

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



La motricidad gruesa en niños y niñas de la segunda infancia.

Para optar el título Profesional de Segunda Especialidad en
Educación Inicial.

Autor.

Yaquelyn Calle Velásquez.

TUMBES – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



La motricidad gruesa en niños y niñas de la segunda infancia.

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su
contenido y forma.

Yaquelinny Calle Velásquez. (Autor)

Dr. Segundo Alburquerque Silva. (Asesor)

TUMBES – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
 FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
 PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

En Tumbes, a los veintidós días del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en un ambiente de la I.E. José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la educación peruana, al Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Raúl Suncién Ynfante (Secretario) y Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima (Vocal), con el objeto de evaluar el trabajo académico denominado: "La maternidad gruesa en niños y niñas de la segunda infancia" optar el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial a la señora Yaquelinny Calle Velásquez.

A las OCHO horas CINCUENTA minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo QUINCE.

Por tanto, Yaquelinny Calle Velásquez. Queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial.

Siendo las NOVE horas con VEINTE minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


 Dr. Oscar Calisto La Rosa Feijoo
 Presidente del Jurado


 Dr. Raúl Suncién Ynfante
 Secretario del Jurado


 Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima
 Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A Dios por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud, ser el manantial de vida y darme lo necesario para seguir adelante día a día para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi madre por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor. A mi padre por los ejemplos de perseverancia y constancia que lo caracterizan y que me ha infundado siempre, por el valor mostrado para salir adelante y por su amor. A mi hermana por ser el ejemplo de una hermana mayor y de la cual aprendí aciertos y de momentos difíciles y a todos aquellos que ayudaron directa o indirectamente a realizar este documento.

A mi maestra por su gran apoyo y motivación para la culminación de nuestros estudios profesionales, por su apoyo ofrecido en este trabajo, por haberme transmitidos los conocimientos obtenidos y haberme llevado pasó a paso en el aprendizaje.

La autora

ÍNDICE

DEDICATORIA

ÍNDICE

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: LA MOTRICIDAD GRUESA EN LA SEGUNDA INFANCIA (03 - 06 AÑOS)

	8
1.1. Concepto de motricidad gruesa.	8
1.2. Motricidad gruesa en los niños y niñas.	9
1.3. Implicación y relación entre motricidad gruesa y fina.	10
1.4. Importancia de la motricidad gruesa.	11
1.5. Dimensiones de la motricidad gruesa.	12
1.5.1. Categoría o dimensión del dominio corporal dinámico.	12
1.5.1.1. Coordinación general.	13
1.5.1.2. Coordinación viso-motora.	13
1.5.1.3. Equilibrio.	15
1.5.1.4. Tiempo y ritmo.	15
1.5.2. Categoría o dimensión del dominio corporal estático.	15
1.5.2.1. Esquema corporal.	16
1.5.2.2. Tono muscular.	17
1.5.2.3. Autocontrol.	18
1.5.2.4. Relajación.	19
1.5.2.5. Respiración.	19
1.6. Etapas de la motricidad gruesa.	20

CAPÍTULO II: ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LA SEGUNDA INFANCIA

	23
2.1. Subir escaleras alternando los pies.	24
2.2. Carrera de obstáculos.	25
2.3. Calistenia (ejercicios de gimnasia).	26
2.4. Dar saltos.	27
2.5. Ejercicios de equilibrio.	28
2.6. Avanzar rodando.	29
2.7. Caminar sobre una línea.	30
2.8. Lanzamiento de pelota a través de un neumático.	31
2.9. Rebotar una pelota.	32
2.10. Giros hacia delante: volteretas.	33
2.11. Pasos de elefante.	34
2.12. Carrera de patatas.	35
2.13. Barra de equilibrios.	36
2.14. Avanzar en una carrera de obstáculos.	37
2.15. Golpear con un bate de beisbol.	38
2.16. Paseo de carretillas.	39
2.17. Arrastrar un objeto pesado.	40
2.18. Guerra de tirones.	41
2.19. Calistenia: marionetas.	42
2.20. Saltar a la comba.	43
2.21. Rayuela.	44
2.22. Barra de equilibrios avanzada.	45

CONCLUSIONES

REFERENCIAS

RESUMEN

La investigación es la motricidad gruesa, en la segunda infancia (03 – 06 años); objetivo general: identificar las dimensiones de la motricidad gruesa de los niños y niñas de la segunda infancia; objetivo específico: explicar cómo es la motricidad gruesa, en dimensiones del dominio corporal dinámico: (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo); y dominio corporal estático: (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración). El método ha sido la compilación de principales informaciones científicas acerca de la motricidad gruesa. Se concluye que las dimensiones del dominio corporal dinámico y estático son fundamentales para el control de los movimientos de las diferentes partes del cuerpo de los niños y niñas al momento de: pararse, caminar, desplazarse y la movilidad en general.

Palabras clave: Motricidad gruesa, dominio corporal dinámico y estático.

