



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD UPN 097 SUR CDMX

IMPORTANCIA DEL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DENTRO DEL AULA.

TESINA

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR**

**P R E S E N T A
XARENI GUADALUPE VELASCO**

ASESOR: MTRO. MARTÍN ANTONIO MEDINA ARTEAGA

CDMX

ENERO 2024

Ciudad de México, junio 19 de 2024.

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN

C. XARENI GUADALUPE VELASCO

Presente:

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado de la dictaminación de la Tesina: "Importancia del desarrollo psicomotriz dentro del aula", que usted presenta como opción de titulación de la Licenciatura en Educación Inicial y Preescolar, le manifiesto que reúne los requisitos académicos establecidos por la institución.

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

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



S. R. P.

DRA. MARÍA DE LOURDES SALAZAR SILVA
Presidente de la Comisión de Titulación
SERVICIOS ESCOLARES

MLSS/cacl

Contenido

Introducción.....	5
I. Problematización de mi práctica docente.....	7
1.1 Semblanza de mi trayecto profesional.	7
1.2 Contextualización, reflexión y análisis de mi práctica.	8
1.3 Elección de un problema significativo de mi práctica.	12
II. Fundamentos teóricos: Impacto de la psicomotricidad en el desarrollo integral del alumno.....	13
1. ÁREA MOTORA.....	13
Definición de Psicomotricidad.....	13
Desarrollo psicomotriz.....	13
Definición de habilidades motrices gruesas y finas.....	14
I. Capacidades motrices.....	15
Patrones de movimiento.....	15
Coordinación óculo - manual.....	15
Tono Muscular.....	16
II Habilidades psicomotrices a los 5 años.....	16
Noción del esquema corporal.....	16
Capacidades perceptivo-motrices.....	17
Acciones específicas.....	17
III Causas y consecuencias de la falta de movimiento y ejercicio.....	18
Causas.....	18
Consecuencias.....	20
2. ÁREA COGNITIVA.....	21
I. Psicomotricidad y matemáticas.....	21
II. Psicomotricidad para la adquisición de la lectoescritura.....	23
3. ÁREA SOCIOAFECTIVA.....	25
I. La concepción del yo en el ámbito motriz.....	27
II. Motricidad y juego.....	27
II. Análisis de la problemática a partir de la articulación de los fundamentos teóricos y el ámbito práctico de la psicomotricidad dentro del salón de clases.....	31
1. ÁREA MOTORA.....	31
Habilidades motrices gruesas.....	31
Habilidades motrices finas.....	32
2. ÁREA COGNITIVA.....	33
Psicomotricidad y aprendizaje.....	33
3. ÁREA SOCIAFECTIVA.....	35
Ámbito socioemocional.....	35
III. Propuestas para trabajar en la mejora del desarrollo motriz.....	38

<i>IV Cómo se resignificó mi práctica en la atención al desarrollo de la psicomotricidad a partir del estudio de la licenciatura.</i>	<i>48</i>
<i>Conclusiones.....</i>	<i>49</i>
<i>Referencias.....</i>	<i>50</i>

Introducción

Actualmente nos encontramos inmersos en una sociedad con prácticas distintas a las existentes hace cuatro décadas. Por ejemplo: el acceso a la información a través del uso de internet, las herramientas de interacciones sociales que hacen posible la comunicación a distancia, las dinámicas familiares donde la mujer ha tenido una mayor participación en el ámbito laboral, el entretenimiento a través de plataformas digitales, por mencionar algunas de ellas.

Las áreas de Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digitales (TICCADS) han aportado avances que han transformado el entorno, las prácticas y rutinas que las personas llevaban a cabo a través de dispositivos móviles (como tablets, teléfonos o computadoras), aplicaciones y plataformas (como Moodle o Google).

A partir del evento pandémico mundial que vivimos, pudimos concientizar cómo la tecnología nos ha brindado diversas áreas de desarrollo con cada una de las herramientas que se han creado en pro de la comunicación e información, sin embargo, también ha transformado las prácticas sociales, de entretenimiento y de movimiento.

En el ámbito social, las reuniones a través de videollamadas, el uso de redes sociales y conversaciones a través de mensajes instantáneos son herramientas de uso cotidiano. En cuanto al entretenimiento, las plataformas de películas y videos han facilitado el acceso a un vasto contenido audiovisual al cual se tiene acceso en cualquier momento del día.

Finalmente, relativo al movimiento, el sedentarismo infantil cada vez está más presente, siendo común que las nuevas generaciones tengan un mayor acceso al uso de pantallas, teléfonos y tabletas con el fin erróneo de entretenerlos, permanecer tranquilos o permitirles a los adultos continuar con sus labores, lo cual limita las habilidades de coordinación de movimientos, equilibrio, fuerza o control postural que deben presentar acorde a su edad, por mencionar algunas.

Alineado con la integración de la educación en línea por un periodo tan extenso, sin duda conllevó a un abanico de consecuencias distintas para cada alumno. Mientras algunas áreas, como la académica, seguían en pie con apoyo de los padres y

maestros, otras áreas como la motriz o la socioemocional, se vieron directamente afectadas.

Las áreas enriquecidas con la tecnología, por parte de los estudiantes fueron el manejo de aplicaciones, ejecución de procesos de ingreso a plataformas educativas como Google Classroom o Meet, la interacción en línea, y el continuar su proceso académico a distancia.

El área motriz se vio disminuida ya que muchos de mis estudiantes vivían en departamentos pequeños sin acceso a patios o áreas verdes, por lo que los padres de familia mostraron preocupación por no tener lugares adecuados para que pudieran correr, columpiarse o nadar. En el área motriz fina noté que la mayoría de mis estudiantes no tenía la supervisión de adultos durante clase, lo cual disminuyó la guía o corrección de la posición de pinza en su mano al tomar el lápiz o la dirección de ejercicios grafomotrices.

Es por ello por lo que la presente tesina tiene como objetivo analizar los retos y transformaciones que enfrenté dentro de mi práctica docente en el ámbito de motricidad, partiendo de las necesidades de mis estudiantes, recuperando la información de mi portafolio de actividades integradoras en el marco teórico, al igual que en el apartado de actividades sugeridas para incorporar el desarrollo motriz y que aún continúo desarrollando junto con mis estudiantes.

Este documento se integra por un marco teórico, el análisis de la problemática que parte de dichos fundamentos teóricos, una breve propuesta de mejora y la resignificación de mi práctica a partir del estudio de la licenciatura.

I. Problematicación de mi práctica docente.

1.1 Semblanza de mi trayecto profesional.

Al reflexionar acerca de los inicios de mi práctica docente, el primer momento que llega a mi mente es el estudio del idioma inglés. Para mí, el poder aprender un segundo idioma no solo me abrió las puertas de diversos contenidos académicos y recursos informativos, como libros, artículos, conferencias y talleres; sino que también me ha permitido interactuar con personas de distintas nacionalidades, promoviendo el intercambio cultural y el enriquecimiento personal.

Al disfrutar tanto de este proceso y conocer los beneficios que conlleva la práctica de la comunicación bilingüe, quise ser partícipe en la enseñanza del idioma inglés con el objetivo de poder brindarle la misma oportunidad a nuevas personas. Fue así como comencé a brindar clases sencillas para mis compañeros de preparatoria sin costo alguno, por el gusto de poder compartir lo que sabía.

Una de mis metas en ese momento era poder profesionalizar mi práctica para enseñarle a niños y adultos el idioma correctamente, transformando la creencia de que el inglés es difícil, complicado o tedioso de estudiar.

Ese fue uno de los principales motivos por los que decidí estudiar la carrera de pedagogía, esperando comprender las bases del proceso de enseñanza - aprendizaje. En el segundo año de la licenciatura, comencé a trabajar como asistente en una escuela preescolar privada, lo cual me permitió comenzar a explorar el aspecto práctico de manera formal y sentar las bases de lo que se convertiría en mi siguiente pasión: la educación preescolar.

En mi servicio social tuve la oportunidad de apoyar a una asociación en el municipio de Tultepec, donde apoyé en la enseñanza del idioma inglés a niños, adolescentes y adultos. Lo cual me llenó de satisfacción ya que se alineaba al propósito inicial que perseguía y ahora contaba con más herramientas con las cuales apoyar a mis estudiantes.

Al finalizar mi proceso de titulación, me aceptaron como docente de inglés en mi primer colegio bilingüe, donde tuve la oportunidad de seguir trabajando en el ámbito preescolar desde el enfoque de la enseñanza del idioma, lo cual me permitía unir lo mejor de mis dos pasiones.

Después de los primeros años me di cuenta de que, si bien había adquirido muchos conocimientos valiosos a lo largo de mi primera licenciatura, el ámbito pedagógico es bastante amplio y que la docencia era únicamente una de las ramificaciones que la componen. Por lo tanto, mi deseo era especializarme en el área preescolar y profesionalizar mi práctica docente a través del estudio de esta licenciatura.

1.2 Contextualización, reflexión y análisis de mi práctica.

Actualmente laboro en el municipio de Cuajimalpa, en un colegio británico bilingüe, dentro del área de preescolar. En este colegio trabajamos con grupos de entre 15 a 20 niños. Específicamente intervengo en el grado de tercero de preescolar, son tres grupos de 17 estudiantes cada uno, en la enseñanza del idioma inglés.

El colegio cuenta con los niveles de preescolar, primaria y secundaria. Es considerada una escuela multicultural ya que interactuamos con estudiantes y docentes tanto nacionales como provenientes de distintos países, por ejemplo Inglaterra, Brasil, Colombia, Chile, Argentina y Estados Unidos, principalmente.

El ambiente de interacción entre los actores educativos es positivo, contando con un clima laboral y escolar muy agradable, lleno de respeto, empatía y comunicación continua entre el equipo alrededor del niño, el cual está conformado por directivos, docentes y el área de psicología.

La mayoría de nuestros estudiantes construye diariamente relaciones interpersonales sanas, existe un pequeño porcentaje de los estudiantes que requieren de apoyo psicopedagógico para aprender a llevar a cabo las pautas de convivencia y socialización.

Debido a las características socioeconómicas del alumnado, una de las dificultades que he detectado dentro de la institución es la falta de comunicación continua con padres de familia, ya que es mucho más común que los choferes del hogar sean quienes los traen a la escuela y los recogen o que este rol lo cumpla el transporte escolar.

