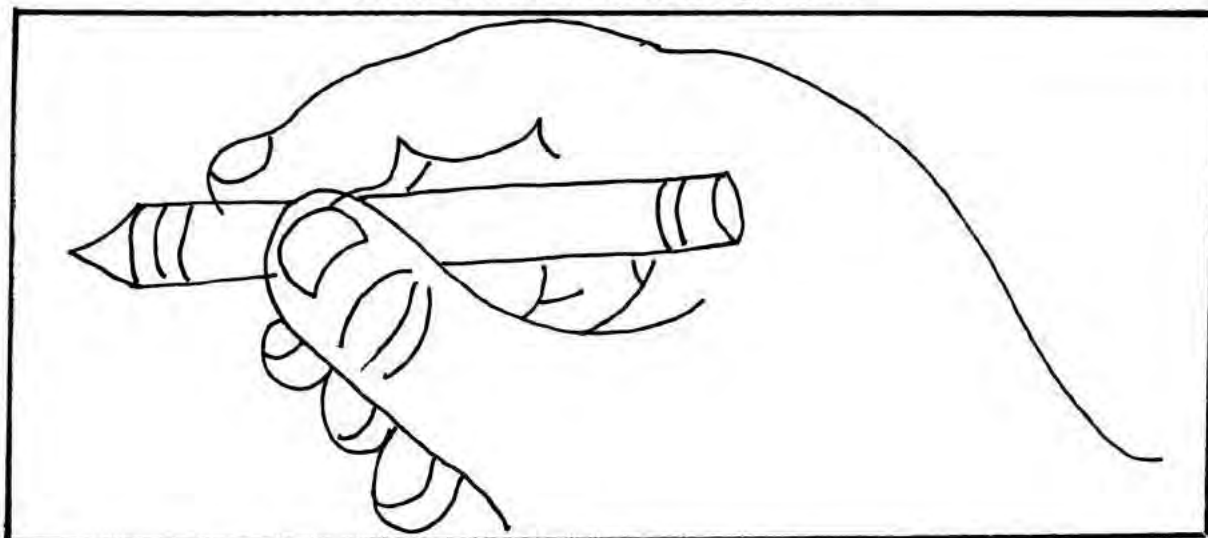


Figura No. 8

Coordinaciòn motora fina

C. La educación física en el jardín de niños

La educación física en el nivel educativo preescolar juega un papel muy importante en el desarrollo del niño y es vista como materia integrada al programa, puesto que la educación en el alumno es integral y no puede darse en forma aislada; los principales objetivos de la educación física se alcanzan mediante acercamientos del niño a la realidad que lo circunda a través de experiencias reales, le proporciona ejercicios adecuados a su edad y lo acerca a su suelo y a su tradición.

1. Objetivos principales de la educación física preescolar

En el jardín de niños la educación física es de acción y tiene como objetivos principales:

- La protección y conservación de la salud
- El desarrollo de habilidades, destrezas, equilibrio y coordinación.
- El desarrollo de la imaginación, la capacidad creadora y la percepción estética.

a. Protección y conservación de la salud

La protección y conservación de la salud en el jardín de niños pretende propiciar a partir de un conjunto de actividades sistematizadas que generen y promuevan el aprendizaje y la práctica

tica de actividades, conductas y hábitos de mejoramiento y preservación de la salud del individuo, familia y comunidad. El objetivo primordial es que el niño preescolar sea capaz de cuidar su salud, para lo cual es necesario que sepa cómo está estructurado su cuerpo, cómo funciona, cuáles son los peligros a los que está expuesto y cuáles son los cuidados que él mismo puede practicar para su bienestar personal.

En el jardín de niños, la educación física pretende alcanzar este objetivo mediante algunas actividades que complementan y permiten el desarrollo del mismo, tales son: el calentamiento, la respiración, el descanso, la postura y los hábitos de alimentación e higiene.

b. Desarrollo de habilidades, destrezas, equilibrio y coordinación

Conforme el niño va creciendo va desarrollando habilidades y destrezas que le permitirán dominar su medio ambiente y establecer sentimientos positivos sobre sí mismo, éstas se verán enriquecidas con los estímulos ambientales donde el niño crece y se desarrolla.

Paulatinamente irá enriqueciendo, refinando y ampliando sus coordinaciones motoras hasta llegar al equilibrio de su cuerpo en la realización de actividades en diferentes planos y en la adopción de diferentes posiciones en las que deberá con-

trolar sus segmentos y mantener el equilibrio.

En el jardín de niños se dan actividades que complementan este objetivo y son: actividades de segmentación, situación espacio-corporal, caminar, saltar, gatear, levantar, transportar, lanzar, girar, etc.

c. Desarrollo de la imaginación, la capacidad creadora y la percepción estética

El niño manifiesta su imaginación en la creación de algo nuevo; la actividad de la imaginación no se reduce a la representación o reproducción de imágenes conocidas, sino que las combina y enriquece con las nuevas propias. La imaginación del niño es muy rica y se observa en los juegos, relatos y dibujos que el mismo elabora en los que se observa la capacidad creadora de los niños, la cual es muy grande y suele dirigir la totalidad del curso del proceso imaginativo; la imaginación del pequeño se ve limitada en cierto grado por los conocimientos reales que no le permiten tergiversar. Para que la imaginación del pequeño se desarrolle en forma creadora es necesario formar en él un pensamiento crítico que le permita distinguir lo que le conviene y lo que no respecto a este objetivo. La percepción estética enriquecerá su imaginación y hará que el niño utilice la espontaneidad y la creación, que la enriquezca y coordine con la imitación. La estética hace que el niño haga aflorar sus mejores sentimientos y que los plasme con belleza y sensibilidad.

dad y de la misma manera logra captar el placer que esto le proporciona.

Las actividades que complementan y auxilian en el logro -- de este objetivo son las siguientes: los juegos organizados, -- las actividades rítmicas, las danzas, las rondas etc.

D. Actividades complementarias que auxilian en el logro de -- los objetivos de la educación física

1. Protección y conservación de la salud

a. Actividades de alimentación

La alimentación es una satisfacción de una necesidad del cuerpo. El ser humano come fundamentalmente para saciar el hambre, sin embargo la finalidad principal de la alimentación es el mantenimiento de la salud, pues los alimentos que el cuerpo recibe y utiliza determinan en gran medida su crecimiento, desarrollo y mantenimiento, por ello es muy importante que el docente preescolar oriente a los padres de familia sobre la necesidad de que el niño tenga una buena y equilibrada alimentación, que le permita estar sano. En el anexo a se brinda información acerca de los alimentos que el niño debe consumir.

Los niños de edad preescolar necesitan recibir sustancias nutritivas, las cuales le son proporcionadas por los alimentos

y nutrimentos que son los responsables tanto del crecimiento y desarrollo como de proveer de energías suficientes para todas las actividades, además ayudan al cuerpo a resistir enfermedades y en caso necesario a la reparación de lesiones. Estudios realizados han concluido que la alimentación de una persona depende directamente de las costumbres y cultura que tenga.

b. Actividades de higiene

Las actividades de higiene en el jardín de niños buscan -- que más que un hábito personal necesario para prevenir enfermedades, sea considerada como un hábito social para el mejoramiento y conservación de las condiciones ecológicas. La higiene es un aspecto de gran importancia en el ámbito educativo ya que la escuela es el agente socializador por excelencia y en ella se pueden generar hábitos o reforzarlos para que garanticen el -- bienestar individual y social. El docente de jardín de niños -- fortalece la higiene a través de la práctica cotidiana, del -- ejemplo en su labor educativa; promueve la limpieza del cuerpo y de cada una de sus partes, fomenta el aseo de la ropa, de los útiles escolares, del aula, de la institución y de la comunidad en general. Algunas actividades que se pueden realizar en el -- jardín de niños se presentan en el anexo b. Es muy importante -- también que el niño reciba información de la forma más adecuada para asear sus genitales después de defecar para evitar irritaciones y malos olores.

c. Actividades de calentamiento, respiración y descanso del cuerpo en las actividades de educación física

Para realizar el ejercicio físico y obtener mejores resultados, es necesario que quien lo practica realice actividades de calentamiento como preparación física, buscando con ello -- ejercitar los músculos para evitar dolores y calambres; el calentamiento debe ser realizado antes de iniciar la actividad o desarrollo de la educación física y se puede realizar mediante caminatas, flexiones, saltos alternados con movimientos de los brazos, movimientos giratorios de los pies, saltos simples, marchas, etc. El calentamiento logra hacer trabajar al corazón a su potencia máxima. Deberá darse mediante actividades acordes a la edad y posibilidades de los alumnos.

Es muy importante también que el alumno tenga un mejor rendimiento en las actividades de educación física es necesario -- que conozca y practique ejercicios de respiración que consiste en introducir en los pulmones aire cargado de oxígeno seguido de la expulsión de aire viciado; las fases de la respiración -- son la inspiración y espiración. En la inspiración se produce la renovación del aire en los pulmones, se verifica gracias a los movimientos de la caja torácica. La entrada del aire se produce cuando el volumen del pecho aumenta bajo influencia primero del descenso del diafragma y segundo, de la elevación de -- las costillas. El diafragma comprime el aparato digestivo y provoca un aumento de volumen del pecho hacia arriba, las costi-

llas elevan el pecho y lo ensanchan. Durante la espiración los movimientos de la caja torácica se efectúan al contrario primero como elevación del diafragma y segunda como descenso de las costillas. Es muy importante que el niño tome conciencia de ambos movimientos y aprenda a controlarlos. Algunos psicólogos -- afirman que la respiración actúa contra los estados depresivos y que es la clave del control en sí mismo.