INTRODUCCIÓN

Los padres y madres de familia deben conocer la importancia de los primeros años de vida en el desarrollo de sus menores hijos e hijas con la finalidad de prestarle la atención adecuada a los niños y niñas, ayudándoles a crecer intelectual y afectivamente mediante la participación activa de ejercicios de la motricidad gruesa, en la segunda infancia (03 -06 años).

La motricidad gruesa comprende tres etapas: Primera infancia (0 – 03 años), segunda infancia (03 – 06 años) y tercera infancia (06 – 12 años). La presente investigación monográfica de compilación está enmarcada en la segunda infancia, por ser una etapa crucial en la Educación Inicial, pues en esta edad, los niños y niñas están en sus primeros años educativos en manos de las docentes de este nivel educativo y, depende del desempeño docente, la consecución de los movimientos de todas las partes del cuerpo que:

Entran en movimiento con los músculos y los huesos en forma armónica, con equilibrio y coordinación. El control motor grueso es un hito en el desarrollo de un bebe el cual puede refinar los movimientos descontrolados, aleatorios e involuntarios a medida que su sistema neurológico madura y de tener un control motor grueso para desarrollar un control motor fino perfeccionando los movimientos pequeños y precisos. (Rosada, 2017, p. 15)

A partir del bosquejo de la motricidad gruesa y sus dos categorías o dimensiones: *dominio corporal dinámico* (coordinación general, coordinación visomotora, equilibrio y ritmo; *dominio corporal estático* (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración), surge el *problema de la investigación monográfica de compilación*: ¿en qué consiste la motricidad gruesa en niños y niñas

de la segunda infancia?, el cual nos ha permitido formular el *título de la monografía*: La motricidad gruesa en niños y niñas de la segunda infancia (03 – 06 años), la misma que tiene como *objetivo general*: Identificar las dimensiones de la motricidad gruesa de los niños y niñas de la segunda infancia; *el objetivo específico*: Explicar cómo es la motricidad gruesa, en las categorías o dimensiones del dominio corporal dinámico: (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo); y dominio corporal estático: (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración), de los niños y niñas de la segunda infancia.

La monografía está estructurada en dos capítulos: el primero nos ofrece el marco teórico de la motricidad gruesa en las categorías o dimensiones del dominio corporal dinámico (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo; asimismo, el dominio corporal estático (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración) de los niños y niñas de la segunda infancia (03 – 06 años); también se aborda la implicación y relación entre la motricidad gruesa y motricidad fina; del mismo modo las etapas y la importancia de la motricidad gruesa; el segundo capítulo trata acerca de las actividades para desarrollar la motricidad gruesa de la segunda infancia, entre las cuales se menciona principalmente: Subir escaleras alternando los pies, carrera de obstáculos, calistenia (ejercicios de gimnasia), dar saltos, ejercicios de equilibrio, avanzar rodando, etc. Asimismo, se arriba a las conclusiones y la bibliografía consultada.

CAPÍTULO I

LA MOTRICIDAD GRUESA EN LA SEGUNDA INFANCIA (03 - 06 AÑOS)

En este capítulo se presenta la información más relevante a la motricidad gruesa en las categorías o dimensiones del **dominio corporal dinámico** (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo; **dominio corporal estático** (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración).

1.1. Concepto de motricidad gruesa.

Conde (2007) dice:

“La motricidad gruesa comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño y niña, especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego y a las aptitudes motrices de manos, brazos, pierna y pies”. (p.)

Gurza, (1978), define a la motricidad gruesa:

“Abarca todas las partes del cuerpo que entran en movimiento con los músculos y los huesos en forma armónica, con equilibrio y coordinación. El control motor grueso es un hito en el desarrollo de un bebe el cual puede refinar los movimientos descontrolados, aleatorios e involuntarios a medida que su sistema neurológico madura y de tener un control motor grueso para desarrollar un control motor fino perfeccionando los movimientos pequeños y precisos”. (p. 15)

“En conclusión, la adecuada motricidad gruesa implica generar movimiento de manera sincronizada y coordinada. La psicomotricidad

envuelve la interacción de lo motriz con lo cognitivo, sensitivo y emocional, por ello permite al niño y niña descubrir y expresarse a través de su cuerpo. Asimismo, la motricidad gruesa involucra movimientos amplios, relacionados con los cambios de posición del cuerpo y controlar el equilibrio”. (García, Chiquez y Valencia, 2017, p. 42)

1.2. Motricidad gruesa en los niños y niñas.

Wallon (2013) como se citó en Rosada (2017) menciona que “la psicomotricidad es la conexión entre lo psíquico y lo motriz, y sostiene que el niño y niña se construye a sí mismo, a partir del movimiento, y que el desarrollo va del acto al pensamiento” (p. 15).