Acorde a las entrevistas iniciales que realizamos, después de la escuela, también es común que las nanas sean quienes cuidan a los niños o que tengan tutores académicos, por lo que los papás no están al tanto de lo que se debe de hacer con

las tareas o del progreso de sus hijos hasta que tenemos las juntas con padres de familia de manera trimestral.

Esto dificulta mucho la parte de apoyo en casa, ya que los papás indican que debido a la exigencia laboral que desempeñan, les es muy complicado estar pendiente del contexto educativo de sus hijos. En ocasiones, cuando es de alta importancia citarlos, lo hacemos de manera remota para que ellos puedan conectarse desde su trabajo y acorde a la disponibilidad de su horario.

Este tema de poca comunicación desencadena, en algunos de los casos, indiferencia por parte de los padres ante las dificultades o las áreas donde los estudiantes requieren de apoyo. Lo anterior implica un reto para mí como docente ya que el avance continuo del alumno se ve obstaculizado por la falta del repaso o práctica en casa.

Actualmente en preescolar no contamos con estudiantes que presenten alguna discapacidad de tipo cognitiva, visual, motriz o auditiva. Sin embargo, cuando se han presentado casos, el equipo psicopedagógico brinda la orientación necesaria para realizar la adaptación del currículo escolar acorde a las necesidades del alumno.

Uno de los eventos más significativos que ha transformado el contexto de mi práctica docente fue el periodo de aislamiento social requerido por la pandemia causada por el COVID-19. Un factor que jugó a favor de la institución fue que el nivel socioeconómico de la mayoría de los estudiantes entra en la categoría medio - alto, lo cual nos permitió trabajar con ellos vía remota a través de la educación en línea.

Durante esos meses brindamos clases de lunes a viernes dentro del horario regular. Esta situación sin duda presentó nuevos retos, aprendizajes y métodos que implicaron la reorganización de mi práctica docente.

Como mencioné en el apartado anterior, el periodo de educación en línea y el proceso de reingreso a las aulas fueron dos detonadores que me impulsaron a transformar mi práctica docente y a buscar nuevas herramientas que pudieran apoyar las necesidades que presentaron mis estudiantes durante cada una de las fases de este proceso, las cuales detallo a continuación.

Uno de los primeros retos que transformaron mi praxis fue enfrentarme a mostrar mi práctica docente a los padres de familia, ya que para mí una de mis zonas de confort era la privacidad del salón de clases, donde me sentía segura para bailar, cantar y jugar con mis estudiantes.

Al estar frente a una cámara exponiendo cada una de esas piezas que conforman mi personalidad como docente, consciente de que los padres de familia estarían escuchándome y posiblemente registrando lo que hacía, me generaba mucha inseguridad.

Lo que me ayudó a superar este reto fue el centrarme en mis estudiantes, recordando que mi esfuerzo diario impulsaría su desarrollo y la estabilidad de su rutina académica. Además implementé en las primeras semanas, ejercicios de respiración como actividad para iniciar el día, lo cual regulaba tanto mis emociones como las de mis alumnos. A partir de la interacción diaria, mi percepción fue normalizando el brindar mi clase con espectadores externos, lo cual me ayudó a que actualmente yo pueda realizar actividades frente a mis compañeras y directora con mayor confianza y fluidez.

El segundo reto que encontré fueron las limitaciones que el uso de la pantalla brindaba, ya que sentía que no podía apoyar uno a uno a mis estudiantes. Dentro de mi práctica me gusta emplear la diferenciación en el diseño de actividades acorde al nivel de dominio que presentan estudiantes específicos, ya sea que requieran de mayor o menor complejidad.

Particularmente me costó mucho trabajo desempeñar esta tarea en línea ya que las clases eran a nivel general del grupo, sin embargo, la solución que encontramos como equipo fue organizar periodos de 15 minutos al final del día con grupos pequeños de estudiantes, regularmente 2 o 3, con necesidades similares, lo cual fomentaba la atención personalizada a contenidos o procesos que veíamos durante las clases.

Dentro de las sesiones también pude notar que la interacción entre mis estudiantes era muy distinta, ya que a pesar de que fomentaba su participación en distintos momentos, notaba que entre ellos no estaban generando conexiones fuertes ni vínculos estrechos. Para esta situación realizamos periodos de videollamadas no

académicas los viernes, donde se les invitaba a los alumnos a mostrarnos su juguete favorito, a hablar sobre su mascota, películas o temas donde pudieran encontrar gustos en común.

También realicé sesiones de educación socioemocional donde se trabajó el reconocimiento de emociones, las situaciones que habían generado esa emoción y estrategias para manejarlas dentro de casa.

Una vez finalizado el periodo de aislamiento, el reto que se presentó en mi práctica fue la readaptación de mis estudiantes a nivel motriz, académico y social. Muchas habilidades de autonomía se encontraban escasas, mostrando dificultad para realizar actividades simples como saber ponerse la mochila correctamente.

El ámbito socioemocional era uno de los pilares que requerían de mucho fortalecimiento ya que debido a la situación sanitaria, debían guardar una distancia entre ellos y utilizar cubrebocas, lo cual les impedía visualizar los gestos de los demás para realizar el reconocimiento de emociones en otros. También noté que algunos estudiantes evitaban acercarse a interactuar por los comentarios que escuchaban en su familia acerca de poder enfermarse.

En cuanto a la parte motriz, el 70% de mis estudiantes del ciclo pasado presentaba un bajo tono muscular para la edad en la que se encontraban, a causa del poco ejercicio y movimiento que realizaron dentro de casa.

Por otra parte, en el ámbito académico, muchos aprendizajes aún no se encontraban completamente consolidados ya que el aprendizaje virtual requiere de atención y concentración por parte de los estudiantes, lo cual no siempre era posible debido a los distractores que encontraban en su entorno.

Sumado a lo anterior, en el contexto familiar noté cómo fue el proceso de readaptación por parte de los padres al ahora tener la posibilidad de convivir todo el día con sus hijos e hijas, adentrándose en el contenido escolar, ya que muchos de los trabajadores del hogar que los apoyaban regularmente, volvieron con sus familias.

La suma de los factores anteriores implicó que reorganizara mis contenidos y priorizara las habilidades que deseaba desarrollar en ellos. Por ejemplo, al integrar

circuitos motrices en el patio para ayudar a mis estudiantes a brincar con ambos pies, a mantener el equilibrio sobre una línea, a arrojar y atrapar objetos, ya que tendían a tropezarse constantemente o chocar entre ellos al jugar en el receso o en clase de educación física.

1.3 Elección de un problema significativo de mi práctica.

Debido al conjunto de factores anteriores, elegí como problemática el desarrollo de habilidades psicomotrices dentro del aula, ya que a partir del periodo de aislamiento social y educación en línea, observé un rezago en la ejecución de actividades de desplazamiento, manipulación de objetos, tono muscular y coordinación de movimientos (tanto gruesos como finos), principalmente.

De igual manera considero que es un área que como docente debo priorizar debido a todas las conexiones que la psicomotricidad conlleva dentro del desarrollo integral del alumno, desde el aspecto social, lúdico, emocional y académico.

Lo que he observado en estas últimas generaciones es el impacto que tiene el aumento de la presencia de dispositivos electrónicos como tablets, consolas de videojuegos, televisión, bocinas inteligentes y su uso excesivo como medio de entretenimiento, sin ningún tipo de guía o supervisión adulta debido a la disminución de tiempo disponible de los padres, lo cual conlleva a un sedentarismo constante en una de las etapas claves para el desarrollo motriz infantil.

Personalmente, no me encuentro en desacuerdo con la inclusión de la tecnología dentro del aula, siempre y cuando se cumpla con el uso moderado, estructurado, bajo una guía y un propósito, además de cien por ciento supervisado.

Es importante recalcar que en la presente problemática me enfoco en las prácticas excesivas del uso de pantallas como entretenimiento, reemplazando actividades motrices que impulsen el desarrollo estimado acorde a la edad de mi grupo.

II. Fundamentos teóricos: Impacto de la psicomotricidad en el desarrollo integral del alumno

1. ÁREA MOTORA

Definición de Psicomotricidad

Acorde a la Asociación Argentina de Psicomotricidad (2023), el término psicomotricidad se define como "una disciplina que tiene como eje el estudio del cuerpo y su construcción en la relación al medio, en el devenir singular del sujeto: bebé, niño, joven y adulto."

Por su parte, Toledo, et. al. (20) mencionan en su obra que:

"es mediante la psicomotricidad que se puede conseguir la conciencia del propio cuerpo en todos los momentos y situaciones de la vida socio educativa, el dominio del equilibrio, del control y eficacia de la coordinación global y segmentaria, el control de la inhibición voluntaria de la respiración, la organización del esquema corporal y la orientación en el espacio, una correcta estructuración espaciotemporal, generan las mejores posibilidades de adaptación a los demás y al mundo exterior" (p. 30)

Adicionalmente, León, et.al. (2021) indican en su artículo que: "La psicomotricidad bien puede expresarse como la intervención educativa o terapéutica que tiene como objetivo el desarrollo de las habilidades motrices, expresivas y creativas del niño a través del cuerpo, utilizando el movimiento del cuerpo para el logro del mismo."

Desde mi punto de vista, partiendo de estos conceptos teóricos y añadiendo mi experiencia profesional, concuerdo en que la psicomotricidad no se enfoca únicamente en movimiento, sino que es una de las principales ramas del desarrollo infantil que se relaciona integralmente junto con la exploración del medio, la interacción con otros, el reconocimiento de sí mismo y de sus propias habilidades, el aprendizaje y la expresión.

Desarrollo psicomotriz

El ámbito psicomotriz es una de las principales áreas de desarrollo a lo largo de la etapa preescolar, ya que definirá las bases de los sistemas de acción que el niño empleará tanto en el ámbito escolar como en su vida cotidiana.

Acorde a la obra de Papalia, et. al. (2010), los sistemas de acción se definen como *las combinaciones de habilidades que ya poseen con las que están adquiriendo para producir capacidades más complejas*. Esto nos indica como docentes, que si las habilidades motrices que debían consolidar en años anteriores no se encuentran completamente desarrolladas, difícilmente podrán integrar las de mayor complejidad.