Es necesario también que al terminar el lapso de ejercicios físicos se practique el descanso pues cuando un músculo -- trabaja durante largo tiempo forma ciertas sustancias (ácido y anhídrido carbónico) que son dañinas. La sangre no puede llevarlas con suficiente rapidez, entonces obran sobre los nervios y causan la sensación de fatiga. El descanso viene a ser un estado de relajación de las potencias compensando el esfuerzo realizado durante la actividad física, reparando las fuerzas y recuperando un óptimo tono muscular y nervioso logrando un equilibrio emocional y físico. Algunas actividades que se pueden practicar en el jardín de niños para lograr el descanso del cuerpo después de las actividades físicas se mencionan en el anexo c.

d. Actividades de postura

Propiciar en el jardín de niños actividades de postura es de suma importancia puesto que favorece el buen desarrollo del sistema óseo al practicar posturas correctas, para ello los segmentos del cuerpo deben estar equilibrados de manera que se --

efectue con los m̀sculos la mayor economìa de esfuerzo para mantenerlo erguido, para lograr èsto, es necesario adiestrar los - m̀sculos, siendo la infancia la edad ideal, pues de hacerlo m̀s tarde es casi imposible puesto que con el tiempo los tejidos -- pierden elasticidad. Algunas actividades para ayudar al mejoramiento de la postura se pueden observar en el anexo d.

2. Desarrollo de habilidades, destrezas, equilibrio y coordinaciòn

a. Actividades para el reconocimiento de la segmentaciòn

Las actividades para el reconocimiento de la segmentaciòn buscan que el niõo adquiera conocimiento de las diferentes partes del cuerpo, su orientaciòn y los diferentes movimientos que son posibles de realizar con cada articulaciòn. El reconocimiento de la segmentaciòn ayuda al niõo a tener una mejor relaciòn entre su ser ìntimo y el mundo exterior. Las actividades deben buscar que sea el niõo mismo quien localice en su propio cuerpo las partes que se le nombran, que señale en sus compaõeros las partes que se le sugieran, que las señale y las nombre en una - l`mina, rompecabezas o muõecos, se recomienda tambièn completar siluetas poniendo y nombrando los elementos faltantes.

b. Actividades para el logro del conocimiento de la situación espacio-corporal

En el jardín de niños las actividades para el logro de este apartado pretenden que el niño adquiriera noción y reconozca que el "espacio es el medio donde el niño se mueve y se relaciona y a través de sus sentidos ensaya un conjunto de experiencias personales que le ayudan a tomar conciencia de su cuerpo y su orientación". (3)

El cuerpo se mueve en un espacio y un tiempo determinado; el niño conoce el espacio a partir de sí mismo y también cuando no esté en movimiento. Algunas actividades propias de este aspecto y que se pueden realizar con los niños se mencionan en el anexo e. El conocimiento del espacio implica además un conocimiento del yo y una capacidad de comprensión y abstracción de un concepto que no es tangible sino convencional. Se trata de un proceso lento que se consolida hasta los 6 o 7 años, si se trata de situaciones complicadas (izquierda, derecha, etc). Las actividades recomendadas para preescolar son los conceptos que el niño logre adquirir por oposición y siempre en un solo punto de referencia pudiendo ser él con referencia o relación a otro objeto.

(3) COMELLASI, Carbo Ma. Jesus. La psicomotricidad en preescolar. Colección educación y enseñanza. Ediciones Ceac, impreso por Gersa; 1984. 73 p.

c. Actividades de desplazamiento

Las actividades de desplazamiento que el niño debe realizar en el jardín de niños son aquellas que le permiten ir de un a otro como son: caminar, correr, trotar, saltar, gatear, etc. Las actividades de desplazamiento son utilizadas como medios para que el niño descubra y participe activamente en la vida y establezca relaciones sociales con el resto de la familia o de la escuela y comunidad en general.

Caminar es una actividad que en el jardín de niños se realiza a diario y es muy importante porque le permite una autonomía para moverse dentro del espacio y poder descubrirlo; le permite llegar a los objetos que son la fuente principal de sus conocimientos. Caminar enriquece y fortalece los músculos y la salud en general; conforme el niño adquiere la destreza de caminar se va perfeccionando y coordinando hasta que llega a tener la capacidad de correr, que es otro aspecto de desplazamiento - pero que tiene una evolución más larga que caminar, requiere mayor dominio muscular, fortaleza física, capacidad de respiración, coordinación piernas-brazos, soltura de movimientos y resistencia.

Otro aspecto de desplazamiento es el salto, es decir el desplazamiento del cuerpo separándolo del suelo una distancia determinada; realizar actividades de saltar en el jardín de niños es importante porque ayuda al niño a adquirir equilibrio pa

ra volver a tener contacto con el suelo sin hacerse daño y tener el suficiente dominio para desplazar su cuerpo a una longitud determinada más o menos grande según las edades.

Gatear es otra actividad que se puede realizar en preescolar pues aunque inicialmente el niño lo realiza como medio de locomoción, posteriormente en la edad preescolar podrá utilizarlo como un juego que le ayudará en la adquisición de mayor dominio corporal pues al realizarlo necesitará tener fortaleza muscular para apoyarse y arrastrar su cuerpo sin separarlo del suelo, haciendo uso y controlando su respiración. Gatear ofrece -- mucha diversión para los pequeños.

- d. Actividades de ejecución de movimientos físicos que permiten un desarrollo segmentario de las partes del cuerpo

Al igual que las actividades mencionadas en los puntos anteriores estas actividades ofrecen un amplio beneficio físico al niño. Implican movimientos que dan al niño capacidad de inhibición de movimientos de alguna parte del cuerpo en beneficio de otros movimientos más necesarios para la estimulación de la parte que se pretende estimular. Algunas de estas actividades son: levantar, transportar, lanzar, girar, etc.

La actividad de levantar consiste en que el niño lleve algo a un nivel más alto, o bien elevar el propio cuerpo; esta ac

tividad es de gran atractivo para el niño pues le proporciona - el placer de descubrir nuevas situaciones y posibilidades de movimiento y de estimulación de diferentes partes del cuerpo (manos, pies, cabeza, hombros, piernas, brazos, etc.), auxiliándose con diversos objetos.

Transportar es otra actividad que consiste en llevar de un lugar a otro diversos objetos, permite al niño enriquecer su -- coordinación general, adquirir confianza y seguridad en sí mismo, puesto que podrá darse cuenta del dominio de su cuerpo para mover las cosas y enfrentar nuevas situaciones.

Lanzar consiste en arrojar objetos. Esta es otra actividad que gusta mucho a los niños y les otorga grandes beneficios para su físico, le ayuda a definir su lateralidad, adquirir dominio de las partes de su cuerpo y le brinda la posibilidad de -- elegir lo que desea lanzar y hacia donde lo hará.

También el movimiento de girar ayuda enormemente al desarrollo del niño, consiste en moverse alrededor o circularmente de un eje, (vueltas, voltear, rotación, torsión, rodar), el niño que realiza este ejercicio estimula el desarrollo de los músculos de sus piernas, brazos, abdomen, columna vertebral, cuello, pies, pecho etc.

3. Desarrollo de la imaginación, la capacidad creadora y - la percepción estética

a. Actividades rítmicas

Las actividades rítmicas son aquellas en las que se sigue un ritmo, el cual está constituido por una serie de pulsaciones o bien de sonidos separados por intervalos de tiempo más o menos corto. El niño debe ser capaz de repetir movimientos siguiendo un modelo dado; es importante que el niño preescolar realice este tipo de actividades pues interioriza algunas nociones como son: la organización y ordenamiento de sus propios movimientos y la posibilidad de coordinarlos siguiendo un ritmo, utilizar su cuerpo como medio de expresión ya sea en el canto o siguiendo movimientos al son de la música, interrelacionándose con sus compañeros y dominando el espacio y el tiempo en que se encuentra inmerso.

Las actividades rítmicas pueden ser marchas rápidas o lentas, imitación de movimientos, etc. El movimiento es un placer y una necesidad al mismo tiempo, lo importante es que surga como respuesta a la música en un clima de alegría y de libertad expresiva, pues tanto el ritmo como el sentido musical nacen espontáneamente ya que forman parte de la misma naturaleza humana.

Otra de las actividades que proporcionan amplios beneficios para el logro de este objetivo de la educación física es -

la práctica de rondas infantiles, las cuales son los juegos populares de los niños con cantos y evoluciones; por lo general - los participantes se toman de las manos y giran en derredor. La música de las rondas es muy sencilla, algunas veces está formada por un solo tema que se canta y se baila alternativamente, - otras veces contiene un tema para el canto y otro diferente para las evoluciones. Las rondas proporcionan al niño gran placer y le permiten que interactúe con sus compañeros y profesor, que ejecute y ejercite diversos miembros de su cuerpo.