Piaget, en Psicomotricidad en los niños (2013) como se citó en Rosada (2017) afirma que:

“Mediante la actividad corporal los niños y niñas aprenden, crean, piensan, actúan para afrontar, resolver problemas y considera que el desarrollo de la inteligencia de los niños y niñas depende de la actividad motriz que el realice desde los primeros años de vida, afirma que todo el conocimiento y el aprendizaje se centra en la acción del niño con el medio, los demás y las experiencias a través de su acción y movimiento”. (p. 15)

Aucouturier, (2013) como se citó en Rosada (2017), considera que:

“Es la práctica de acompañamiento de las actividades lúdicas del niño, concebida como un itinerario de maduración que favorece el paso del placer de hacer placer de pensar y que la practica psicomotriz no enseña al niño los requisitos del espacio, del tiempo, del esquema corporal, sino que pone en situación de vivir emocionalmente el espacio, los objetos y la relación con el otro de descubrir y de descubrirse, única posibilidad para el de adquirir e

integrar sin dificultad el conocimiento de su propio cuerpo, del espacio y del tiempo”. (p. 16)

Ajuriaguerra, (2013) como se citó en Rosada (2017), propuso:

“En los años cincuenta una educación para los movimientos del cuerpo, como una terapia para reeducar a los niños y niñas con problemas de aprendizaje y de comportamiento que no respondían a la terapia tradicional. Sus trabajos se refieren mayormente al desarrollo de la postura y a la capacidad de observar un objeto, acercarse y agarrarlo con la mano y manipularlo, considerando el rol que juega el dialogo tónico en el desarrollo de esta postura y en la manipulación de dicho objeto”. (p. 16)

1.3. Implicación entre motricidad gruesa y fina, según autores.

Varios autores de prestigio han escrito sobre la motricidad fina y gruesa, aquí mencionaremos los principales:

Piaget dijo que la inteligencia “se muestra primero cuando los movimientos reflejos se vuelven más refinados, como cuando un bebé logra alcanzar por fin su juguete preferido, y luego chupará un pezón y no un chupete (pepe) cuando tenga hambre” (p.).

Según María Tecla Artemisia Montessori como se citó en Quispe y Chiara (2019) “Las habilidades motoras no se llegan a desarrollar por completo en la infancia pues aún de adultos siempre hay algo nuevo que aprender: tallar la madera, bordar con lana, pintar al óleo, etc” (p. 36).

Según Henri Wallon: “El movimiento es una expresión palpable de lo psíquico y mental”.

Según Gesell como se citó en Tu Bebé Genio (s.f.): “El crecimiento o desarrollo es un proceso tan delicado que necesita de “ciertas pautas”, una guía adecuada y equilibrada que lleve al ser desde la “ignorancia acompañada” hacia la maduración como persona individual” (párr. 36).

1.4. Importancia de la motricidad gruesa

Según Meléndez & Sabala, (2001) como se citó en Morales (s.f.):

“La motricidad es una técnica que tiende a favorecer por el dominio del movimiento corporal la relación y la comunicación que el niño y la niña va a establecer con el mundo que le rodea (a través de diferentes objetos). Esta globalidad del niño manifestada por su acción y movimiento que le liga emocionalmente al mundo debe de ser comprendida como el estrecho vínculo existente entre su estructura somática y su estructura efectiva y cognitiva”. (p. 2)

Sobre la misma temática Muniain (1997)

“La motricidad es una disciplina educativa, reeducativa, terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento, en el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir a su desarrollo integral”. (p. 57)

Berrueco, (1995) como se citó en Quevedo (2018):

“La motricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo lo que le lleva a centrar sus actividades e intereses en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación y aprendizaje”. (p. 11)

1.5. Dimensiones de la motricidad gruesa

La motricidad gruesa comprende o abarca dos (02) grandes categorías o dimensiones, esto es, el dominio corporal dinámico (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo y el dominio corporal estático (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración).

1.5.1. Categoría o dimensión del dominio corporal dinámico

Suárez (2008) dice “Es la habilidad adquirida de controlar las diferentes partes del cuerpo (extremidades superiores, inferiores y tronco, etc.) y de moverlas siguiendo la propia voluntad o realizando una consigna determinada” (p.).

“Lo manifestado quiere decir que este dominio permite no solo el desplazamiento sino, especialmente, la sincronización de los movimientos, superando las dificultades y logrando armonía sin rigidez y brusquedad” (García et al., 2017, p. 45).

Schilder (1991) define el esquema corporal como “la representación mental, tridimensional, que cada uno de nosotros tiene de sí mismo, esta representación se constituye con base en múltiples sensaciones, que se integra dinámicamente en una totalidad del propio cuerpo” (p. 69).

“Todo esto nos da a conocer que el esquema corporal mal estructurado se traduce en deficiencias en diversos aspectos de la personalidad como puede ser: en la organización espacio - temporal, en la coordinación motriz, e incluso, en una falta de seguridad en las propias aptitudes, circunstancias que dificultan establecer una adecuada comunicación con el entorno”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 24)

“A lo largo de su evolución psicomotriz, la imagen que los niños/as se forma de su propio cuerpo se elabora a partir de múltiples informaciones sensoriales de orden interno y externo que este percibe” (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 24).