En cuanto al desarrollo natural de la motricidad, la Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar de Lobera (2010) indica que:

El movimiento en el ser humano sigue una evolución determinada. Se presentan de manera secuenciada de acuerdo con la maduración neurológica basada en dos leyes de desarrollo:

1. Cefalocaudal. El control progresivo del cuerpo va de la cabeza hacia la pelvis, es decir, desde el control cefálico hasta la marcha.
2. Proximodistal. Control del tronco del cuerpo hacia los brazos y las piernas. (p. 12)

El reconocimiento de este principio nos ayuda a reconocer en qué punto del desarrollo pueden estar presentando dificultades nuestros estudiantes, así como la posibilidad de plantear estrategias que fortalezcan las habilidades necesarias para promover el desarrollo del control de otras partes de su cuerpo.

Definición de habilidades motrices gruesas y finas

Es importante mencionar que las habilidades motoras se categorizan en dos rubros: las habilidades motrices finas y las habilidades motrices gruesas. A continuación se incluyen las definiciones de ambas.

Papalia, et. al. (2010) describen las habilidades motoras gruesas como *las habilidades físicas que involucran a los músculos largos*, siendo estos los brazos y piernas del niño. Por otra parte, indican que las habilidades motoras finas son *habilidades físicas que involucran a los músculos cortos y la coordinación ojo-mano*.

I. Capacidades motrices

Patrones de movimiento

Los patrones básicos de movimiento son el punto de partida para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas necesarias para el niño dentro de actividades como juegos, deportes e incluso en la interacción con su medio, por ejemplo, al subir escaleras o recorrer distancias.

Lobera (2010) menciona que los patrones locomotores son los movimientos *que implican que el cuerpo se mueva en el espacio, como correr, saltar y galopar*. Además señala que los movimientos manipulativos *consisten en proyectar o recibir objetos, como lanzar, atrapar y batear*.

Dentro de su guía se presenta la siguiente clasificación de movimientos acorde a la edad del infante.

1. Básicos: de 0 a 18 meses.
2. Maduros: de 18 meses a 3 años.
3. Manipulativos: de 3 a 6 años.
4. De perfeccionamiento: de 6 años en adelante. (p.12)

Coordinación óculo – manual

Gutiérrez (2016) por su parte indica que *la coordinación óculo-manual también llamada ojo-mano, es una habilidad cognitiva compleja*. De igual manera, ella explica que *los ojos fijan un objetivo y son las manos las que ejecutan una tarea concreta*.

Además agrega que *esta habilidad será especialmente importante para futuros aprendizajes escolares, como el aprendizaje de la lectoescritura*. (Gutiérrez 2016) Lo cual integra ambas ramas del desarrollo, tanto la motriz como la cognoscitiva dentro de la etapa preescolar, ya que en ella el niño comienza a afinar la precisión y fuerza necesarias para llevar a cabo tareas cotidianas, que van desde poder abrir un contenedor hasta emplear distintas herramientas como crayones, pinceles y lápices para crear trazos simples.

Tono Muscular

Otro aspecto sumamente importante a considerar en el ámbito motriz es el fortalecimiento del tono muscular, Vaca (2008) describe en su libro este concepto como *la energía potencial de un músculo*. Explicando que:

Incluso cuando están relajados, los músculos presentan una ligera contracción que limita su elasticidad y ofrece cierta resistencia al movimiento pasivo. Así, el tono muscular está íntimamente relacionado con la movilidad voluntaria y la postura. De la integridad de las estructuras nerviosas y musculares depende un tono balanceado que permita posturas y movimientos precisos y armoniosos. (p.60)

Lo anterior indica que el tono muscular de un infante puede identificarse a través de la postura que muestre el niño a lo largo de las actividades y la fuerza que posea para llevar a cabo distintos movimientos, mediante interacción con objetos, agarres y desplazamientos.

Con relación a este tema, señala que *con el paso de los meses, el tono de los músculos flexores y extensores se iguala. También maduran las estructuras cerebrales, medulares y nerviosas que intervienen en la motricidad.* (Vaca, 2008) Son estas estructuras las que propician el control gradual del movimiento y la postura erguida por parte del niño. Además menciona que *si alguna anomalía interfiere en el neurodesarrollo infantil, se producirá un trastorno motor y una alteración del tono muscular.* (Vaca, 2008)

Debido a esto, es importante que como maestros conozcamos con mayor profundidad las funciones del sistema nervioso y su íntima relación con el sistema muscular. De esta manera podremos detectar alguna anomalía en el desarrollo con las bases teóricas necesarias.

II Habilidades psicomotrices a los 5 años

Noción del esquema corporal

Acorde a Cano de la Cuerda, et. al. (2017), la noción del esquema corporal es:

La organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con lo que se percibe del mundo exterior. Es decir, la noción que el niño posee sobre su cuerpo, los movimientos que puede realizar con él y cómo estas habilidades lo ayudan a interactuar con el medio en donde se encuentra. (p. 25)

A través del desarrollo de esta habilidad, a los cinco años el niño es capaz de reconocer su lateralidad, es decir izquierda y derecha, así como la preferencia de la mano o pie que emplea para realizar la mayoría de las tareas. El niño también identifica la ubicación de objetos a su alrededor, comprende la dirección de sus movimientos y cómo encauzarlos para lograr una meta simple. Por ejemplo, patear un balón para que llegue a la portería, lanzar una pelota hacia su compañero, atrapar un objeto.

Continuando con su explicación, Cano de la Cuerda et. al. (2017), describen que en esta edad también *se produce el desarrollo de las posibilidades de control postural y respiratorio, la afirmación definitiva de la lateralidad, el conocimiento de la derecha y de la izquierda y la independencia de brazos con respecto al tronco*. Este último movimiento se puede observar cuando el niño corre y comienza a alternar sus brazos con respecto al movimiento de las piernas, por ejemplo.

Capacidades perceptivo-motrices

En la Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar se indica que *en esta etapa los niños empiezan a dominar su cuerpo sobre los objetos, es decir, a manipularlos de manera lúdica y espontánea. En los patrones manipulativos se presentan acciones complejas de coordinación como la coordinación ojo- mano y ojo-pie*. (Lobera, 2010)

Un ejemplo de este tipo de patrones es el juego con pelotas para lanzarlas, atraparlas o patearlas en una dirección específica. También en actividades más precisas como armar una torre de cubos, llevar objetos de un lado a otro o comenzar a abotonar su ropa.

Acciones específicas

Basándome en las obras de Papalia (2010) y en la Guía de Indicadores de Desarrollo (2019), se presenta el siguiente cuadro con acciones concretas que el niño de cinco años puede llevar a cabo a nivel motriz

	Motricidad gruesa	Motricidad fina
--	-------------------	-----------------

Infante de 5 años	Se para en un pie por 10 segundos o más	Usa tenedor y cuchara y, a veces, cuchillo.
	Brinca y puede ser que dé saltos de lado	Manipula materiales como pinceles, esponjas y crayones.
	Puede dar volteretas en el aire	Representa objetos, animales y personas de su vida cotidiana a través del dibujo.
	Se columpia y trepa	Lava sus manos y comienza a intentar cepillar sus dientes bajo supervisión.
	Puede descender una escalera larga alternando los pies	Emplea herramientas como el sacapuntas y las tijeras de manera correcta, bajo supervisión
	Comienzan a lanzar y atrapar objetos en una dirección específica.	Realiza actividades que impliquen abotonar, abrochar o manipular cierres.

Tabla 1. Acciones motrices específicas a los 5 años. Información tomada de la obra de Papalia et. al. (p. 220) y en la Guía de Indicadores de desarrollo (p. 41.)

III Causas y consecuencias de la falta de movimiento y ejercicio

Causas

En general, son variadas las causas que se presentan en la población infantil, por lo que a continuación se presentan algunas de las principales variables.

Sedentarismo

Es importante recalcar que el sedentarismo infantil no comenzó en el periodo de aislamiento ni se limitó únicamente a la duración del mismo. Soler y Castañeda (2017), indican en su artículo que *los hábitos de vida sedentarios están creciendo en la sociedad, sobre todo desde el auge de las tecnologías, y el estilo de vida sedentario está siendo también transmitido a los niños que cada vez dedican más tiempo a actividades sedentarias.*

Con el aumento de tecnología y dispositivos móviles, he observado que un elemento presente en el entretenimiento infantil es el celular o la tablet, proporcionados por los padres. Al momento de recibir a los estudiantes por la mañana, he observado que la mayoría de ellos tienen las tablets en sus manos, ya sea para ver videos o jugando un juego durante el trayecto a la escuela.

Esta práctica continúa en casa con el uso de la televisión, propiciando elecciones sedentarias para el entretenimiento infantil, pero cómodas para los padres de familia, lo cual repercute en sus habilidades motrices.

Por su parte, la OMS (2022) indica las siguientes recomendaciones para los niños de cinco años en adelante:

- deberían dedicar al menos un promedio de 60 minutos al día a actividades físicas moderadas a intensas, principalmente aeróbicas, a lo largo de la semana;
- deberían incorporar actividades aeróbicas intensas, así como aquellas que fortalecen los músculos y los huesos, al menos tres días a la semana;
- deberían limitar el tiempo dedicado a actividades sedentarias, particularmente el tiempo de ocio que pasan frente a una pantalla. (s/n)

Lo anterior nos brinda un rango mucho más claro de la cantidad de actividad física mínima requerida para esta etapa.

Aislamiento

Específicamente en relación con la etapa pandémica, la académica Muñoz, citada por Riquelme (2022) indica que:

Existe un costo en las habilidades motrices fruto del prolongado confinamiento y la sensación generalizada de temor ante el riesgo de contagio, lo que sin duda influyó en la sobreprotección de muchos niños que dejaron de moverse y explorar nuevas habilidades de acuerdo a su edad cronológica. (s/n)

También se mencionan algunas de las causas que propiciaron este rezago entre los niños, entre las cuales destaca *gran parte de los hogares no cuentan con espacios exclusivamente destinados al juego, por lo que aprendieron a moverse y a jugar en*

el dormitorio o en la sala, sin la posibilidad de trepar, saltar o colgarse. (Riquelme, 2022)

Como se analizó en los apartados anteriores, diversos aspectos del desarrollo motriz se vieron afectados, tales como la coordinación, el tono muscular, los patrones de movimiento y el reforzamiento de la motricidad gruesa y fina.

Cerda citado en Riquelme (2022), menciona que *existe evidencia que demuestra que los niños que han desarrollado de manera más amplia sus habilidades motrices también mejoran sus funciones ejecutivas. Estas últimas incluyen aspectos como la memoria de trabajo, la flexibilidad cognitiva y el autocontrol.*

Lo anterior indica la relación que se ha descrito previamente de la estrecha integración entre el desarrollo neuronal, cognitivo y motriz, por lo cual se destaca la importancia de propiciar su continua evolución dentro del ambiente escolar y en casa.