Las danzas son aquellas que consisten en ejecutar movimientos con las piernas y los pies, llevando un ritmo constante; -- también se emplean los brazos y las manos. Se utiliza el canto como base musical o bien música previamente preparada. Mediante las danzas se pueden representar algunas escenas, utilizando la imitación de movimientos corporales. La práctica de algunas danzas implica movimientos de mucha dificultad, por lo que el profesor deberá acoplar movimientos acordes a las posibilidades -- del niño.

Es indispensable también que el niño practique y ejecute - juegos organizados que son aquellos que en su realización el -- participante debe observar y practicar ciertas reglas que a la vez le proporcionan placer y la posibilidad de relacionarse con sus semejantes, de conocer, cumplir y hacer cumplir, proponer y modificar algunas de las reglas, compartir y asumir diferentes roles; con la práctica de estos juegos el niño inicia una rela-

ción personal con la sociedad para participar con y en ella. En el Anexo No. 6 se mencionan algunos juegos organizados que se pueden practicar con niños de edad preescolar.

E. El niño de edad preescolar desde el punto de vista psicogenético

Se considera que un niño está dentro de la edad preescolar cuando se encuentra en el período de los 3 a los 6 años de edad. En este período muchos pequeños asisten al jardín de niños, es por eso que se le nombra edad preescolar además es el precedente de la escuela primaria. En la etapa preescolar el niño experimenta profundos cambios. Unos investigadores que escribieron sobre la infancia nos mencionan:

El período del desarrollo infantil comprendido entre los 3 y 5 años es una época de muchos cambios, de nuevas adquisiciones, que no siempre siguen una línea --recta de crecimiento gradual, progresivo y definitivo. Por el contrario el crecimiento sigue un ritmo de avances y retrocesos, de progresos y regresiones, de altibajos. (4)

Esta observación considera que los niños logran una maduración paulatina, algunos lograrán tener desarrolladas ciertas habilidades más pronto que otros o hacer observaciones mejor que

(4) BOSCH, Lydía y Menegazzo, Lilia. El jardín de infantes de hoy. Tercera edición; México, Ed. Hermes, 1990, 47 p.

los demás niños de su misma edad. La edad preescolar èsta marca da por muchas características físicas, sociales, afectivas e in telectuales; el niño de esta edad no solo recibe cambios exter nos, sino que el organismo infantil enfrenta profundos cambios internos. En èsta edad el niño se interesa cada vez màs por for mar parte en la vida y el aprendizaje comùn del jardìn de niños.

1. Características del niño preoperatorio

El perìodo preoperatorio se extiende aproximadamente de -- los 2 ò 2½ años hasta los 6 ò 7. Es una etapa en la cual el ni ño va construyendo las estructuras que daràn sustento a las ope raciones concretas del pensamiento, a la estructuraciòn paulati na de las categorías del objeto, del tiempo, del espacio y la - causalidad a partir de las acciones y no todavìa como nociones del pensamiento. En èste perìodo el niño tiene la dificultad de reconstruir en el pensamiento, lo que ya habìa adquirido en el plano de las acciones.

Jean Piaget afirma que èsta edad se caracteriza por que se manifiestan claramente las funciones simbòlicas, los niños son capaces de generar sìmbolos y utilizarlos en sus actividades co tidianas. Tambièn se observan actividades lùdicas simbòlicas -- que consisten en darle vida a un objeto ò bièn cambiar el uso - del mismo: una escoba por un caballo, una piedra por una pelo-- ta, etc.

El período preoperatorio se caracteriza por diferentes etapas en las que el niño va desde el egocentrismo excluyendo toda objetividad que venga de la realidad externa hasta una forma -- que se va adaptando a los demás y a la realidad objetiva. El carácter egocéntrico del niño se observa en el juego simbólico o de imaginación o imitación. Otra característica que se observa en este período son los constantes ¿por qué?, que expresan un deseo de conocer la causa y la finalidad de las cosas que le interesan y que asimila.

La lógica del niño difiere enormemente de la de los adultos, muchos conceptos solo corresponden de manera aproximada a su significación objetiva. Las manifestaciones de la confusión e indeferenciación entre el mundo interior o subjetivo y el universo físico, puede apreciarse en características que el niño presenta y que son:

Animismo: tendencia a concebir las cosas y objetos como dotados de vida, lo que tiene actividad es una cosa viva, los que se -- mueven están vivos y a los objetos inertes se les anima. Este animismo resulta de la asimilación de las cosas a la actividad que él mismo realiza, a lo que puede hacer y sentir.

Artificialismo: se refiere a la creencia de que las cosas han sido elaboradas por el hombre o un ser supremo.

Realismo: se da cuando el niño considera reales los hechos que no han sido dados como tales, ejemplos de este realismo son: -- los argumentos de los cuentos, relatos, sueños.

Estas diferentes manifestaciones del pensamiento se caracterizan por haber en ellas una asimilación deformada de la realidad, pero estos errores solo son pasos para la maduración de su razonamiento. El progreso hacia la descentración puede ser favorecido por la riqueza de experiencias que el medio brinde al niño y por la calidad de sus relaciones con otros niños y adultos.

En el período preoperatorio predomina la acción, pues el niño permanece en continuo movimiento; ayuda a vestirse y desvestirse, logrando en ocasiones abrochar y desabrochar botones, puede lavar sus manos, y si se les ha enseñado son capaces de comer y beber con orden y limpieza. Cuando se expresan utilizan frases cortas complementándose generalmente con mímica, les agrada escuchar cuentos y canciones, sus deseos de conversar se enriquecen con estas actividades.

2. Dimensiones del desarrollo del niño preescolar

El desarrollo del niño preescolar tiene características físicas, intelectuales y sociales muy propias que se encuentran en proceso de construcción, estas características al manifestarse hacen que el niño sea un ser único que piensa y siente particularmente, que aprende, expresa y conoce al mismo tiempo que descubre lo que le rodea. El niño es una unidad biopsicosocial constituida por diferentes aspectos que tienen distintos grados de desarrollo que dependen de sus características y de la inte-

ración con el medio ambiente.

El programa de educación preescolar distingue cuatro dimensiones del desarrollo que son: afectiva, social, intelectual y física, que aunque se explican en forma separada, en todo momento se está consciente de que el desarrollo es un proceso integral. Se puede definir a la dimensión "como la extensión comprendida por un aspecto de desarrollo, en la cual se explicitan los aspectos de la personalidad del sujeto". (5)

a. Afectiva

La dimensión afectiva del desarrollo se refiere primordialmente a las relaciones afectuosas, primero con los miembros de su familia y posteriormente en su vida escolar donde interactúa con niños y adultos, de la misma manera establece relaciones con los miembros de su comunidad. Esta dimensión está constituida por algunos aspectos que se mencionan en la Tabla No. 1, los cuales presentan diferentes grados de desarrollo y dependen en gran medida de las características propias del niño y de su interacción con el medio ambiente que lo rodea.

(5) SEP. Bloques de juegos y actividades en el desarrollo de los proyectos en el jardín de niños. México, D.F. -- 1993; 11 p.

Aspectos del desarrollo de la dimensión afectiva	
Identidad personal	Este aspecto se construye partiendo del conocimientos que el niño tiene de sí mismo, así como aquellos que lo hacen semejante o diferente a los demás a partir de las relaciones con otros.
Cooperación y participación	Se refiere a la posibilidad de intercambio de ideas, habilidades y esfuerzos para lograr una meta en común. Esto lo ayudará en el proceso de descentración.
Expresión de afectos	Es la manifestación de sentimientos y estados de ánimo del niño.
Autonomía	Significa ser gobernado por uno mismo, bastando se a sí mismo en la medida de sus posibilidades.

Figura No. 1

b. Social

Esta dimensión se refiere a la transmisión, adquisición y acrecentamiento de la cultura del grupo al que pertenece, está constituida por aspectos que la estructuran y que se mencionan y explican en la Tabla No. 2, los cuales se enriquecen mediante las interrelaciones con los miembros del grupo y le permiten el aprendizaje de valores y prácticas aprobadas por la sociedad, - así como hábitos encaminados a la preservación de la salud física y mental; respetar y tener aprecio por los símbolos patrios y los momentos significativos de la historia local, regional y nacional.

Aspectos del desarrollo de la dimensión social	
Pertenencia al grupo	Se construye a través de la relación de los niños con sus compañeros, lo cual lo hace sentir se parte atractivo y aceptado del grupo.
Costumbres y tradiciones familiares y de la comunidad	Son las prácticas que cada pueblo ha ido elaborando en su devenir histórico y se expresa en distintas formas dentro del hogar y su comunidad.
Valores nacionales	Consiste en el fortalecimiento y preservación de los valores éticos, filosóficos y educativos que cohesionan e identifican a los mexicanos.

Tabla No. 2

c. Intelectual

La construcción de conocimientos en el niño, se da a través de las actividades que realiza con los objetos, ya sean concretos, afectivos o sociales, que constituyen su medio natural y social. La interrelación le permite descubrir cualidades y propiedades físicas de los objetos que en un momento puede representar con símbolos, el lenguaje en sus diversas manifestaciones será una herramienta principal para expresar la adquisición de nociones y conceptos. El juego y el dibujo son también herramientas que el niño utiliza como medio de expresión para el logro de los aspectos que integran esta dimensión y que se expresan en la Tabla No. 3, en conjunto implican un aprendizaje que es un proceso continuo donde cada nueva adquisición tiene su base en esquemas anteriores y a la vez sirve de sustento a conocimientos futuros.