La categoría o dimensión del dominio corporal dinámico se subdivide en subcategorías de: Coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio tiempo y ritmo, temas que serán desarrollados a continuación.

1.5.1.1. Coordinación general.- “La coordinación es la acción combinada del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética encaminada al desarrollo de un movimiento planificado” (Schreiner, 2002, p. 5).

“La capacidad mediante la cual existe una interrelación entre el Sistema Nervioso Central (SNC) y la musculatura, sincronizando las acciones de los mismos, logrando un perfecto juego entre los músculos agonistas y antagonistas en función del movimiento pretendido” (Romero, 2000, p. 157).

1.5.1.2. Coordinación viso-motora.- La coordinación visomotora fue definida por Bender (1969) como se citó en Revilla (2014) -como "la función del organismo integrado, por la cual este responde a los estímulos dados como un todo, siendo la respuesta misma una constelación, un patrón, una Gestalt" (párr. 3).

Para Barruezo (2002) como se citó en Revilla (2014):

“La coordinación visomotriz ajustada, que supone la concordancia entre el ojo (verificador de la actividad) y la mano (ejecutora), de manera que cuando la actividad cerebral ha creado los mecanismos para el acto motor, sea preciso y económico. Lo que implica que la visión se libere de la mediación activa entre el cerebro y la mano y pase a ser una simple verificadora de la actividad”. (párr. 4)

Por su parte Fernández-Marcote (1998) como se citó en Revilla (2014):

“Definió la coordinación viso motriz como la ejecución de movimientos ajustados por el control de la vista, y hablamos de coordinación óculo-manual como la capacidad que tiene la persona para utilizar simultáneamente las manos y la vista con el fin de realizar una tarea motriz o movimiento eficaz. Las actividades básicas óculo-manuales son el lanzamiento y la recepción”. (párr. 5)

Para Esquivel (1999) como se citó en Revilla (2014) quien describe que “la coordinación viso-motriz es la capacidad de coordinar la visión con los movimientos del cuerpo o de sus partes. Cuando una persona trata de manipular algún objeto o realizar alguna actividad sus acciones están dirigidas por la vista” (párr. 6).

Según Durivage (1999) como se citó en Revilla (2014) “la coordinación viso-motriz es la acción de alguna parte del cuerpo coordinada con los ojos” (párr. 7).

Frostig (1980) como se citó en Revilla (2014) plantea que:

“La coordinación visomotora es la capacidad de coordinar la visión con movimientos del cuerpo, sus partes o lo que es lo mismo es el tipo de coordinación que se da en un movimiento manual o corporal, que responde positivamente a un estímulo visual”. (párr. 8)

Condemarín (1986) como se citó en Revilla (2014) “considera que la percepción visual es una función que se relaciona con la capacidad de reconocer, discriminar e interpretar estímulos que son percibidos por el sujeto a través de la vía visual” (párr. 9)

“Hay diversos autores quienes se han dedicado a conceptualizar la coordinación visomotora. En términos específicos se trata de definirla de manera acabada, aunque sus objetivos al elaborarlas discrepan de este artículos por que trabaja con niños convencionales y su intención se liga a la enseñanza de la escritura, razón que justifica reelaborarla en este artículo emitiendo lo siguiente dirigiendo la atención a personas con retraso mental moderado: “La coordinación visomotora es la capacidad que tiene el cuerpo de reconocer una acción motriz a nivel cognitivo mediante la percepción visual, interpretarla y elaborar una respuesta inmediata a estos estímulos brindados que se manifestarán de manera conjunta y simultánea, esta relación proporcionará un determinado patrón que provocará una conducta en un determinado momento,

conformando así un nuevo aprendizaje y forma de desempeñarse en el medio que se le presente”. (Revilla, 2014, p. 10)

“Equilibrio.- Es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. Es el resultado de distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que conducen el aprendizaje en general”. (Guzmán, Maseta y Urueña, 2015, p. 11)

“Tiempo y ritmo.- Las nociones de tiempo y ritmo se elaboran a través de movimientos que implican cierto orden temporal, se pueden desarrollar nociones temporales como rápido, 26 lento; orientación temporal como antes y después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio, es decir la conciencia de los movimientos, ejemplo: cruzar un espacio al ritmo de una pandereta, según lo indique el sonido”. (Oseda, Mendivel y Zevallos, 2015, p. 59)

1.5.2. Categoría o dimensión del dominio corporal estático

Suárez (2008) opina “La vivencia de los movimientos segmentarios, su unión armoniosa y la adquisición de la madurez necesaria del sistema nervioso, permiten al niño realizar una acción previamente representada mentalmente (coordinación general)” (p.).