Consecuencias

Problemas de salud

El ejercicio y el movimiento son dos elementos fundamentales para propiciar la salud y el bienestar de diversos sistemas del cuerpo humano, tal como lo son el cardiovascular, respiratorio, muscular y óseo. Esta importancia incrementa en los periodos de crecimiento, como la etapa infantil.

La OMS (2022) en su artículo titulado *Actividad física*, indica que las principales consecuencias que presentan los niños mayores a cinco años, ante el sedentarismo y la falta de actividad física, son:

- un aumento de la adiposidad (aumento de peso)
- una salud cardiometabólica, aptitud física, conducta comportamental / comportamiento social más deficientes
- una menor duración del sueño (s/n)

Esto nos muestra que la falta de movimiento no solo impacta en las habilidades motrices, sino en distintas áreas de la salud, ya que es un elemento que trabaja de manera integral junto con otros procesos del desarrollo

2. ÁREA COGNITIVA

La psicomotricidad juega un papel fundamental dentro de diversos procesos de aprendizaje. De acuerdo con Camargo y Maciel (2016) la relación entre psicomotricidad y aprendizaje radica en:

El proceso de aprendizaje es un sistema complejo, que implica una variedad de habilidades. Por lo tanto, es de suma importancia que el niño adquiera antes del proceso de alfabetización, conceptos que faciliten el aprendizaje de la lectura y la escritura, como lo es la educación psicomotriz. (p. 268)

Esto claramente refleja la necesidad de que los estudiantes dominen habilidades motrices y cognitivas, previas a la introducción de contenidos mucho más abstractos, como lo son los números y las letras. Esto es debido a la etapa de desarrollo en la que se encuentran, requiriendo de materiales concretos y manipulables con los cuales ellos puedan crear la conexión entre símbolos y lo que representan (un sonido o una cantidad).

Para Guerra (2017), algunos de los elementos del desarrollo psicomotor que impactan directamente el aprendizaje, son:

- La coordinación entre la mano y el ojo (muy importante en la escritura)
- El desarrollo del cuerpo calloso (parte del cerebro que facilita la comunicación entre los dos hemisferios)
- Aumentar el conocimiento del propio cuerpo (aspecto muy importante de cara al desarrollo de la orientación en el espacio, el cual juega un papel determinante en el aprendizaje de la lectura y la escritura)
- Facilita el proceso de lateralización.
- Estimula el ritmo y por tanto la orientación temporal.
- Facilita el desarrollo de las habilidades visuales. (s/n)

I. Psicomotricidad y matemáticas

Con respecto al proceso del desarrollo de un elemento matemático avanzado, como lo es la noción y el uso del número, Lobera, et. al. (2018) indican que:

Para la adquisición del concepto de número, el niño pasa por un proceso continuo y paulatino, en el cual va explorando y conociendo a través de sus sentidos, su cuerpo, el movimiento y la relación con las personas, los objetos y el entorno. (...) la psicomotricidad es muy importante para que el niño adquiera un pensamiento matemático sólido que le permita acceder a la aritmética, el cálculo, la geometría, entre otros conceptos involucrados con el espacio, tiempo, lateralidad y esquema corporal. (p. 31)

Como se mencionó anteriormente, los estudiantes no pueden adquirir un concepto tan abstracto como darle un significado claro a un número o llevar a cabo la comprensión del proceso de conteo sin antes desarrollar previamente habilidades que impliquen movimiento, como es la manipulación de materiales concretos, por ejemplo.

A continuación se muestra una tabla con la información que brindan Lobera, et. al. (2018) acerca de las principales habilidades matemáticas que se desarrollan en preescolar y dentro de las cuales se interrelaciona el desarrollo psicomotriz.

Ámbito	Descripción	Ejemplos
Ubicación espacial	Proceso por el cual el niño sitúa su cuerpo en relación con ciertos puntos de referencia	a) Arriba-abajo. b) Adentro-afuera. c) Adelante-atrás. d) Cerca-lejos. e) Izquierda-derecha (a un lado-al otro).
Ubicación temporal	El tiempo es un concepto abstracto y se adquiere a través de las situaciones cotidianas. En la ubicación temporal debemos trabajar conceptos de secuencias de acción.	El día, la noche, las estaciones del año, hora de comer, de ir a la escuela. Primero, después, por último.
Clasificación	Proceso en el cual el niño aprende a separar y agrupar los objetos con características semejantes.	a) Observación. b) Comparación. c) Criterios de clasificación (por color, tamaño, forma, uso, entre otros).
Seriación	Proceso a partir del cual el niño es capaz de ordenar un elemento en relación a otro, con base en alguna	a) Observación. b) Análisis de cualidades. c) Mayor que-menor que. d) Chico-grande.

	característica (tamaño, color, forma).	e) Bajo-alto.
Cantidad	Se relaciona con el objeto y el número de elementos. Para lograr esto es importante brindar al niño muchas experiencias de observación, descripción de cualidades, como forma, tamaño, color, uso, textura, sabor, olor, orden y posición entre objetos.	a) Igual que... b) Más que... c) Menos que... d) Correspondencia uno a uno.
Números	Se relaciona con el objeto, la cantidad de elementos y la grafía, llamada también numeral.	a) Percepción, atención y memoria. b) Recitación de los números. c) Relación entre la cantidad y el nombre del número. d) Relación de la grafía y el número. e) Unión de nombre, grafía y cantidad.

Tabla 2. Descripción de habilidades matemáticas. Información tomada de la obra de Lobera, et. al. (2018), pp. 31 – 32.

II. Psicomotricidad para la adquisición de la lectoescritura.

Similar al proceso paulatino de adquisición de habilidades matemáticas, la lectoescritura requiere de distintas habilidades previamente consolidadas para comenzar a desarrollarse, las cuales implican ámbitos del desarrollo psicomotriz.

Con respecto a este punto, Lobera, et. al. (2018) sugieren el refuerzo de *la construcción del esquema corporal, el espacio, el tiempo, el ritmo, la lateralidad y en especial la coordinación óculo-manual*, previo al momento de iniciar la lectoescritura.

Además señalan que:

Para que el niño realice los trazos y lectura de las grafías es necesario que existan disociación y segmentación del movimiento, discriminación de formas, direccionalidad del trazo, un tono postural adecuado y una correcta prensión del lápiz, además del conocimiento social de la escritura y la lectura. Por tanto, se hace pertinente trabajar los aspectos motores y cognoscitivos a través de la psicomotricidad para consolidar las bases de un proceso tan complejo como el lenguaje escrito. (Lobera, et. al., 2018, p. 42)

A continuación se presenta una tabla que describe las tres etapas del desarrollo de la habilidad del lenguaje escrito, con información tomada de la obra de Lobera, et. al. (2018)

Fases de la escritura	Descripción
Precaligráfica	El niño está iniciando el proceso, por lo cual aún es incapaz de ajustar su escritura, es decir, sus trazos son torpes, sus grafías están mal cerradas, su inclinación y curvas están mal controladas. En esta etapa se encuentran los niños de preescolar.
Precaligráfica infantil	El niño ha logrado dominar las principales dificultades de sostener y mantener el lápiz, la escritura alcanza un nivel mayor de madurez y equilibrio. Podemos ubicar en esta fase a los niños de primaria.
Postcaligráfica	Se introduce un elemento muy importante que es la velocidad, especialmente para tomar notas y buscar estrategias para ordenar ideas modificando incluso la forma de las grafías. Regularmente esta etapa se presenta en la secundaria.

Tabla 3. Fases de la escritura. Información tomada de la obra de Lobera, et. al., 2018, p. 42

Adicionalmente, recalcan que:

El desarrollo psicomotor del niño es la base para que se dé el proceso de la lectura y escritura. Este proceso se lleva a cabo bajo las leyes de maduración del sistema nervioso de las que dependen los movimientos gruesos y finos de las extremidades. (Lobera, et. al., 2018, p. 43)

Por último, clasifican el desarrollo de esta habilidad en dos niveles: *Las regulaciones de tono y postura, coordinaciones óculo-manual y óculo-pedal. Y el desarrollo de las actividades digitales finas (psicomotricidad fina)*. (Lobera, et. al., 2018)

La información de estos capítulo refleja que, en los distintos temas que se estén trabajando dentro del ámbito escolar, el desarrollo motriz jugará un papel fundamental, ya que el movimiento y los procesos ligados a éste, son el medio por el cual el alumno interactúa con su entorno, genera nuevas experiencias e interpreta los contenidos que formarán parte de la construcción de su aprendizaje, ya sea de índole académica o en su vida cotidiana.

3. ÁREA SOCIOAFECTIVA

En relación al área socioafectiva, la Asociación Argentina de Motricidad (2023), menciona que "La estructuración psicomotriz se da en una relación de orden dialéctica del sujeto consigo mismo, con los otros, los objetos , el espacio y el tiempo." Enfatizando que a el intercambio e interacción que tiene el ser humano desde bebé con otros, generará uno de los pilares de su desarrollo psicomotriz.

La interacción con otros implica movimiento, lectura del lenguaje corporal, el tono de la voz, la respuesta a estímulos. Lo cual refuerza el vínculo que existe a nivel socioemocional y psicomotriz.

De igual forma, el progreso en el desarrollo de las habilidades motrices impactan directamente en la interacción y juego entre pares, ya que los estudiantes tienden a formar grupos o elegir a quienes destaquen en velocidad, equilibrio o coordinación. Esto influye, por su parte, en la autopercepción que tienen de sus propios alcances y límites.

Es por ello por lo que se incluye este capítulo en el presente trabajo, ya que el desarrollo motriz está relacionado de manera integral en la etapa infantil.

Armus (2021) en su capítulo, define el desarrollo socioemocional como:

Proceso por el cual los niños y las niñas construyen su identidad, su autoestima, su seguridad, la confianza en sí mismos y en el mundo que los rodea, a través de las interacciones que establecen con sus pares significativos, ubicándose como una personas únicas y distintas. (p. 31)

Este proceso comienza en los primeros años de vida dentro del entorno familiar, sin embargo, es un proceso que fundamenta sus bases en la etapa preescolar y que continúa a lo largo de toda la vida.