Aspectos del desarrollo de la dimensión intelectual	
Función simbólica	Consiste en la posibilidad de representar objetos y acontecimientos en ausencia de ellos.
Construcción de relaciones lógicas	Es el proceso a través del cual a nivel intelectual se establecen las relaciones que facilitan el acceso a representaciones objetivas, ordenadas y coordinadas con la realidad del niño, que le permitirán la construcción de estructuras lógico-matemáticas básicas y de la lengua oral y escrita.
Las nociones matemáticas son: Clasificación Seriación Conservación	Es una actividad mental, en la que se establecen relaciones de semejanza y diferencia entre los elementos, delimitando clases y subclases. Consiste en la posibilidad de establecer diferencias entre objetos, situaciones o fenómenos estableciendo relaciones de orden, en forma creciente o decreciente con un criterio establecido. Es la noción o resultado de la abstracción de las relaciones de cantidad que el niño realiza a través de acciones de comparación y establecimiento de equivalencias entre conjuntos de objetos, para llegar a una conclusión más que, menos que, tantos como, etc.
Lenguaje: Oral Escrito	Es un aspecto de la función simbólica, que responde a la necesidad de comunicación; por medio de él se puede organizar y desarrollar el pensamiento y comunicarlo a los demás, expresa sentimientos y emociones. Es la representación gráfica del lenguaje oral; para llegar a él, el niño pasa por distintas etapas.
Creatividad	Es la forma de resolver problemas y situaciones expresando un estilo personal.

Tabla No. 3

d. Física

Esta dimensión se refiere primordialmente al movimiento como instrumento para la adquisición de nuevas experiencias que permiten al niño descubrir las posibilidades que tiene para desplazarse, permitiéndole integrar su esquema corporal y propiciando la confianza y seguridad de sí mismo al hacer uso de sus habilidades motrices. En la Tabla No. 4, se mencionan los aspectos que integran esta dimensión y que desempeñan un destacado papel pues a través de ellos el niño alcanza su autoafirmación personal.

Aspectos del desarrollo de la dimensión física	
Integración del esquema corporal	Es la capacidad del individuo para estructurar una imagen interior de sí mismo.
Relaciones espaciales	Son la capacidad que se desarrolla en el niño y que le permite ubicarse en el espacio, los objetos y personas con referencia a sí mismo y a los demás.
Relaciones temporales	Capacidad del niño para ubicar hechos en una sucesión de tiempo.

Tabla No. 4

CAPITULO III

A. Contenidos programáticos de la educación preescolar

1. Fundamentación metodológica-programática

Los contenidos programáticos de la educación preescolar -- son la base sobre la que se establece una verdadera maduración y buena comprensión de los aprendizajes posteriores; son el instrumento tècnico que permite abordar y orientar la pràctica docente en el jardìn de niños.

El programa se ha concebido como el instrumento pedagógico que llevará al docente a planear su trabajo y considerar las alternativas, innovando y sugiriendo actividades que enriquezcan el proceso de desarrollo del niño.

Los materiales otorgados por la Secretaria de Educación Pùblica a los docentes preescolares tienen como fundamentación -- psicológica el enfoque psicogenético como marco teòrico del programa. Los objetivos generales se especifican en las dimensio--nes del desarrollo que se mencionaron en el capitulo anterior; buscan principalmente que el niño construya y enriquezca sus -- aprendizajes en las situaciones elementales de su vida cotidiana-

na, proporcionandole un ambiente interesante y significativo --
partiendo de la realidad inmediata y estableciendo relaciones --
con objetos concretos.

a. El enfoque psicogenético

El programa de educación preescolar tiene como base el enfoque psicogenético, para el cual, el niño es quien construye -- su mundo a través de las acciones y reflexiones que realiza al manipular y relacionarse con los objetos, acontecimientos y procesos que conforman su realidad. Desde este enfoque la activi--dad del niño se atiende de manera tal que reciba estímulos que produzcan reacciones internas buscando convertirlo en un ser -- densamente activo, olvidándose del concepto de aprendizaje que dice que el conocimiento debe ser dirigido desde afuera por los adultos, que solo lleva al logro de un niño con respuestas automáticas y mecánicas, viendo la actividad del niño y atendiéndola de manera segmentaria olvidándose que los individuos en cualqquiera de sus actividades responden como una totalidad integrada dentro de un contexto social. La intención pedagógica del -- programa integra un análisis de los aspectos internos y exter--nos, para ver como se va operando el conocimiento y la inteli--gencia.

El enfoque psicogenético concibe la relación que se esta--blece entre el niño que aprende y lo que aprende como una dinàmica bidireccional; para que un estímulo actúe como tal sobre --

un individuo es necesario que èste tambièn actuè sobre el estímulo, lo asimile a sus conocimientos y esquemas anteriores.

el proceso de conocimiento implica la interacciòn entre el niño (sujeto que conoce) y el objeto de conocimiento (S O), en la cual se ponen en juego los mecanismos de asimilaciòn (o acciòn del niño sobre el objeto en el proceso de incorporarlo a sus conocimientos anteriores) y acomodaciòn (modificaciòn que sufre el niño en funciòn del objeto o acciòn del objeto sobre el niño). (6)

La teorìa psicogenètica ha proporcionado mejores bases - - acerca del desarrollo del niño y la forma como aprende, es por eso que el programa de preescolar ha sido fundamentado en tal - teorìa, cuyas investigaciones han concluido que la estructura-- ciòn progresiva de la personalidad se construye solamente a tra-- vès de la propia actividad del niño sobre los objetos, ya sean concretos, afectivos o sociales que constituyen su entorno. El aprendizaje bajo èste enfoque no puede ser dirigido por el do-- cente, sino que èl debe ser orientador o guía para que el niño reflexione a partir de sus acciones y enriquezca cada vez màs - su conocimiento.

(6) MARGARITA, Arroyo. Programa de educaciòn preescolar. Libro 1. Mèxico, D.F. Ed. S.E.P., 1981, 14 p.

b. Metodología del programa

Para elaborar el programa de educación preescolar, se ha elegido la estructura metodológica del método de proyectos, con la finalidad de responder al principio de globalización, el cual considera el desarrollo del niño como un proceso integral cuyos elementos se interrelacionan entre sí; el enfoque globalizador otorga gran importancia a la detección y resolución de problemas, poniendo en marcha un proceso activo de construcción de significados; surgiendo de la motivación y participación de los alumnos. Un aprendizaje es significativo cuando se propicia en el niño una intensa actividad en la que sus experiencias y conocimientos previos atribuyen un cierto significado al aspecto de la realidad que se presenta al niño como objeto de interés.

Para que el docente preescolar responda a este principio de globalización en todas las perspectivas mencionadas, las propuestas de su trabajo deben ser interesantes para los niños, favorecer la autonomía y propiciar la investigación por parte del docente y los niños, propiciar la expresión y comunicación entre niños, docentes y adultos de su comunidad, acordar la realización de trabajos comunes y desarrollar la creatividad.

El método de proyectos es un procedimiento globalizador -- que lleva al niño de manera grupal a planear juegos y actividades, a desarrollar ideas y hacerlos realidad al ejecutarlos. El

proyecto es una propuesta didáctica o actividad que de desarrolla ante una situación problemática concreta, es un conjunto de actividades relacionadas entre sí, que sirven a una serie de -- propósitos educativos; sustenta que los niños deben dar respuesta a interrogantes que se desarrollan en torno a una pregunta, un problema o la realización de una actividad concreta.

El proyecto es coherente con el principio de globalización, porque toma en cuenta las características del pensamiento del niño y no exclusivamente las actividades, promueve el juego y la creatividad, se fundamenta en la experiencia de los niños, favorece el trabajo compartido para un fin común, posibilita -- formas de participación del niño seleccionando aspectos interesantes que hagan surgir el proyecto, explorando materiales y observando fenómenos naturales, confrontando su punto de vista.

El desarrollo de un proyecto implica una organización que se resume en etapas que son: planeación, realización y evaluación. La planeación puede surgir del interés que expresan los niños en actividades, algún evento o acontecimiento, comentario o experiencia grupal, etc. Existen actividades que se realizan por tradición anualmente y que pueden ser tomadas también como un proyecto. Para escoger un proyecto deberá tenerse en cuenta el interés grupal, la educadora deberá observar, interpretar y analizar las necesidades, inquietudes e intereses de los niños, con la finalidad de reunir las, armonizarlas y resumirlas para -- determinar una propuesta.

Ya definido el proyecto se procede a organizar los juegos y actividades que lo van a integrar, los cuales se van registrando en un friso el que se deberá poner en algún lugar visible, adecuado y accesible para que los niños lo enriquezcan cada vez que lo juzquen conveniente.

Posteriormente el docente procederá a registrar la planeación general del proyecto en su cuaderno de planes, estableciendo una relación de juegos y actividades que favorezcan los aspectos del desarrollo del niño de manera integral y analizar qué bloques se atenderán en la realización del proyecto y buscar que se atiendan en forma equilibrada.