“Los postulantes argumentan que con la práctica de los movimientos ira forjándose y profundizando poco a poco la imagen y la utilización del cuerpo, hasta organizar su esquema corporal, para que esto sea posible los niños/as ha de tener el control de su cuerpo cuando no está en movimiento”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 32)

“Se denomina dominio corporal estático a todas las actividades motrices que permiten interiorizar el esquema corporal: además del equilibrio estático, se

integra la respiración y la relajación porque son dos actividades que ayudan a profundizar toda la globalidad del propio yo”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 32)

1.5.2.1. Esquema corporal

“El descubrimiento y conocimiento del propio cuerpo, de las partes que lo integran y su funcionamiento es el pilar básico sobre el que se irán posteriormente asentando el resto de los elementos psicomotores, para llegar a una interacción en la que se fortalecen mutuamente”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 23)

“El esquema corporal va formándose lentamente en los niños y niñas desde el nacimiento hasta aproximadamente los once o doce años, en función de la maduración del sistema nervioso, de su propia acción, del medio que lo rodea, de la relación con otras personas y la afectividad de esta relación, así como de la representación que se hace el niño de sí mismo”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 23)

“Los niños y niñas aprenden a reconocer su cuerpo y a distinguirlo de las demás cosas este conocimiento lo adquiere al mover sus extremidades, el cambio de posición y al sentir las sensaciones de compensación de los desequilibrios posturales a través de las impresiones táctiles y visuales”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 24)

Schilder (1991) como se citó en Pazmiño y Proaño (2009) define “el esquema corporal como “La representación mental, tridimensional, que cada uno de nosotros tiene de sí mismo,” esta representación se constituye con base en múltiples sensaciones, que se integra dinámicamente en una totalidad o gestalt del propio cuerpo” (p. 24).

“Todo esto nos da a conocer que el esquema corporal mal estructurado se traduce en deficiencias en diversos aspectos de la personalidad como puede

ser: en la organización espacio- temporal, en la coordinación motriz, e incluso, en una falta de seguridad en las propias aptitudes, circunstancias que dificultan establecer una adecuada comunicación con el entorno”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 24)

“A lo largo de su evolución psicomotriz, la imagen que los niños y niñas se forma de su propio cuerpo se elabora a partir de múltiples informaciones sensoriales de orden interno y externo que este percibe” (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 24).

1.5.2.2. Tono muscular

“La actividad tónica o del tono muscular consiste en un estado permanente de ligera contracción en el cual se encuentran los músculos estriados. La finalidad de esta situación es la de servir de telón de fondo a las actividades motrices y posturales”. (Stamback, 1979 como se citó en Pazmiño y Proaño, 2009, p. 29)

“Para la realización de cualquier movimiento o acción corporal, es precisa la participación de los músculos del cuerpo, hace falta que unos se activen o aumenten su tensión y otros se inhiban o relajen su tensión. La ejecución de un acto motor voluntario, es imposible si no se tiene control sobre la tensión de los músculos que intervienen en los movimientos”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 30)

“La actividad tónica es necesaria para realizar cualquier movimiento y está regulada por el sistema nervioso. Se necesita un aprendizaje para adaptar los movimientos voluntarios al objetivo que se pretende. Sin esta adaptación no podríamos actuar sobre el mundo exterior y el desarrollo psíquico se vería seriamente afectado, debido a que, en gran medida, depende de nuestra actividad sobre el entorno y la manipulación de los objetos como punto de partida para la aparición de procesos superiores”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 30)

“La actividad tónica está estrechamente unida con los procesos de atención, de tal manera que existe una estrecha interrelación entre la actividad tónica muscular y la actividad tónica cerebral. Por tanto, al intervenir sobre el control de la tonicidad interviene también sobre el control de los procesos de atención, imprescindibles para cualquier aprendizaje. Asimismo, a través de la formación reticular y dada la relación entre esta y los sistemas de reactividad emocional la tonicidad muscular está muy relacionada con el campo de las emociones y de la personalidad con la forma característica de reaccionar el individuo. Existe una relación recíproca en el campo tónico emocional y afectivo situacional por ello las tensiones psíquicas se expresan siempre en tensiones musculares para la psicomotricidad resulta interesante resulta interesante la posibilidad de hacer reversible la equivalencia y poder trabajar con la tensión relajación muscular para provocar aumento disminución de la tensión emocional de las personas”. (Pazmiño y Proaño, 2009, p. 30)

1.5.2.3. Autocontrol

“Se menciona de forma explícita el autocontrol para que el nivel motor resulte más comprensible, puesto que, al hablar del tono muscular y de ciertas formas de equilibrio, este aspecto queda en cierta manera implicado” (Pacheco, 2015, p. 29).