Con relación a las habilidades sociales que se adquieren específicamente en esta etapa, Zamora (2015) describe en su manual que *son necesarias para el ajuste social, por ejemplo: la toma de turnos, compartir, ayudar, escuchar, expresar verbalmente los sentimientos, establecer el autocontrol y controlar tendencias agresivas.*

Es importante mencionar que el periodo preescolar es el primer contacto que tiene el niño con un entorno externo al familiar, por lo tanto, es un periodo de construcción de pautas sociales, adquisición de normas de convivencia y paulatinamente, el reconocimiento de cómo llevar a cabo la participación en dinámicas y juegos.

Con relación a lo anterior, es de suma importancia recalcar el papel que juega la confianza que el niño construye con individuos externos a su entorno familiar. Armus (2021) describe este proceso de la siguiente manera: *La confianza básica es un logro que se da como resultado de la repetición de interacciones satisfactorias entre niña o niño y sus cuidadores primarios.*

De igual forma, explica que la importancia de este elemento radica en representar *un pilar para la interacción con el otro: el niño o niña que desarrolla su confianza básica podrá después explorar el mundo, crecer, separarse de sus cuidadores primarios y así constituirse como individuo.* Además recalca que *tanto los vínculos afectivos como las experiencias vividas influyen en desarrollo del cerebro.* (Armus, 2021)

En cuanto al intercambio que los niños reciben de su comunidad escolar, describe que:

El papel del adulto y los compañeros se vuelve fundamental porque la convivencia entre los niños/as, y de ellos con los adultos, en contextos y situaciones cotidianas, estimula una serie de habilidades necesarias para su vida mental, afectiva y social. Que los niños y niñas puedan establecer relaciones satisfactorias con su medio, promueve el desarrollo de su sentido de seguridad y autoestima. (p. 34)

I. La concepción del yo en el ámbito motriz.

Al ser más observadores y analíticos con sus propias habilidades, tanto en juegos como en dinámicas motrices, es común que lleguen a comparar las propias expectativas que se plantean dentro de una actividad y el resultado al realizarlas.

Papalia et. al. (2010) indican que *durante esta etapa hay un claro desarrollo del autoconcepto, existe una mayor capacidad para controlar y entender sus sentimientos, esto les permite guiar su conducta y establecer mejores relaciones con otros.*

Es en esta etapa donde se expande la noción acerca de lo que pueden lograr, de las posibles diferencias que se presentan entre sus habilidades y las de sus compañeros, así como el logro progresivo de nuevas metas.

Partiendo del autoconcepto, los niños desarrollan también la plasticidad del yo. Concepto que Armus (2021) define como

La capacidad para adaptarse a los distintos acontecimientos de la vida. Aquí entran en juego la adaptación a la realidad, a aprender lo que se puede y lo que no se puede hacer, a darse cuenta de las cosas que suceden en el mundo y a poder modificar actitudes para no sufrir cuando algo no se puede concretar. A partir de la plasticidad del yo es posible desarrollar la tolerancia a la frustración. (p. 33)

Como docentes es importante guiar este proceso para reenfocar la frustración que pueden presentar en estas situaciones y propiciar la resiliencia hacia sus propias capacidades.

II. Motricidad y juego

El juego es una parte fundamental del desarrollo del niño, ya que no solamente impacta en el desarrollo de patrones de movimiento sino que también es un medio de interacción e integración de su propia realidad dentro de contextos lúdicos.

En el artículo de Yogman, et. al. (2018), podemos encontrar la definición de juego como *una actividad que está intrínsecamente motivada, implica una participación activa y que da como resultado un descubrimiento.*

Lo anterior nos indica que el juego es una parte innata del desarrollo infantil, la cual genera una motivación y una recompensa positiva en el niño, siendo un motor para adquirir nuevos conocimientos.

En el mismo artículo también se menciona que *el desarrollo del juego con padres y compañeros es una oportunidad singular para promover las habilidades socioemocionales, cognitivas, lingüísticas y de autorregulación que construyen la función ejecutiva y un cerebro prosocial.* (Yogman, et. al., 2018)

Por su parte, la Academia Americana de Pediatría (2018) indica que *el juego es tan importante para el desarrollo que la Alta Comisión por los Derechos Humanos de las Naciones Unidas lo ha reconocido como uno de los derechos fundamentales de cada niño.* Es sumamente importante recalcar esta importancia, ya que el factor lúdico no es únicamente un tipo de entretenimiento para los niños, sino un elemento que impacta directamente en su desarrollo.

Esto lo corroboran Camargos y Maciel (2016) en su artículo, mencionando que el juego debe apreciarse desde una perspectiva integral, entendida como una actividad que permite aprender diversas habilidades, insertados en un ambiente motivador, agradable y previsto para educación infantil.

En la siguiente tabla se incluyen los tipos de juego que describen en su artículo, el cual se relaciona a mi práctica dentro del aula ya que el proceso de aprendizaje dentro de preescolar es en su mayoría lúdico.

Las categorías de juego muestran no solo el desarrollo motriz de cada uno de mis estudiantes, sino también es el medio para unir conceptos, impulsar su pensamiento crítico, los procesos de socialización y la manipulación de diversos materiales.

Categorías de juego	Descripción
Juego con objetos	Exploración de las propiedades de un objeto a través del ámbito sensoriomotriz,

	transformándose desde el uso de la boca al ser bebés, hasta el uso simbólico del objeto para representar una situación.
Juego físico o psicomotriz	Juegos que implican movimientos del área motriz gruesa. Se destaca la importancia de la actividad física en este tipo de juego es fundamental para la prevención de enfermedades infantiles. Ejemplo: rondas, juegos en grupo (atrapadas, escondidas) o uso de juegos del parque.
Juego al aire libre	Este juego brinda la oportunidad de incrementar las habilidades de integración sensorial. Estas actividades involucran al niño como un participante activo e incluyen ámbitos motrices, cognitivos, sociales y lingüísticos. Ejemplo: recreo.
Juego de rol individual o con otros.	Este juego implica la representación de situaciones reales o ficticias por parte del niño. Requiere del establecimiento de roles dentro del juego al desarrollarse entre pares. Involucra el reconocimiento y seguimiento de las reglas.

Tabla 4. Categorías del juego. Creado a partir de información tomada y traducida del artículo El poder del juego: cómo la diversión y los juegos ayudan a los niños a prosperar. (American Academy of Pediatrics, 2018)

En relación al desarrollo y evolución del juego dentro de la etapa preescolar, Lacunza y Contini (2009) agregan en su obra que:

El niño efectúa una transición desde el juego paralelo hacia un juego más interactivo y cooperativo, por lo que las interacciones con otros niños suelen ser más frecuentes y duraderas. Surge así la necesidad del niño de desarrollar habilidades para resolver exitosamente conflictos con pares o poder jugar con niños desconocidos. (p. 59)

En relación con la situación real actual, la Academia Americana de Pediatría (2018) contrasta que *a pesar de los beneficios derivados del juego tanto para padres e hijos, en los últimos años se ha observado que el tiempo dedicado para el juego libre se ha visto marcadamente reducido para muchos niños.*

Esto refleja la estructura principal a la cual está enfocada esta tesina, ya que la reducción de la actividad física a través del juego, causado por diversas situaciones como el periodo pandémico, el poco tiempo de calidad con padres de familia, el uso de pantallas, tablets y videojuegos afecta directamente al desarrollo psicomotriz, lo cual permea en los ámbitos descritos anteriormente.

II. Análisis de la problemática a partir de la articulación de los fundamentos teóricos y el ámbito práctico de la psicomotricidad dentro del salón de clases.

Al abordar el aspecto motriz del desarrollo infantil, no se puede únicamente encasillar en el desarrollo físico o las habilidades corporales, ya que es una de las principales áreas que impacta el resto de elementos que conforman al desarrollo integral.

Es por ello por lo que al tomar en cuenta el término de psicomotricidad, podemos profundizar en la integración de dichas áreas, comprendiendo que el ámbito motor tiene una estrecha relación con el desarrollo cognitivo, social e incluso el afectivo.

Como docente observé que el desarrollo motriz de los estudiantes de ciclos escolares anteriores, que cumplían con su asistencia de manera presencial diariamente, era mayor en cuanto a coordinación, equilibrio, tono muscular, postura y precisión. En comparación con los que asistían en el periodo posterior al confinamiento.

Si bien es cierto que a través de la educación en línea se brindaron sesiones de educación física, una de las principales áreas donde detecté un rezago importante al volver a la educación presencial, fue el ámbito motriz en ambas clasificaciones, grueso y fino. Ya que los estudiantes mostraron dificultad de manera grupal en los siguientes indicadores:

1. ÁREA MOTORA

Habilidades motrices gruesas

- **Desplazamiento:** Al correr no llevaban a cabo la coordinación de brazos y piernas, sus pasos eran cortos y mantenían los brazos junto al cuerpo, extendiendo únicamente de los codos hacia las manos con un movimiento irregular.
- **Postura:** Tendían a recostarse mucho sobre la mesa, el poder mantenerse erguidos les causaba cansancio. Al caminar tendían a encorvarse o recargarse en las paredes, por ejemplo, al momento de formar una fila.

- **Trepar:** Se les dificultaba subir escalones o las escaleras verticales de los juegos al aire libre. Les costaba trabajo sostener su propio peso para subir.
- **Equilibrio:** No podían mantenerse sobre un pie, de igual manera, era un reto saltar con los pies juntos.
- **Coordinación:** Los movimientos que requerían el uso de diversas partes de su cuerpo eran complejos para ellos, tales como realizar marometas o volteretas (vueltas de carro).
- **Autonomía:** No eran capaces de quitarse prendas por sí mismos (suéter) al sentir calor, al inicio del ciclo se les brindó apoyo para aprender a ponerse la mochila por ellos mismos.

Habilidades motrices finas

- **Abotonar:** Aún no podían abotonar y desabotonar prendas.
- **Pinza:** Al tomar diversos materiales como gises, crayolas o pinceles, aún no tenían la fuerza para sostenerlos con la posición de pinza.
- **Fuerza muscular:** Requerían de un gran esfuerzo en actividades como la apertura de envases, el trabajo con pinzas de plástico o el recortado.
- **Enlazado:** Les costaba trabajo utilizar agujetas para el uso de materiales de enlazar.

Estos indicadores se clasificaron en las habilidades específicas previamente descritas, para brindarles atención dentro del salón de clases.