La realización brinda una riqueza de relaciones entre los niños y el docente al realizar conjuntamente lo que se planeó en forma grupal, permite explorar, experimentar, equivocarse, intentar, descubrir, crear, recrearse, aprender, compartir, representar, etc.; el docente propiciará la atención de los diferentes contenidos de los bloques de juegos y actividades mediante cuestionamientos que lleguen a la reflexión y el intercambio de experiencias.

La evaluación del proyecto se realizará partiendo de una autoevaluación grupal, después se registrarán los aspectos más significativos de éste en el formato de evaluación general del proyecto.

B. Integración de las actividades de educación física en el trabajo por proyectos

La integración de la educación física en el trabajo por proyectos es muy importante para los alumnos de educación preescolar, pues ella promueve la ejecución de acciones corporales que incrementan el desarrollo de habilidades motrices simples y complejas, lo cual tiene no solo alcance biológico, funcional físico, pues además permite al niño adquirir seguridad emocional y encontrar diversas modalidades de expresión e interacción con el medio. Son muchos los investigadores que consideran de suma importancia la educación física en los primeros grados de enseñanza, pues ésta enriquece las actividades de los niños, estableciendo la participación mediante el juego, movimiento y verbalización, respondiendo con ello a las necesidades del niño preoperatorio.

Los proyectos se enriquecen con la educación física ya que se da a partir de la movilidad que despliega; el niño conoce su cuerpo a través de desplazamientos y acciones sobre objetos concretos y las interacciones con otros niños durante la realización de actividades que consolidarán lentamente sus coordinaciones psicomotoras, favoreciendo su desarrollo físico general y la construcción de su pensamiento; es claro que si la construcción del pensamiento se realiza al principio a través del movimiento, se requiere que el niño reciba una buena educación física para lograr un desarrollo integral armónico.

En la realización de los proyectos se puede incluir la educación física buscando la estimulación y enriquecimiento principalmente del bloque de juegos y actividades de psicomotricidad y las actividades deberán permitir que el niño descubra y utilice las distintas partes de su cuerpo, sus funciones, posibilidades y limitaciones de movimiento, sensaciones y percepciones, formas corporales de expresarse y el dominio de su coordinación y control de movimientos al manejar objetos de uso diario y al ponerse en relación con otros niños y adultos. En este encuentro físico el niño va estructurando nociones espaciales, temporales, etc.

Para que el proyecto involucre y de vida a la educación física deberá posibilitar la expresión de los niños a través de movimientos físicos libres, propiciando el desarrollo de actividades de juego en distintos lugares y posiciones; que desarrollen actividades artísticas, de expresión corporal y gestual.

1. Beneficios que adquiere el niño con las actividades de educación física

La educación física es importante para la conservación de la salud. En el aspecto psicomotor el niño recibe ciertos beneficios como son el logro de la noción de los diferentes elementos corporales y sus movimientos a fin de enriquecer su autonomía, coadyubar al buen funcionamiento orgánico e incrementar la capacidad motora del niño, de manera que éstas vivencias le po-

sibiliten el màximo aprovechamiento de potencial fìsico fundamentado en diferentes esquemas de movimiento, lo que le permitirà resolver situaciones motoras específicas.

Mediante la educaciòn fìsica se satisface la necesidad de relacionar el propio cuerpo con el universo, se favorece en el educando la satisfacciòn y disciplina de sus necesidades motrices y el desarrollo del tono muscular a travès del juego en una atmòsfera sana, alegre y dinàmica, le permite adquirir reflejos ràpidos y seguros mediante la educaciòn del aparato neuromuscular y sensorial; corregir las posibles desviaciones de la columna vertebral y de posturas deficientes, asimismo educar y desarrollar el aparato respiratorio, aumentar la capacidad motriz - estrechamente relacionada con el desarrollo de la inteligencia y en especial del lenguaje, etc.

El niño de edad preescolar atravieza por una etapa de gran crecimiento por lo que es necesario analizar què actividades -- son de beneficio y cuàles podrìan dañarlo, es importante que el docente tenga presente que el niño requiere ejercicios especiales y que deben evitarse principalmente los del tronco, pues se debe recordar que el esqueleto aun no està dosificado y en las articulaciones se halla el sistema ligamentoso que impulsa a esta edad hacia las malas posturas, por lo que deberà dar especial atenciòn a los gestos, formas habituales de sentarse, de andar y de escribir, etc.

Es importante realizar y educar la coordinación a través de ejercicios libres, sobre todo en el juego. Es recomendable que la educación física se realice mediante ejercicios espontáneos, en los que el niño ponga en movimiento todo su cuerpo y dé salida a la actividad propia de su edad.

Al realizar la educación física se pueden utilizar las piernas, brazos, rodillas, etc., en movimientos con frecuentes cambios es recomendable hacerlo al aire libre, zonas verdes, praderas, gimnasios, locales limpios y apropiados para esta actividad.

C. Papel del docente preescolar en la práctica de la educación física

Se ha repetido muchas veces que hoy en día el maestro es solo un guía del aprendizaje y es que los niños deben construir por sí mismos los conocimientos que su maduración les permita, sin embargo, el papel del docente no solo consiste en ser guía del aprendizaje, sino que él es el responsable de que los niños logren una real maduración con bases sólidas.

El papel del profesor del nivel preescolar es atender a niños que apenas empiezan a dar forma a sus habilidades y destrezas, por ello deberá ser consciente y brindar a sus alumnos experiencias significativas que logren integrar en un ambiente cotidiano todas las dimensiones del desarrollo; deberá atender

y observar las necesidades de cada niño, tomando en cuenta sus características para no exigirle cosas que no pueda realizar.

El docente debe tomar en cuenta que el niño tiene mil deseos aunque no logra definirlos adecuadamente y no posee en sí mismo los medios adecuados para la satisfacción de éstos. El papel del docente consiste en liberar al niño de apatías, desequilibrios, desinterés, miedos o traumas, etc., que le impidan realizar satisfactoriamente las actividades físicas. La directividad debe ser muy flexible y no exigir movimientos o posturas -- que apunten a ser excesivos o inútiles sino a necesidades reales del momento; lo que el profesor nunca debe hacer es pretender imponer un vocabulario gestual de adulto; es primordial respetar los gestos de los niños, acogerlos sin criticar sus vacilaciones pues los niños desean verse satisfechos, expansivos, libres y orientados en su libertad.

El docente preescolar que practica con sus alumnos la educación física debe evitar el exceso de ayuda a los niños para -- que éstos aumenten la seguridad en sí mismos y logren una mayor independencia, aunque no se quiere decir con ello que se deban dejar solos, sino esperar por si alguno de ellos solicita su colaboración.

El profesor debe recordar en todo momento que él es modelo que el niño imita, por lo que es muy importante que tenga una buena salud física y mental para que logre responder satisfacto

riamente al trabajo con niños pequeños, pues debe participar -- directamente en lo que ellos realizan.

El papel del docente en las actividades de educación física consiste en comprender y dar respuesta a las necesidades y -- carencias del niño, recordando que en los tiempos actuales el -- niño se va volviendo cada vez más sedentario, camina menos, per manece más tiempo sentado viendo televisión y se abstiene de -- participar en juegos y ejercicios organizados, los adelantos mo dernos, como la televisión, los medios rápidos de transporte, -- la maquinaria y herramienta etc., contribuyen a inmovilizar al individuo, lo que trae como consecuencia que adquiera o propi-- cie perjuicios para la salud física y mental. El profesor debe-- rà crear situaciones estimulantes que enriquezcan la práctica -- del ejercicio que necesita el organismo.

Es conveniente que el profesor se olvide de la antigua -- idea de que el niño preescolar no està aún en condiciones de -- ser sujeto a un plan organizado de actividades físicas y que es-- tè consciente de que las actividades no solo son convenientes -- ni favorecedoras, sino que son indispensables.

D. Recursos didàcticos de la educación física

La realización de las actividades de la educación física -- implican movimientos corporales, que se pueden combinar y auxi-- liar con algunos recursos didàcticos que son todos aquellos ma--

teriales que utiliza el docente para enriquecer la tarea educativa; uno de los recursos didàcticos utilizados en la educaciòn fìsica son aquellos que permiten al niño adquirir experiencias múltiples, que lo lleven al conocimiento concreto y preciso del medio que lo rodea.

Los recursos didàcticos no tienen en sì gran valor, el ver dadero valor de èstos radica en el uso que se les de; en el -- acceso y la manipulaciòn que el niño pueda tener con ellos, deberàn ser utilizados con un fin educativo y ser adecuados a la edad y posibilidad de quien los utiliza. Existen diversos materiales que pueden utilizarse y obtenerse, ya sea del medio natural, (arena, agua, tierra, lodo, troncos, etc.); materiales ela borados con sobrantes como pueden ser: (palos de escobas, ta- - blas de cajones, cajas, llantas, botes de plàstico); materiales comerciales adquiridos en tiendas y que ya estàn elaborados con distintas texturas y formas, (pelotas, bates, mecates, etc.). - Todos los materiales mencionados deberàn tener como requisito - que sean atractivos, estimulantes, variados y sencillos y pue-- den clasificarse por su movilidad en: material fijo sujeto al - suelo y material mòvil.