“El autocontrol es la capacidad para canalizar la energía tónica y poder realizar cualquier movimiento. Es muy necesario tener un buen dominio del tono muscular para obtener así un control del cuerpo en el movimiento y en una postura determinada. Por otra parte, mediante el autocontrol se adquiere una forma de equilibrio instintiva, que se aplica al equilibrio estático y dinámico, así como a todas las situaciones en las que se requiere el dominio muscular, especialmente la relajación, control de la respiración, motricidad facial, etc”. (Pacheco, 2015, p. 30)

1.5.2.4. Relajación

“Reducción voluntaria del tono muscular. Puede ser global (distensión voluntaria del tono en todo el cuerpo) y segmentaria (distensión voluntaria del tono, pero solo en algún miembro determinado)” (Pacheco, 2015, p. 31).

- “La relajación desde el punto de vista educativo tiene gran importancia pues: Evita el cansancio mental y la fatiga.
- Facilita la atención y la concentración.
- Ayuda a conocer más el esquema corporal y sus funciones.
- Ayuda a la motivación a nivel personal” (Pacheco, 2015, p. 31).

Para intervenir en la relajación, incidiremos en tres aspectos:

- “Discriminación perceptiva del cuerpo en reposo y en movimiento (tensión-relajación).
- Velocidad de la musculatura en reposo y en movimiento (flacidez resistencia/dureza).
- Manipulación de objetos con diversos grados de tensión” (Pacheco, 2015, p. 31).

1.5.2.5. Respiración

“Se realiza en dos tiempos: inspiración (en el que el aire entra en los pulmones) espiración (el aire es expulsado al exterior)” (Pacheco, 2015, p. 30).

“La respiración: es un contenido muy determinante en la educación de los primeros años de vida y en todo lo que esto conlleva: ritmo respiratorio, vías, fases y tipos. En la función respiratoria, la maestra ha de conocer:

- Las fases de respiración: inspiración y espiración.
- Las vías por las que se respira: externas (nariz y boca) e internas (tráquea, bronquios y laringe).
- Los tipos de respiración: torácico y abdominal”. (Pacheco, 2015, p. 30)

Con todos estos conocimientos, la maestra además puede diversificar sus actividades en función de diferentes objetivos. Los pasos a seguir serán:

- El conocimiento de la función respiratoria.
- La percepción, a través de la observación de sus niños y niñas, de la forma de respiración.
- La concienciación y control respiratorio de sus niños y niñas.

“Si se ha hecho una buena adquisición, durante todo el proceso, a los 6 años ya se consigue el dominio de la función respiratoria” (Pacheco, 2015, p. 30).

1.6. Etapas de la motricidad gruesa

“La evolución del área motora sigue dos leyes psicofisiológicas fundamentales: Céfalo-caudal (desde la cabeza hacia los pies) y próximo-distal (desde el eje central del cuerpo hacia las extremidades). Esto supone que las bases principales del desarrollo motor se asentarán sobre la motricidad gruesa y, posteriormente, podrán evolucionar hacia el desarrollo de la motricidad fina”. (ENESO, 2016, párr. 3)

“Aunque los tiempos de adquisición de los distintos hitos evolutivos son individuales y dependen en gran medida de las características biológicas y ambientales de cada persona, podemos establecer diferentes fases en el desarrollo motor” (ENESO, 2016, párr. 4).

- “De 0 a 3 meses: Puede girar la cabeza de un lado a otro, y comienza a levantarla, empezando a sostenerse por los antebrazos.
- De 3 a 6 meses: En esta etapa empieza a girar su cuerpo.
- De 6 a 9 meses: Se sienta independientemente y se inicia en el gateo.
- De 9 a 12 meses: Empieza a gatear para moverse y comienza a trepar.

- De 12 a 18 meses: Comienza a dar sus primeros pasos y a agacharse.
- De 18 a 24 meses: Puede bajar escaleras con ayuda y lanzar pelotas.
- De 2 a 3 años: Corre y esquiva obstáculos. Empieza a saltar y caer sobre los dos pies.
- De 3 a 4 años: Es capaz de balancearse sobre un pie y salta desde objetos estables, como por ejemplo escalones.
- De 4 a 5 años: Da vueltas sobre sí mismo y puede mantener el equilibrio sobre un pie.
- 5 años y más: El equilibrio entra en su fase más importante y se adquiere total autonomía motora”. (ENESO, 2016, párr. 5)

“Como vemos, el desarrollo de la motricidad gruesa en la etapa infantil es de vital importancia para la exploración, el descubrimiento del entorno, la autoestima, la confianza en sí mismo y resulta determinante para el correcto funcionamiento de la psicomotricidad fina más adelante”. (ENESO, 2016, párr. 6)

“En relación a esto, los últimos datos sobre neuroaprendizaje aportan importantes conclusiones sobre la influencia del desarrollo motor en las dificultades atencionales y de aprendizaje. Un buen ejemplo de ello lo encontramos en la importancia del gateo. Mediante el acto de gatear, los niños y niñas desarrollan habilidades visuoespaciales, experiencias táctiles, integración bilateral, orientación, adquieren la lateralidad y el patrón cruzado estableciendo importantes conexiones entre los hemisferios cerebrales, además de estimular el sistema vestibular y propioceptivo. Todos estos aspectos resultan primordiales para el desarrollo de las funciones cognitivas y se encuentran especialmente relacionados entre sí en un momento concreto: la adquisición de la lectoescritura”. (ENESO, 2016, párr. 7)

CAPÍTULO II

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA MOTRICIDAD GRUESA DE LA SEGUNDA INFANCIA

El capítulo propone una gran diversidad de actividades para desarrollar la motricidad gruesa de la segunda infancia.