1. **Noción del esquema corporal**

2. **Patrones manipulativos del movimiento**

3. **Coordinación óculo – manual**

4. **Tono muscular**

Un fragmento de mi propuesta de intervención se integra en el apartado III, a manera de sugerencia de trabajo dentro del aula, basándose en las obras de Lobera y Riviera, incluidas en las referencias.

En preescolar, considero que es muy común que como docentes nos enfoquemos y demos prioridad al campo de la motricidad fina dentro del salón de clases, ya que realizamos un trabajo diario para propiciar el desarrollo de estas habilidades. A través de tareas simples que van, por ejemplo, desde crear torres con bloques, ensartar agujetas en figuras de enlazado, abrir y cerrar recipientes, hasta abotonar y desabotonar, abrochar las agujetas, ensartar cuentas pequeñas y, finalmente, el trazo.

Esto es una gran desventaja para el campo motriz grueso, ya que, particularmente desde mi práctica, tendía a delegarlo al profesor de educación física, considerando que el experto y quién debía desarrollar ese proceso era él. Sin embargo, al cursar el módulo Construcción de saberes motrices y lúdicos, pude percatarme de que dentro del aula también podía impulsar el desarrollo de mis alumnos a través de circuitos motrices donde debían saltar en distintas direcciones, recorrer líneas rectas colocando un pie frente a otro, atrapar esponjas o materiales suaves, juegos de gimnasia cerebral, entre otros.

Poco a poco y a través del uso de pausas activas, mis estudiantes comenzaron a mostrar una mejor actitud y voluntad de participación, incluso ya solicitando al final del ciclo más juegos que ellos pudieran realizar dentro del salón de clases y que implicaran movimiento constante, convirtiéndose en parte de su rutina.

2. ÁREA COGNITIVA

Psicomotricidad y aprendizaje

Los procesos de adquisición de las habilidades matemáticas y de lectoescritura se desarrollan paulatinamente, tomando en cuenta el grado de dificultad de cada tema, los conocimientos previos del alumno, su etapa de desarrollo y las estrategias que se implementarán para el logro de las metas.

Al estar íntimamente relacionados con el ámbito psicomotriz, dentro del salón de clases he implementado juegos o dinámicas que fomenten distintas habilidades como base del aprendizaje que requieren desarrollar en tercer grado.

Por ejemplo, en el campo de matemáticas, trabajamos la ubicación espacial a través de materiales que deben colocar acorde a las instrucciones brindadas, pero también

mediante el movimiento de su cuerpo, con canciones que les permitan caminar, saltar o girar hacia adelante, atrás, a los lados, en medio de dos compañeros, etc.

Para el ámbito de clasificación y seriación, ellos disfrutaban mucho de buscar su lugar en una fila a través de la comparación de su estatura o partir de diversas categorías, como el largo de su cabello o a quién ya se les han caído dientes, ¿cuántos?, etc.

El conteo y el concepto de número lo desarrollan con actividades sensoriomotrices, al comenzar a contar materiales como juguetes, esponjas, haciendo bolitas de plastilina, con carteles y canciones.

Por otra parte, en el aspecto de la lectoescritura, comenzamos a inicios del ciclo enfocándonos en ejercicios de motricidad fina, mucho antes de introducir cualquier letra. Se les brindan pinzas, materiales didácticos de ensamble, se les permite abrir y cerrar tapas de botellas o contenedores, uso de plastilina para abrir y cerrar manitas, recortado, etc.

Una vez que confirmamos que su tono muscular es el adecuado, comienzan el trazo en espacios muy amplios, les brindamos gises y vamos al patio para que puedan trazar libremente, hacer líneas, círculos, curvas. También colocamos pliegos de papel rotafolio en todas las paredes y les permitimos practicar con crayones.

Al comenzar a introducir los sonidos de cada letra, utilizamos canciones, carteles y movimientos. Por ejemplo, para la letra s, juntan sus manitas y se mueven como una serpiente, haciendo el sonido "sssss". De manera que puedan adquirir la noción de cada sonido de manera visual, auditiva y kinestésica.

Antes de trazar la letra, los estudiantes practican con su dedo en azúcar, arena o sal, tratando de seguir la dirección correcta. Al final de todo este proceso es cuando ellos comienzan a utilizar el lápiz, practicando su postura de pinza y utilizando un soporte en caso de ser necesario.

Para el control postural realizamos en conjunto con el docente de educación física, ejercicios de fuerza y resistencia, como algunas prácticas sencillas de yoga que les permitan desarrollar el control sobre sus movimientos y su cuerpo.

En el aspecto de la exploración del mundo natural y social, dentro de nuestros proyectos promovemos que los estudiantes realicen actividades de exploración en el

jardín, el uso de herramientas como lupas, el registro de sus hallazgos a través de dibujos o grafías propias.

Finalmente, en el ámbito de artes, puedo notar la importancia que tiene la música y la danza sobre el desarrollo de distintas habilidades sociales y motrices, ya que es un medio natural en el que ellos se sienten motivados y seguros para expresarse corporalmente, por lo que cada mañana al inicio del día se integra ésta práctica.

De igual forma en el área de representaciones visuales, se propician espacios donde los estudiantes puedan crear evidencias de aprendizaje a través de la manipulación de materiales y uso de distintas técnicas.

En un proyecto específico que llevamos a cabo, se integraron las técnicas y materiales que distintos artistas empleaban al momento de crear obras, como Van Gogh, Rembrandt, Picasso, entre otros. En este proyecto los estudiantes aprendieron de los artistas, de las distintas maneras que cada uno tenía para expresarse, manipularon herramientas como pinceles, esponjas, sellos, tijeras y punzones que fomentaron su desarrollo motriz fino, además de encontrar la manera en la que cada uno se sentía mucho más identificado para expresarse, ya fuera a través de la pintura, la escultura, el collage o la fotografía.

3. ÁREA SOCIAFECTIVA

Ámbito socioemocional

Considero que el aspecto socioemocional está estrechamente ligado con el desarrollo psicomotriz en la etapa preescolar, ya que he percibido que es cuando los estudiantes comienzan a interrelacionar sus propias capacidades, su autopercepción física, su sentido de pertenencia e inclusión como integrante de una comunidad y las pautas de interacción entre pares.

Una de las situaciones que planteé desde mi problemática son las rutinas que viven mis estudiantes desde el hogar. Un primer punto es la falta de tiempo disponible por padres de familia para compartir con sus hijos. Esto conlleva a que los responsables de la crianza sean choferes y nanas, quienes les proporcionan el acceso al uso de tablets durante el trayecto en el automóvil o a la televisión y videojuegos por las tardes.

Esto genera hábitos de sedentarismo que repercuten directamente en la coordinación, fuerza y movimiento de distintas partes de su cuerpo, además de la disposición que muestran a realizar actividades que impliquen una actividad física. Dentro de mi clase he escuchado comentarios por parte de mis estudiantes como: Yo no corro porque me canso.

Dentro del periodo de juego libre, lo que yo pude observar en mis estudiantes de la primera generación del regreso a las aulas era la desventaja que presentaban los estudiantes que poseían menores habilidades motrices, ya que en el patio tenemos juegos que incluyen 3 tipos de escaleras, túneles y dos tipos de resbaladillas.

Al inicio del ciclo, los estudiantes que no habían fortalecido su coordinación y equilibrio, mostraban una gran dificultad para subir los escalones, tardando más tiempo que el resto de sus compañeros e incluso evitando subir a los juegos debido al esfuerzo que realizaban en esta actividad.

Por otro lado, dentro de los juegos en grupo como atrapadas, congelados o escondidas, el mismo grupo de estudiantes eran quienes pasaban más tiempo atrapando o encontrando a los otros, ya que cuando era el turno de alguien más, a ellos los atrapaban primero, devolviéndoles el rol.

Al ser el juego uno de los principales elementos que potencia la mejora de las habilidades en la etapa infantil, yo como docente no deseaba que estos estudiantes comenzaran a desarrollar un rechazo al juego libre o que su auto percepción, la inclusión con los otros estudiantes y/o su autoestima se viera afectada.

Trabajé mucho sobre este punto con mi grupo, reforzando el uso de la empatía, de la paciencia, el apoyo al otro y el respeto, comprendiendo que cada uno tiene distintas habilidades y que cada uno las desarrolla en distintos momentos.

A lo largo del ciclo escolar, tanto el profesor de Educación Física como yo, los orientamos para construir un sentido de equipo, permitiéndoles a todos participar en los mismos juegos, motivando a los niños que requerían de una ayuda extra y fomentando que entre los mismos estudiantes apoyaran a sus compañeros y los impulsaran a continuar intentando.

Esta situación tuvo un impacto muy positivo ya que los estudiantes que poseían habilidades motrices con menor desarrollo, querían lograr los resultados de los de mayor desarrollo de una manera positiva, realizando un esfuerzo constante y reconociendo cuando lo habían logrado con mucho orgullo.

Este sentido de pertenencia y de apoyo entre todos, fortaleció de manera importante la unión del grupo, considerando a cada uno de los estudiantes en el juego a la hora del recreo o en actividades lúdicas y no permitiendo entre ellos que alguien se quedara solo o sin jugar.

Lo anterior refleja que al encausar el reconocimiento de las habilidades de cada uno desde una perspectiva de colaboración y no de competencia, se potencian los resultados en los estudiantes con menor desarrollo motriz, ya que adquieren la perspectiva de reconocerse como individuos y observar las mejoras que se generan día a día en ellos mismos, no comparándose con los demás.

Es importante para mí mencionar también que en el caso de estudiantes que requerían apoyo externo para estimular el desarrollo de habilidades motrices, se habló con los padres de familia específicos y en algunos casos sí ingresaron a terapia sensoriomotriz después de una valoración psicopedagógica.

III. Propuestas para trabajar en la mejora del desarrollo motriz

A manera de sugerencia, se anexa una secuencia didáctica que empleé en mi taller de intervención dentro del aula, basada en las áreas de oportunidad de mis estudiantes y en la obra de Lobera (2010). Este taller se elaboró dentro de la materia: Construcción de saberes corporales, motrices y lúdicos, como actividad integradora.

A través de la puesta en práctica de las siguientes actividades en el aula, logré apoyar a mi grupo para impulsar el desarrollo y fortalecimiento de sus habilidades motrices.