E. El juego como instrumento principal en las actividades de educación física en el nivel preescolar

El juego es un medio para la asimilación eficaz del conocimiento; un procedimiento para pasar de la ignorancia al conocimiento. El juego es una actividad propia de los niños que les proporciona alegría y les ayuda a dar forma a las cualidades --orales y evolutivas del hombre que crece. Ofrece al niño la posibilidad de relacionarse con sus semejantes, conocer y cumplir con las reglas comunitarias, mediante el el niño inicia una relación personal con su sociedad.

El mundo del juego es una anticipación del mundo de las --ocupaciones serias, el juego es un adiestramiento involuntario que prepara y posibilita al niño en la conquista de autonomía, personalidad y esquemas prácticos que necesitará en la activi--dad adulta.

Por lo que por medio del juego, el niño se aleja del mundo real y puede comprender ese mundo distinto al --propio "el mundo adulto" a la vez, que va conformando su futura personalidad que le permitirá incursionar --con éxito en el mundo de la actividad social y labo--ral. Como muchos autores lo han señalado, el juego de --sempaña en la infancia el rol que el trabajo desempeña en el adulto. De aquí la importancia fundamental --del juego infantil; un niño que ha jugado adecuadamen--te será un adulto que se integre constructiva y crea--tivamente a su realidad. Por medio del juego, el niño se prueba física y mentalmente, y esto le permite ga--nar autonomía y afirmar su yo. (7)

(7) ZAPATA, Oscar. EL aprendizaje por el juego. México, D.F., Ed. Pax México, 1988, p. 17

El placer del juego esta en lo incierto e inesperado y en la superaciòn de las dificultades que imponen las mismas reglas de lo que juega. En el juego viven estrechamente interrelacionados la ficciòn y la realidad. La imitaciòn tiene un rol muy importante dentro del juego, (el niño repite en sus juegos las -- impresiones que acaba de vivir, las reproduce y las imita).

El niño preescolar juega constantemente, para èl jugar es sinònimo de vivir, corresponde a una necesidad fisiològica, un sano ejercicio y un tiempo de recuperaciòn de la fuerza para el trabajo.

En el jardìn de niños al ejecutar las actividades de educaciòn fìsica el juego debe ser el eje central de la actividad, - pues mediante èl, el niño aprende a controlar y conocer su cuerpo, a representar el mundo exterior y, màs tarde, a actuar sobre èl. Es un trabajo de construcciòn y de creaciòn, es tambièn representaciòn y comunicaciòn.

El docente preescolar ha de utilizar el juego considerando que los niños juegan por placer, para expresar la agresividad, dominar la angustia, acrecentar su experiencia y establecer contactos sociales. Igualmente el juego contribuye a la unificaciòn e integraciòn de la personalidad.

Es importante recordar que el juego no solo obedece de placer sino que queda sometido al principio de la realidad en la -

medida en que constituye un modo de satisfacción elaborado y diferido.

En esta investigación se hace mención del juego, por ser - èste el instrumento principal utilizado en el proceso enseñan--za-aprendizaje de los niños preescolares. En el anexo f se mencionan y ejemplifican algunos juegos. La educación física involucra al juego en todo momento para hacer de tal educación una actividad seria y placentera.

1. Tipos de juegos

a. Juegos libres

La educación física utiliza los juegos libres que son aquellos que los niños realizan espontánea y libremente, en ellos - no existe la intervención del adulto, èl solo debe posibilitar las condiciones de tiempo, espacio y material para que los ni--ños puedan realizarlos descubriendo y actuando libremente; es--tos juegos liberan y canalizan el potencial psíquico y la ener--gía física, permiten brindar y lograr una amplia gama de expe--riencias. El juego libre es fundamental para la personalidad de los niños pequeños porque les permiten manifestarse tal y como son y a la vez expresar su propia naturaleza.

b. Juegos organizados

Los juegos organizados a diferencia de los juegos libres - tienen reglas que se pueden y deben acatarse, generalmente son colectivos y buscan alcanzar algùn objetivo educativo, como es - tèn encaminados y casi siempre son dirigidos por alguien los -- que los practican satisfacen solamente algunas de sus necesidades; los juegos de èste tipo favorecen a que el niño logre su - socializaciòn, que aprenda a respetar reglas, que logre acoplarse a un grupo determinado y a que sea aceptado y respetado por los demàs; dependiendo del tipo de juego y su finalidad, el ni- ño logra estimular diversos aspectos de su desarrollo tanto fì- sicos, afectivos, sociales o cognoscitivos; los juegos organizados pueden practicarse con nùmero pequeño de integrantes o bien con un nùmero màs grande.

F. Modelo de clase pràctica

El docente preescolar al preparar una clase de educaciòn - fìsica deberà tomar muy en cuenta que debe dedicar tiempo a la preparaciòn de la misma para que pueda realizar un esquema deta- llado de lo que va a hacer, por lo que deberà fijarse objetivos especìficos, el contenido y los elementos que precisa la organi- zaciòn que va a dar a la clase y la evaluaciòn, estos puntos in- tegrar lo que es la preparaciòn de la clase, la iniciaciòn de - la misma depende del contacto del profesor con sus alumnos, pa- ra tener èxito o fracaso en la clase.

Una clase de educación física debe contener un plan de clases que viene siendo el auxiliar que el maestro debe elaborar a fin de programar sus actividades diarias, ya que de esta manera se logrará tener un seguimiento del aprendizaje de los alumnos evitando así la improvisación de las actividades, además de contar con el material que le proporcione los datos para efectuar la evaluación diaria de las actividades. Los puntos que deberá contemplar en la elaboración de un plan de clases son: motivación, calentamiento, tema central, respiración y descanso, el juego organizado sin olvidar los dispositivos didácticos. En la Tabla No. 5 se ejemplifica un plan de clases. Al elaborar el plan de clases el docente deberá buscar que sus clases sean para el alumno vivencias agradables, los recursos deben ser accesibles a las características e intereses y capacidad del niño.

ELABORACION DE UN PLAN DE CLASES

NOMBRE DEL JARDIN _____

GRADO _____ GRUPO _____ No. DE ALUMNOS _____

UNIDAD _____ NOCION DEL ESQUEMA CORPORAL _____

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	DISPOSITIVOS DIDACTICOS
<p>Reconocerá habilmente cada uno de sus segmentos.</p>	<p>Motivación Presentación de un titere (puede ser un niño). Al que le va ir movilizand cada parte del cuerpo.</p> <p>Calentamiento Movilizacion de sus segmentos. Localice los siguientes segmentos al escuchar — los cabeza-brazos-tronco pimas etc. Con un objeto toque diferentes segmentos en su cuerpo. Toque diferentes segmentos en el cuerpo de un compañero.</p> <p>Juego organizado Con hojas de papel dispuestas en el piso con alguna parte del cuerpo toque la hoja a una señal, con movimiento de brazos, cuello, muñecas etc. se aleje de las hojas y a la señal correr a tocar.</p> <p>Respiración y descanso Respiración toraxica — cuando sea necesario — descanso por segmentos acostados en el piso boca arriba con un arruyo suave como actividad final.</p>	<p>Programa</p>

Tabla No. 5

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

A. Conclusiones

Desde que la educación física se incluyó en la educación formal ha tenido una gran evolución y paulatinamente dejó de ser una simple materia de entretenimiento para ser incluida en todas las esferas del aprendizaje.

En la actualidad, la educación física promueve la ejecución de acciones corporales que incrementan el desarrollo de las habilidades motrices simples y complejas, de alcance biológico, funcional, físico y emocional encontrando diversas modalidades de expresión e interacción con el medio ambiente.

La educación física no solo organiza el esquema corporal del niño, sino que lo conduce gradualmente a un proceso natural de realización partiendo de su propio cuerpo y descubriendo sus habilidades hasta llegar a la construcción de las bases del pensamiento lógico y simbólico.

Las actividades físicas procuran respetar que el desarrollo de los niños transcurre de acuerdo a leyes generales y según peculiaridades de cada edad; por tanto el docente de preescolar debe contemplar las posibilidades de sus alumnos para ejercer su labor y organizar sus estrategias didácticas de acuerdo a objetivos planteados con anterioridad.

En la educación física el movimiento es la característica principal pues éste es el primer aspecto del que se apropia el niño y mediante el cual el profesor brinda la posibilidad de lograr correctos aprendizajes integrales y vivenciar la escuela como un espacio que favorece y enriquece el desarrollo, mediante el movimiento el niño nutre su cuerpo, fomenta hábitos y tiene la oportunidad de preservar su cuerpo y su medio ambiente.

En la educación preescolar el juego es el elemento esencial para articular una educación renovadora en la que la disciplina interna sustituye la que se impone desde afuera; el juego es una conducta donde actúa el cuerpo, la mente y el mundo externo.

Para que el niño preescolar logre una adecuada realización de las actividades de educación física es necesario que reciba sustancias nutritivas que lo preevean de energías suficientes que lo capaciten; así mismo es importante que realice los ejercicios con una secuencia lógica que le permita que tales actividades sean para él un verdadero medio de salud y no un ejerci-

cio agotador que lo lleve a perder el interés por la realización de las actividades físicas.