A continuación, se menciona algunas de las actividades que se proponen para conseguir desarrollar la motricidad gruesa: Subir escaleras alternando los pies; carrera de obstáculos; calistenia (ejercicios de gimnasia); dar saltos; ejercicios de equilibrio; avanzar rodando; caminar sobre una línea; lanzamiento de pelota a través de un neumático; rebotar una pelota; giros hacia delante: volteretas; pasos de elefante; carrera de patatas, etc.

2.1. Subir escaleras alternando los pies

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Mejorar el equilibrio y habilidad de moverse autónomamente.

Objetivo:

Subir escalones poniendo un solo pie en cada peldaño.

Materiales:

Escaleras.

Procedimiento:

- “Cuando el niño suba con seguridad los escalones, con los dos pies en cada peldaño, comienza a enseñarle a poner un solo pie en cada uno.
- Si es posible, haz que una tercera persona vaya detrás de él, estabilizándolo y dándole confianza, mientras le muestras dónde poner sus pies.
- Haz que se ponga de pie delante de las escaleras y se sujete a la barandilla. Señálale su pie derecho y apunta arriba del primer escalón.
- Si no lo entiende, moldéale el pie mientras sigue con el izquierdo en el suelo. Alábalo inmediatamente, incluso si se lo has tenido que mover tú.
- Ahora señálale su pie izquierdo y la parte de arriba del segundo escalón. Si el niño trata de poner su pie izquierdo junto al derecho, señálale de nuevo el segundo escalón y muévele su pie.
- Prémialo inmediatamente.
- Repite el procedimiento, dándole ayuda cuando la necesite, hasta que pueda subir sin ayuda poniendo un solo pie en cada escalón”. (Lema, 2014, p. 63)

2.2. Carrera de obstáculos.

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Mejorar el equilibrio y control corporal.

Objetivo:

Completar un recorrido de cinco obstáculos de dificultad moderada.

Materiales: Sillas, escobas, cajas, muebles y cuerda.

Procedimiento:

- “Cuando un niño pueda completar una carrera de obstáculos simples sin ayuda, empezar a construir un recorrido de mayor dificultad con cinco obstáculos, enfocados principalmente en el control y equilibrio del cuerpo.

- Usa el mismo procedimiento que en el recorrido normal, extiende un trozo de cuerda a modo de sendero que el niño pueda seguir. Camina por él varias veces a su lado, hasta que sepa qué hacer ante cada obstáculo.
- Permanece cerca suya las primeras veces recordándole seguir por la cuerda.
- Un ejemplo de dificultad media sería”. (Lema, 2014, p. 56)
 - a) “Andar a gatas por debajo de una escoba sostenida entre dos sillas.
 - b) Saltar sobre una escoba suspendida entre los travesaños de dos sillas.
 - c) Reptar a lo largo de una caja de cartón grande y robusta, con las solapas de los extremos cortadas.
 - d) Caminar entre dos muebles colocados casi juntos, de manera que el niño tenga que ponerse de costado para caber entre ellos.
 - e) Pasar de pie desde un taburete a otro directamente”. (Lema, 2014, p. 56)

2.3. Calistenia (ejercicios de gimnasia): saltos de rana:

Motricidad gruesa, piernas, 3 - 4 años.

Meta:

Desarrollar coordinación, fuerza en las piernas y mejorar la condición física en su conjunto.

Objetivo:

Hacer diez saltos de rana sin parar ni caerse.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Localiza un área segura sobre una alfombra o sobre el césped.
- Muéstrale al niño cómo te pones en cuclillas y saltas unas veces.
- Asegúrate de que te mira mientras lo haces.
- Ayúdale a adoptar la postura y déjale que se quede agazapado unos minutos para que se acostumbre.
- Entonces salta algunas veces delante suyo e indícale que te imite.

- Si fuera posible, haz que una tercera persona permanezca detrás del niño sujetándolo cuando salte.
- Al principio probablemente, podrá saltar solo una vez o dos.
- Apláudele hasta el más mínimo esfuerzo que haga y ve anotando cuántas veces puede saltar antes de parar a descansar o perder el equilibrio”. (Lema, 2014, p. 64)

2.4. Dar saltos.

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio y la coordinación.