Población a la que va dirigida:	
Edad	Las actividades se diseñaron acorde al rango de edad entre 5 y 6 años, correspondientes para el grado de tercero de preescolar.
Entorno	Los estudiantes forman parte de una escuela privada en el municipio de Cuajimalpa, con padres de familia que muestran un interés constante en su desarrollo y proactividad para apoyarlos en las dificultades que presenten.
Nivel de Desarrollo	En general, el nivel de desarrollo motriz que muestra el grupo, corresponde a los niveles medio/bajo dentro de los siguientes ámbitos.
Ámbitos específicos a desarrollar:	<ol style="list-style-type: none">1. Noción del esquema corporal2. Patrones manipulativos de movimiento3. Coordinación óculo – manual4. Tono muscular

Taller de intervención. Sugerencia de

Actividad 1

Preescolar	Grado Tercero:	Edad: Entre 5 y 6 años
<p>Propósito: Desarrollo del esquema corporal</p> <p>Problemática grupal: Algunos estudiantes poseen dificultades al desplazarse, chocando con objetos o tropezándose. También muestran poca coordinación al subir escaleras o intentar trepar en los juegos del patio.</p>		
Inicio: 5 min.	Desarrollo: 20 min.	Cierre: 5 min.
<p>Calentamiento a través de la canción: juego del calentamiento. En esta canción</p> <p>reconocerá</p> <p>n distintas partes de su cuerpo a través del movimiento.</p>	<p>La docente se moverá frente a los niños en cámara lenta y se les propondrá imitarla.</p> <p>Se les pedirá que se ubiquen por parejas, frente a frente, como si estuvieran viendo un espejo. Un niño realizará los movimientos mientras que el otro lo imita; pasado un tiempo breve, invertirán el papel.</p> <p>Se incrementará la dificultad al realizar desplazamientos al mismo tiempo que se van moviendo las partes del cuerpo, por ejemplo: caminando hacia atrás y moviendo la cabeza y los brazos; caminando de</p>	<p>Se les pedirá a los niños que se acuesten en el piso, en una manta. Se pondrá música suave y se darán indicaciones de mantener los ojos cerrados; después, se les solicitará que tensen y relajen las partes del cuerpo que</p> <p>mencione (desde la cara hasta los pies). Al terminar, se les darán unos minutos para que se queden recostados descansando. Se les pedirá que muevan brazos y piernas, y luego que abran los ojos y permanezcan recostados unos instantes.</p> <p>Finalmente, se les indicará que se</p>

	lado moviendo los hombros, etcétera. Todos los ejercicios se realizarán frente a frente, por parejas.	incorporen apoyándose sobre un costado y levantando por último la cabeza para evitar mareos.
Evaluación:		
Se les pedirá a los estudiantes que describan: ¿qué partes de su cuerpo utilizamos para esta actividad? ¿Cuáles fueron las más fáciles de mover? ¿Qué partes de su cuerpo les cuesta trabajo manejar? ¿En qué actividades? Se anotarán las observaciones realizadas durante la sesión.		
Materiales: Manta para recostarse		Tiempo: 30 min.
Taller de intervención - Sugerencia de Actividad 2		
Preescolar	Grado: Tercero	Edad: Entre 5 y 6 años
Propósito: Desarrollo de patrones manipulativos de movimiento.		
Ejercicio de coordinación óculo-manual.		
Problemática del grupo: Los alumnos aún no son capaces de atrapar objetos por ellos mismos.		
Inicio 5 minutos	Desarrollo 15 minutos	Cierre 5 minutos
Calentamiento en el siguiente juego: <i>Frío, frío Hoy en la mañana no ha salido el sol, hace tanto frío,</i>	Se les indicarán realizar las siguientes actividades de manera paulatina, ya que cada una aumenta su dificultad. Brindaré 5 minutos para cada una.	Se les indicará algunos ejercicios suaves para relajar sus músculos. Se formará un círculo, cuando se les indique los niños inhalarán y adoptarán

<p><i>que entumido estoy, para calentarme, yo quiero jugar, a caminar, a caminar, a caminar, y que mi cuerpo, se pueda calentar.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lanzar una pelota, dar una palmada y atraparla. • Lanzar una pelota con una u otra mano y atraparla con ambas. • En pares, lanzar la pelota para que mi compañero la atrape y viceversa. 	<p>la actitud de un niño muy fuerte y a la siguiente indicación exhalarán y adoptarán la actitud de un globo sin aire.</p>
<p>Evaluación: Se les permitirá reflexionar sobre la misma actividad, lo que les gustó o no, lo que se les dificultó, lo que se cambiaría de la misma. Se anotarán las observaciones realizadas durante la sesión</p>		
<p>Materiales: Pelotas de distintos tamaños (medianas y pequeñas)</p>	<p>Tiempo: 25 minutos</p>	

<p>Taller de intervención – Sugerencia de Actividad 3</p>		
<p>Preescolar</p>	<p>Grado: Tercero</p>	<p>Edad: Entre 5 y 6 años</p>
<p>Propósito: Desarrollo de tono muscular a través de un juego de velocidad y resistencia. Problemática: Los alumnos se fatigan al mantener una postura recta, recostándose en las mesas al trabajar o recargándose en las paredes al hacer una fila.</p>		
<p>Inicio: 5 minutos</p>	<p>Desarrollo: 20 min.</p>	<p>Cierre: 10 min.</p>

<p>Calentamiento a través del siguiente juego:</p> <p><i>A pares y nones vamos a jugar, el que quede solo ese perderá: ¡tres!</i></p> <p>Los niños se agruparán de acuerdo con el número que se les indique.</p>	<p>La docente dispersará una cantidad de aros por todo el lugar. Se organizarán a los estudiantes a través de equipos y se colocará en un lugar estratégico a los niños competidores.</p> <p>A la señal correrán a recolectar aros hasta que no quede ninguno. Al final de esta parte, se les pedirá que cuenten cuántos aros recolectó cada uno de ellos; ganará el equipo que tenga más.</p> <p>Al juego se le agregarán ciertos obstáculos, como no pisar dentro de los aros, evitar ciertos colores de aros o desplazarse a los aros en distintos ejercicios (saltando, en cuclillas, gateando, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Estiramiento a través de posturas de yoga simples. ● Ejercicios de respiraciones.
<p>Evaluación:</p>		

<p>Se dará la oportunidad de que los niños evalúen las actividades realizadas y los beneficios que se han adquirido durante la sesión. Se anotarán las observaciones realizadas durante la sesión.</p>	
<p>Materiales: Aros de colores</p>	<p>Tiempo: 35 min.</p>

Taller de intervención. Sugerencia de

Actividad 4

Preescolar	Grado: Tercero	Edad: Entre 5 y 6 años
<p>Propósito: Desarrollo de patrones manipulativos de movimiento.</p> <p>Ejercicio de coordinación óculo-manual.</p> <p>Problemática: Los estudiantes muestran dificultad en actividades que requieren precisión y coordinación entre su vista y sus manos, por ejemplo al recortar, enlazar, atrapar, lanzar o trazar.</p>		
Inicio: 5 minutos	Desarrollo: 20 min.	Cierre: 5 min.
<p>Reconocimiento del espacio: los niños caminarán libremente por todo el espacio, desplazándose en distintas direcciones y velocidades (atrás, adelante, de lado, lento, veloz).</p>	<p>Los niños se colocan en un lugar estratégico. Se les proporcionará un paliacate y se les indicará que a la señal realicen las siguientes acciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lanzar el paliacate con la mano derecha y atraparlo con la misma mano; luego con la mano izquierda. 2. Lanzar el paliacate con la mano derecha y atraparlo con la mano izquierda; luego de forma contraria. 3. Lanzar el paliacate con la mano derecha y atraparlo con la 	<p>Acostados, los niños imaginarán que se transforman en cubitos de hielo, para lo cual deberán hacerse chiquitos y tensar todo su cuerpo. Después de 30 segundos comenzarán a derretirse, momento en el cual deberán relajarse hasta quedar completamente derretidos en el piso.</p>

	<p>misma mano pero formando una pinza con los dedos índice y pulgar; también con la mano izquierda.</p> <p>En caso de dominar los ejercicios anteriores, se les pedirá a los niños que al lanzar el paliacate realicen un giro de 360 grados antes de atraparlo.</p>	
<p>Evaluación: Se dará la oportunidad de que los niños mencionen los logros y áreas de oportunidad que observaron en sí mismos, ¿qué se les hizo fácil y qué actividad necesitamos practicar más? Se anotarán las observaciones realizadas durante la sesión.</p>		
<p>Materiales: Paliacates</p>	<p>Tiempo: 30 min.</p>	

Actividad 5

<p>Preescolar</p>	<p>Grado: Tercero</p>	<p>Edad: Entre 5 y 6 años</p>
<p>Propósito: Desarrollo de tono muscular, desarrollo de esquema corporal, patrones manipulativos de movimiento.</p> <p>Problemática: Además de chocar o tropezarse, los estudiantes poseen dificultad para saltar con los pies juntos o con uno de ellos.</p>		
<p>Inicio: 5 minutos</p>	<p>Desarrollo: 20 min.</p>	<p>Cierre: 5 min.</p>

<p>Mover las partes del cuerpo que se mencionen, incrementar la velocidad de los movimientos y seguir el ritmo de la música.</p> <p>Será muy importante llevar un orden en la secuencia de movimientos, ya que esto ayudará a la estructuración del esquema corporal, por lo que se iniciará desde la cabeza hasta los pies.</p>	<p>Se les invitará a los estudiantes a saltar la cuerda, siguiendo las consignas que se muestran a continuación, brindando lapsos de 5 minutos para realizar cada una:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ejecutar movimiento de miembros superiores e inferiores sincronizados, saltando la cuerda. 2. Ejecutar movimiento de miembro inferior derecho, saltando la cuerda. 3. Ejecutar movimiento de miembro inferior izquierdo, saltando la cuerda. 4. Ejecutar movimientos alternando los pies izquierdo y derecho, al saltar la cuerda. 	<p>Se les pedirá a los estudiantes que caminen siguiendo el ritmo de la música y posteriormente dará la indicación de que dejen de mover la parte del cuerpo que les mencione, comenzando por los pies.</p> <p>El objetivo es que se poco a poco quede n completamente inmóviles.</p>
--	---	---

Evaluación:

Se les pedirá a los estudiantes que describan: ¿qué partes de su cuerpo utilizamos para esta actividad? ¿Cuáles fueron las más fáciles de mover? ¿Qué partes de su cuerpo les cuesta trabajo manejar? ¿En qué actividades? Se anotarán las observaciones

realizadas durante la sesión.