Por todo lo anterior, puedo concluir que la educación física es importante para la conservación de la salud, ya que implica el movimiento como experiencia de desarrollo para estimular en el niño su bienestar físico, actividad motriz, madurez emocional y adaptación social; favorece el desarrollo integral y armónico del educando. Es muy importante que el lugar y el mobiliario donde se practica la educación física sea en escala conveniente al tamaño de los niños y que el espacio sea apropiado para las distintas prácticas, ya sea en grupos, equipos o individualmente.

B. Sugerencias

Para que la educación física logre sus objetivos en la educación preescolar es necesario que el profesor la incluya dentro de las actividades diarias de forma integral y no como algo aislado. Las actividades físicas deberán estar planeadas en forma de juego, movimiento y verbalización para que respondan a las necesidades del niño que se encuentra en el período preoperatorio; el docente deberá recurrir a los recursos didácticos que considere más útiles para su trabajo y realizar una constante actualización y revisión de las nuevas tendencias educativas con la finalidad de no quedarse estancado y creer que el niño preescolar no está en condiciones de ser sujeto a un plan orga-

nizado de actividades físicas; deberá ser guía y participe en las actividades y el alumno será el sujeto activo que corre, --brinca, gira, arrastra, lanza, etc.

Es necesario que la educación física sea planeada por el grupo y que las actividades a realizar sean elegidas libremente a través de la reflexión y por medio del cuestionamiento, con la finalidad de que el niño se responsabilice de las cosas que tiene que hacer y se comprometa a hacerlas porque le interesan y no porque se sienta obligado.

El profesor de preescolar deberá documentarse más ampliamente acerca de la educación física para tener un panorama más amplio y poder manejarla con mayor facilidad. Es importante que el docente proporcione a los niños materiales llamativos y atractivos para que se sientan atraídos y jueguen por su propia convicción.

Se sugiere involucrar a los padres de familia en las actividades físicas, para que el niño sienta el apoyo de su familia.

GLOSARIO

Acomodaciòn:

Modificaciòn de esquemas como resultado de nuevas experiencias.

Articulaciòn:

Uniòn de dos huesos o partes del cuerpo humano.

Asimilaciòn:

Incorporaciòn de nuevos objetos y experiencias a los esquemas anteriores.

Calentamiento:

Es la preparaciòn fìsica previa a la realizaciòn de actividades dinàmicas.

Descentraciòn:

Consiste en poder ver las cosas desde la perspectiva de -- otras personas y coordinar el punto de vista propio con el de los demàs.

Egocentrismo:

Tendencia a centrarse en sus propias experiencias y accio-

nes sin tomar en cuenta la de los demás.

Flexión:

Acción de unir dos partes o segmentos corporales por medio de un efecto articular.

Habilidad:

Disposición que muestra el individuo para realizar tareas o resolver problemas en áreas de actividades determinadas.

Postura:

Situación corporal de una persona.

Torsión:

Magnitud del giro alrededor de un centro de rotación.

Segmento:

Se le llama a cada una de las partes del cuerpo.

ANEXOS

ANEXO

A

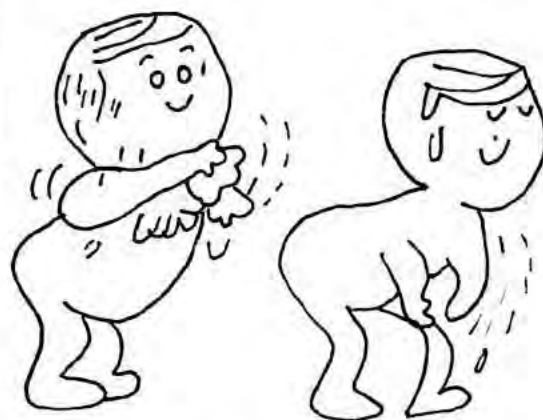
ANEXO

B

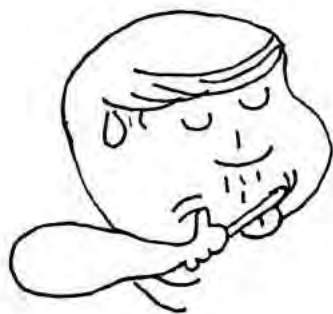
Actividades de higiene



El baño incluye actividades como la utilización del jabón, la eliminación del exceso de agua, friccionando el cuerpo con las manos y secado del cuerpo con la toalla.



El aseo de los codos, las rodillas, tobillos y talones - forma parte del baño.



La higiene bucal debe ser frecuente y el cepillado de los dientes en forma correcta. Incluyendo el aseo de la lengua durante el cepillado.



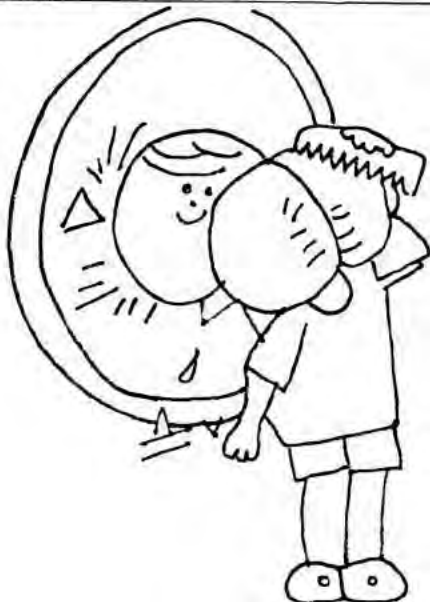
El aseo de las manos y las uñas debe ser frecuente, es importante favorecer el hábito de lavado de manos y corte de uñas.



El aseo de los oídos y la limpieza de las orejas debe estar incluido en los hábitos de limpieza del niño. Y se le debe concienciar de no introducir objetos.



El aseo de la nariz debe ser frecuente y la forma correcta de su limpieza es utilizando pañuelo.



El aseo del pelo es importante así como el manejo del peine.

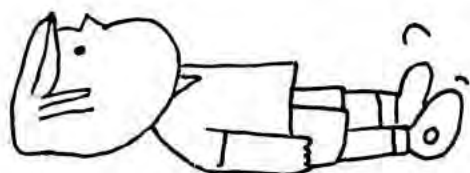


Asear el calzado y el vestuario son actividades que favorecen la salud del niño.

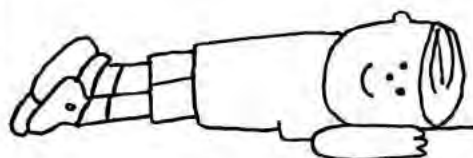
ANEXO

C

Actividades de descanso



La relajación total puede darse acostado boca arriba piernas extendidas y las puntas de los pies dirigidos a los brazos a lo largo del cuerpo.



La relajación también puede darse acostado con los brazos semiflexionados, las piernas extendidas y las manos sobrepasando la altura de la cabeza y una mejilla apoyada en el piso.



La relajación por segmentos se puede brindar en posición de sentado en una silla, -- (relajar la cabeza y cuello, brazo, antebrazo, muslo y pierna).



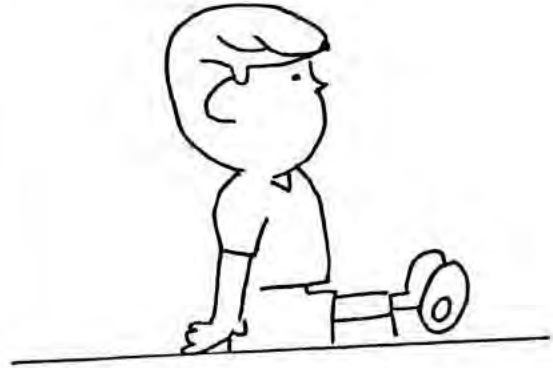
En posición de sentado en el piso con las piernas cruzadas, (relajar la cabeza, tronco, cuello, brazo y antebrazo).

ANEXO
D

Actividades de postura



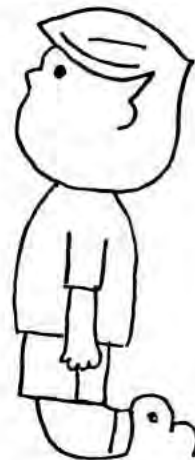
De pie con las piernas juntas y con las puntas de -- los pies separadas contra -- ción simultáneamente de -- glúteos y abdomen, hombros hacia atrás, brazos hacia los costados y la cabeza -- erguida, vista al frente.



Sentado en el piso con las piernas juntas extendidas -- formar un ángulo recto con el tronco, los hombros hacia atrás apoyando las manos hacia atrás y la vista al frente.



Sentado en una silla con -- la vista al frente, los -- hombros hacia atrás, las -- manos apoyadas en los muslos, formar un ángulo recto entre tronco, muslos, -- piernas y pies juntos con apoyo en el piso.



Hincado, las rodillas en el piso formando un ángulo recto entre los muslos y piernas, contraer simultáneamente los glúteos y abdomen, -- equilibrio de la cadera, tronco recto, hombros hacia atrás brazos a los costados.

ANEXO

E

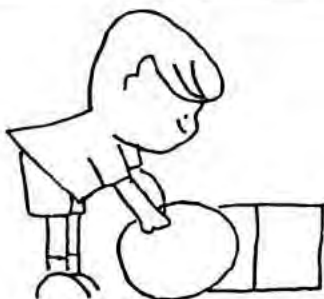
Actividades para la situación espacio corporal



Colocar objetos dentro o fuera del salón, caja, cesto, etc.



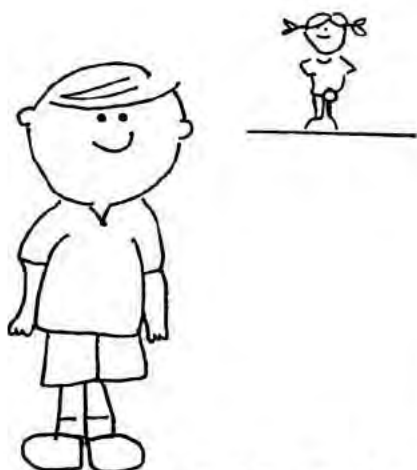
Es recomendable también que salte dentro y fuera de figuras pintadas en el piso.



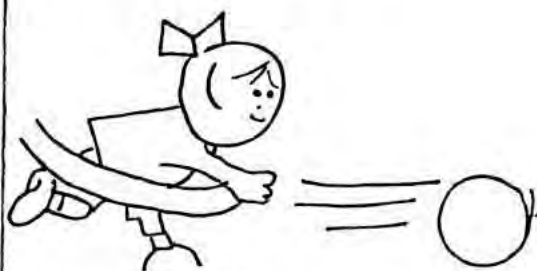
Colocar juntos o separados algunos objetos.



Pronunciar una vocal emitiendo sonidos cortos y largos, relacionándolos con el tiempo de duración.



Colocarse cerca o lejos de un compañero u objeto



Lanzar rodando una pelota en forma lenta o rápida.



Dar palmadas suaves o fuertes.



Producir sonidos suaves y fuertes con distintos objetos.

ANEXO

F

Juegos

Imitar animales

Preparación:

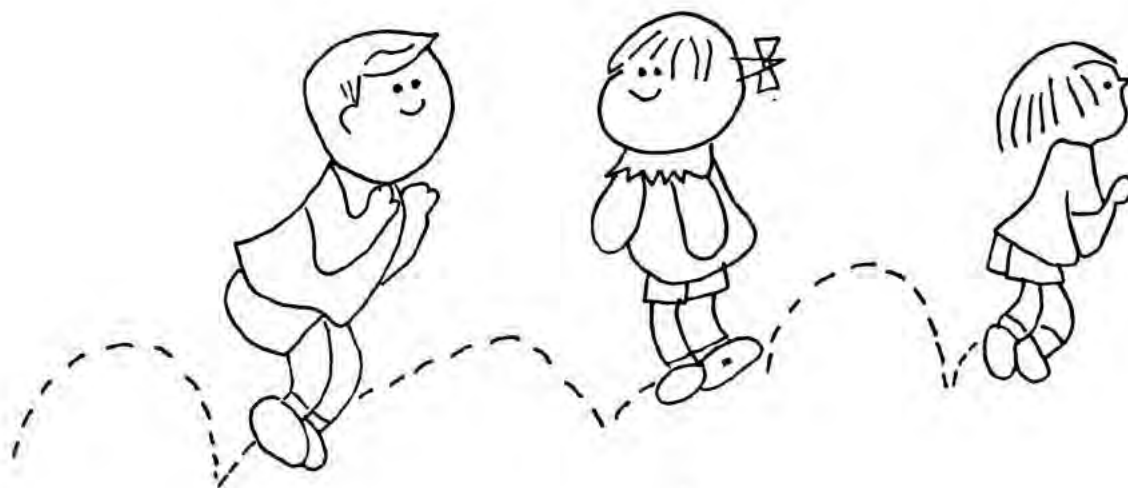
Se dispersan los niños por el patio a una indicación dada.

Desarrollo:

A una indicación de la educadora saltan como conejos, ranas, canguros, etc., los niños harán el movimiento hasta que la educadora indique el cambio

Objetivo:

Rápidez de reacción, destreza y agilidad.



Cuando llegue a casa

Preparaciòn:

Los niños se sientan en círculo, quedando uno de pie en el centro.

Desarrollo:

El jugador del centro dice (cuando llegue a casa voy...) haciendo en seguida un movimiento, peinarse, lavarse las - manos, cepillarse los dientes etc., el cual deberán imitar los demás a la vez que nombran la acción, terminando este se elejirá a quièn va a representar otra acción

Objetivo:

Habilidad de acción e imitaciòn, observaciòn, imaginaciòn, placer en un juego tranquilo y originalidad en la acción.



Muñeca de cuerda

Preparación:

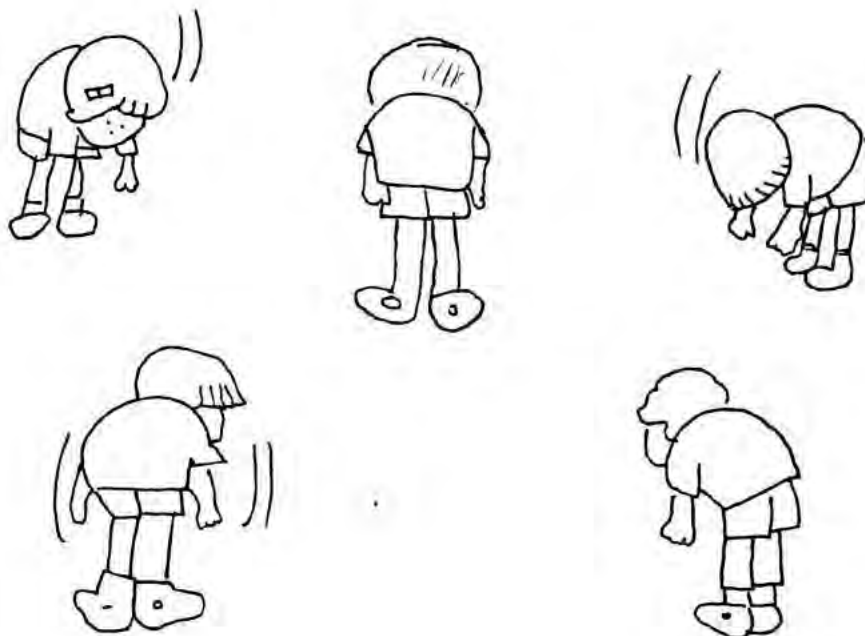
Los niños se colocan en círculo, en fila o dispersos y -- adoptan la posición de tronco y brazos relajados al frente como muñecos de cuerda

Desarrollo:

Después iniciarán la acción (caminar, sentarse, saltar, movimientos de brazos, etc.) regresando después de esto a la posición inicial simulando que se acabó la cuerda.

Objetivo:

Coordinación y flexibilidad.



Viene el rey

Preparaciòn:

Los niños permanecen en fila atràs de una l`nea de partida trazada en el piso, del otro lado del campo se traza una - paralela o l`nea de llegada.

Desarrollo:

El juego empieza cuando el profesor avisa que (viene el -- r-r-r-ratòn) o cualquier otro nombre de animal que empiece con "r" despuès se sigue dando una serie de avisos de este tipo demorando en terminar la ùltima palabra, siempre iniciada con la misma "r", mientras no diga (viene el r-r-r-r-rey) los niños deben quedar en donde estàn, pero cuando oigan esa palabra todos salen corriendo hacia la l`nea de llegada.

Objetivos:

Ràpidez auditiva y de reacciòn, desarrollo de la motricidad gruesa.



BIBLIOGRAFIA

- AHUMADA, Guadalupe y Rivas Alicia. Mis trabajos favoritos 2. Mèxico, "Ed" Trillas, 1988, 152 p.
- BOCH, Lidia y Menegrazzo, Lilia. El jardìn de infantes de hoy. Mèxico, "Ed" Hermes, 1984.
- BERGE, Y. Vivir tu cuerpo. Para una pedagogìa del movimiento. 3a. ediciòn, España, "Ed" Madrid, 1985.
- COMELLASI, Carbo, Ma. de Jesus. La psicomotricidad en preescolar. Colecciòn educaciòn y enseñaanza. "Ed" Ceac, 1984.
- CRUZ Liròn, Juan Manuel. Didàctica sobre actividades creadoras y pràcticas. 3a. ediciòn, "Ed" Oasis, 1969, 372 p.
- ENCICLOPEDIA Tècnica de la educaciòn. Tomos V y VI, Madrid, España, "Ed" Santillana 1985.
- FLOSDORF Peter, Rieder Herman. Deportes y juegos en grupos. 2a. ediciòn, Buenos Aires, Argentina, "Ed" Kapelusz S.A. 1975.
- LABINOWICZ. Ed. Introducciòn a Piaget pensamiento-aprendizaje-enseñaanza. Mèxico, Fondo educativo interamericano, 1986.

MERANI, L. Alberto. Psicología y pedagogía. México, D.F., "Ed" grijalbo, 1969.

SEP. Guía Metodológica de educación física para el docente pre-escolar. 1988.

_____. Programa de educación física. Dirección general de educación pública. 136 p.

_____. Programa de educación preescolar. México, D.F. 1992.

_____. Bloques de juegos y actividades en el desarrollo de los Proyectos en el jardín de niños. México, D.F. 1993.

_____. Educación para la salud en el nivel preescolar. Talleres super papel, S.A. de C.V. 1993.

ZAPATA, Oscar. El aprendizaje por el juego. México, "Ed" Pax, -- 1988.