Materiales: Cuerdas

Tiempo: 30 min.

A continuación se integran tres actividades adicionales al taller, propuestas por Riviera, en su artículo Educación física en preescolar. Una propuesta desde la perspectiva crítica.

Actividad		
1		
Preescolar	Grado: Tercero	Edad: Entre 5 y 6 años
Propósito: Evaluación de habilidades perceptivo - motrices		
Inicio: 5 minutos	Desarrollo: 20 min.	Cierre: 5 min.
Iniciaremos la actividad con la canción Hockey pockey, donde los niños moverán distintas partes de su cuerpo.	Se les brindarán indicaciones a los estudiantes para caminar y correr con diferentes materiales en diversas partes del cuerpo. Los estudiantes también esquivarán objetos colocados en el piso a manera de zigzag.	Se realizarán ejercicios de respiración como el juego del globito desinflado para recuperar la calma y comenzar a relajar sus músculos.

Evaluación:

La docente observará si se identifican posibles alteraciones locomotrices, así como las habilidades de coordinación y equilibrio.

Materiales: Cuerdas, telas de colores, conos, colchonetas.

Tiempo: 30 min.

Actividad 2		
Preescolar	Grado: Tercero	Edad: Entre 5 y 6 años
Propósito: Evaluación de habilidades perceptivo - motrices		
Inicio: 5 minutos	Desarrollo: 20 min.	Cierre: 5 min.

Reconocimiento del espacio: los niños caminarán libremente por todo el espacio, desplazándose en distintas direcciones y velocidades (atrás, adelante, de lado, lento, veloz).	Se colocarán en el piso guías con masking tape de colores, de un extremo al otro del espacio. Los estudiantes deberán seguir los carriles conduciendo una pelota con el pie y al llegar a la marca, cambiar de pie y regresar al punto inicial.	Ejercicios de estiramiento y relajación muscular.
Evaluación: La docente observará la continuidad del movimiento y la predominancia lateral de los estudiantes.		
Materiales: Masking tape y pelotas		Tiempo: 30 min.

Actividad 3		
Preescolar	Grado: Tercero	Edad: Entre 5 y 6 años
Propósito: Evaluación de habilidades perceptivo - motrices		
Inicio: 5 minutos	Desarrollo: 20 min.	Cierre: 5 min.
Se les mostrarán fotografías a los estudiantes con objetos, letras, números o figuras geométricas, por equipos deberán intentar representar cada una con su cuerpo.	Por equipos formarán distintas figuras que se les vayan indicando (carros, trenes, casas, robots) con el material de ensamble.	Se les indicarán algunos ejercicios suaves para relajar sus músculos. También se les invitará a comentar cómo se sintieron trabajando en equipo.
Evaluación: La docente observará el trabajo en equipo de los estudiantes		
Materiales: Bloques y materiales de ensamble		Tiempo: 30 min.

IV Cómo se resignificó mi práctica en la atención al desarrollo de la psicomotricidad a partir del estudio de la licenciatura.

Previo al estudio y especialización de mi práctica dentro del área preescolar, yo consideraba que el aspecto motriz debía desarrollarse fuera del aula, ya que también fue esa la metodología que recibí como estudiante en mi niñez. Sin embargo, al profundizar más en el desarrollo infantil de los 3 a los 5 años, pude observar el impacto que tienen a nivel integral, influyendo directamente en los procesos cognitivos, la interacción con otros, la autopercepción y el aprendizaje.

Esta licenciatura me impulsó para enfocar mis saberes en la etapa preescolar, comprendiendo sus procesos de crecimiento, la dosificación de saberes, el reto de formar los primeros años escolares y todo el progreso que cada alumno puede alcanzar al finalizar cada ciclo.

Ahora comprendo la importancia del conocimiento sobre el ámbito psicomotriz, así como la responsabilidad que tengo de promover su desarrollo y detectar alguna anomalía dentro del aula para poder trabajarla en equipo con padres de familia y especialistas, como lo es el docente de educación física.

Dentro del aula ahora es mucho más fácil para mi aplicar estrategias de desarrollo motriz al inicio del día, para promover la fuerza, equilibrio, coordinación y resistencia de mis estudiantes en el ámbito grueso, así como continuar apoyándolos en su precisión en el uso de distintas herramientas dentro del ámbito fino.

Desde mi punto de vista, la continua transformación de nuestra práctica docente es una gran responsabilidad, ya que impactará directamente el proceso de aprendizaje de nuestros estudiantes. Nuestra profesionalización y actualización constante fomentará que ellos puedan potenciar sus habilidades con mayores herramientas y estrategias, promoviendo su mejora de manera integral.

Conclusiones

El presente trabajo recopiló la información más relevante respecto a la importancia que tiene el desarrollo psicomotriz en relación a las distintas habilidades que se trabajan en preescolar, lo cual me ayudó a comprender que, desde mi punto de vista, el aprendizaje es movimiento, realizado a través de la exploración, manipulación de materiales, juego, interacción.

Todos estos procesos se llevan a cabo a través de patrones de movimiento tan simples como el sentir una textura con sus manos o tan complejos como la articulación de palabras, el control corporal o la manipulación de herramientas.

Dentro de la etapa preescolar, mis estudiantes se encuentran en un punto clave para el desarrollo de cada una de las habilidades motrices descritas previamente, lo cual les permitirá crear conexiones con las diversas áreas que forman parte de su desarrollo y de su aprendizaje. Como docente ahora puedo observar este proceso desde un enfoque integral, en el cual los elementos no se encuentran aislados unos de otros, sino que cada uno impulsa el desarrollo de habilidades en conjunto.

En la actualidad, con el aumento del uso de la tecnología por la población infantil, los periodos de sedentarismo y las secuelas en la etapa post pandemia, me parece fundamental rescatar la importancia del desarrollo motriz.

Tanto educadores como padres de familia debemos reconocer el impacto que tienen el uso excesivo de pantallas como principal forma de entretenimiento, fomentando en su lugar juegos que impliquen el uso de distintas partes de su cuerpo, favoreciendo tanto su fuerza, coordinación, equilibrio, tono muscular y control postural, como la convivencia con otros, la interacción positiva, el reconocimiento de sus habilidades y establecimiento de metas alcanzables.

El uso de espacios recreativos (parques o jardines) en conjunto con juguetes (pelotas, cuerdas para saltar, bicicleta) y materiales (de ensamble como bloques, para enlazar, de recorte, para pintar) apoyarán el desarrollo de las principales habilidades motrices dentro de la etapa preescolar, lo cual favorecerá el desarrollo de su autopercepción, así como las áreas sociales, académicas y lúdicas.

Referencias

TEXTO

- Armus, M., et. al. (2021). *Primera infancia. Impacto emocional en la pandemia*. UNICEF. Recuperado de:
<https://www.unicef.org/argentina/media/10606/file/Primera%20infancia.%20Impacto%20emocional%20en%20>
- *¿QUÉ ES LA PSICOMOTRICIDAD?* (2023). Asociación Argentina de Psicomotricidad. <https://aapsicomotricidad.com.ar/que-es-la-psicomotricidad/>
- Guerra, A. (2017). La importancia del desarrollo psicomotor para el aprendizaje. *Asociación Mexicana de Psicoterapia y Educación*. Recuperado de:
<https://www.psicoeedu.org/psicomotor-para-el-aprendizaje/?v=55f82ff37b55>
- Hagan, et. al. (2011). *Indicadores de Desarrollo*. Control Disease Center. Recuperado de:
https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/parents_pdfs/ltsae_booklet_milestones_span-readerspreads_web-ready_7.22.11.pdf
- OMS. (2022). *Actividad física*. Organización Mundial de La Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Riquelme, A. (2022). *Advierten un retroceso en el desarrollo motor de preescolares y escolares debido a la pandemia*. PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE <https://www.uc.cl/noticias/advierten-un-retroceso-en-el-desarrollo-motor-de-preescolares-y-escolares-debido-a-la-pandemia/>
- Riviera, A.. (s/f). *Educación física en preescolar, una propuesta crítica*. Recuperado de <https://enfermeria.uaq.mx/docs/IVcongreso/EducacionFisicaenPreescolar.pdf>
- Yogman, M. (2018). The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *American Academy of Pediatrics*. Recuperado de

<https://publications.aap.org/pediatrics/article/142/3/e20182058/38649/The-Power-of-Play-A-Pediatric-Role-in-Enhancing?autologincheck=redirected>

ARTÍCULO DE REVISTA

- Camargos, E., & Maciel, R. (2016). LA IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LA EDUCACIÓN DE LOS NIÑOS. *Revista Científica Multidisciplinaria Base de Conocimiento.*, 254–275.
- Lacunza, A. M. y Contini, N. (2009). Las habilidades sociales en niños preescolares en contexto de pobreza. *Ciencias Psicológicas*, 3(1), 57-66. Recuperado de: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v3n1/v3n1a06.pdf>
- León Castro, Angélica Mirella, Mora Mora, Ana Lucía, & Tovar Vera, Laura Grace. (2021). Fomento del desarrollo integral a través de la psicomotricidad. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 9(1), 00033. Epub 03 de noviembre de 2021. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i1.2861>
- Soler, A., & Castañeda, C. (2017). Estilo de vida sedentario y consecuencias en la salud de los niños. *Journal of Sport and Health Research*, 187–198. Recuperado de : https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/63685/Estilo_de_vida_sedentario_y_conseguencias_en_la_salud_de_los_ni%C3%B1os_Una_revisi%C3%B3n_sobre_el_estado_de_la_cuestion.pdf?sequence=1&isAllowed=y

LIBRO

- Cano de la Cuerda, R. (2017). *Control y aprendizaje motor*. Argentina: Médica Panamericana
- Díaz-Barriga, Arceo, F (2004) *Enseñanza situada*. México, McGraw Hill
- Gutiérrez, M. (2016). *Cuerpo, infancia y movimiento*. Colombia: Magisterio
- Lobera, et. al. (2010). *Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar*. México: CONSEJO NACIONAL DE FOMENTO EDUCATIVO

- Mendieta, et. al. (2009). *Picomotricidad infantil*. CIDE.
- Papalia, et. al. (2010). *Desarrollo Humano*. Mc Graw Hill.
- Vaca, M. (2008). *Motricidad y aprendizaje*. Barcelona: Graó
- Zamora, M. (2015). *Manual para promover el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas preescolares*. UNAM.