Objetivo:

Ir saltando con uno o ambos pies, una distancia de cinco metros.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Capta la atención del niño y muéstrale cómo saltas sobre los dos pies.
- Luego ponte junto a él y trata que salte contigo.
- Si no intenta imitarte, permanece a su lado y elévalo ligeramente del suelo a la vez que tú saltas.
- Repite la actividad hasta que pueda saltar sin ayuda.
- Cuando salte solo, traza dos líneas separadas una de otros cinco metros, o utiliza trozos de cuerda o lazo para indicarle la salida y la llegada.
- Ponte con él en la línea de salida y empezar a saltar hasta la meta. o Entonces haz que salte los cinco metros él solo.
- Cuando pueda recorrer saltando fácilmente esa distancia sobre sus dos pies, repite el proceso con otras variantes de saltos”. (Lema, 2014, p. 66)
 - a) “Saltando sobre los dos pies con los brazos rectos en cruz hacia los lados.

- b) Saltando con uno solo de sus pies.
- c) Saltando alternando los pies.
- d) Saltando sobre los dos pies con los brazos rectos hacia arriba”. (Lema, 2014, pp. 66-67)

2.5. Ejercicios de equilibrio.

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio, agilidad y en su conjunto, mejorar la condición física.

Objetivo:

Mantener el equilibrio mientras realiza una serie de movimientos simultáneos con los brazos y las piernas.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Ponte de rodillas con las manos en el suelo y pon al niño junto a ti, en la misma posición.
- Es importante que ambos estéis mirando hacia la misma dirección, a fin de evitar confusiones entre la izquierda y la derecha.
- Haz los siguientes movimientos y haz que el niño también los realice, (si es posible, que alguien le ayude para que pueda imitarte, mientras tú conservas la postura que le sirve de modelo)”. (Lema, 2014, p. 57)
 - a) “Levanta cada brazo en el aire.
 - b) Levanta cada pierna en el aire.
 - c) Levanta tu pierna derecha y tu brazo derecho, y luego repítelo con tu brazo izquierdo y tu pierna izquierda.
 - d) Levanta tu pierna izquierda y tu brazo derecho en el aire. Repítelo con tu pierna derecha y tu brazo izquierdo”. (Lema, 2014, p. 57)

2.6. Avanzar rodando.

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Incrementar en su conjunto las habilidades físicas.

Objetivo:

Rodar sobre los costados una distancia de tres metros y luego volver rodando hacia atrás.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Encontrar un área despejada con superficie suave, como una alfombra o el césped. o Asegúrate de que el niño te mire y tírate en el suelo, con los brazos pegados al cuerpo y las manos lisas contra tus caderas.
- Muéstrale cómo puedes rodar hacia delante y hacia atrás en esta postura.
- Ayúdale a ponerse en la misma posición y luego hazlo rodar lentamente en una dirección.
- No lo dejes que empiece a rodar alocadamente.
- Cuando llegue a rodar por sí mismo, dile cómo parar y empezar de nuevo a rodar en dirección contraria.
- Marca una línea de inicio y otra de llegada que estén separadas unos tres metros. Haz que ruede desde la salida a la meta y luego vuelva de nuevo rodando hasta el punto de salida”. (Lema, 2014, p. 54)

2.7. Caminar sobre una línea

Motricidad corporal gruesa, 3 - 4 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio y aprender diferentes maneras de caminar.

Objetivo:

Recorrer una cinta adhesiva de cinco centímetros de ancho, usando diferentes estilos de caminar, sin perder el equilibrio.

Materiales:

Cinta adhesiva de cinco centímetros de ancho y tres metros de largo.

Procedimiento:

- “Coloca la cinta en el suelo formando una línea recta.
- Asegúrate de que el niño te mira y demuéstrole cómo caminas a lo largo de ella de un modo natural. Cuando la recorras por segunda vez, haz que te siga. Anímalo para que permanezca sobre la cinta. Finalmente haz que la recorra el solo. Premialo cada vez que complete su recorrido sobre ella. Repite la actividad hasta que guarde el equilibrio mientras que se concentra en no dejar de pisarla. Después de que domine este itinerario simple sin salirse de la cinta, demuéstrole un segundo método y haz que te imite”. (Lema, 2014, p. 58)

Otras formas de recorrerlo pueden ser:

- a) “Caminar hacia atrás con un pie detrás de otro sin cruzarlos.
- b) Caminar de lado, moviendo un pie y luego otro sin cruzarlos.
- c) Caminar hacia delante poniendo el pie derecho en el lado izquierdo de la cinta, y el pie izquierdo en el lado derecho.
- d) Saltar de lado a lado de la cinta manteniendo los pies juntos.
- e) Caminar de lado cruzando un pie sobre otro”. (Lema, 2014, p. 58)

2.8. Lanzamiento de pelota a través de un neumático.

Motricidad gruesa, brazos, 4 - 5 años.

Integración del control óculo-manual, 5 - 6 años.

Meta:

Dirigir un tiro hacia un objeto.

Objetivo:

Lanzar una pelota mediana hacia un neumático estático.

Materiales:

Un neumático viejo, cuerda gruesa y una pelota mediana.

Procedimiento:

- “Cuelga el neumático de la rama de un árbol, dejando que quede a un metro del suelo.
- Pon al niño directamente delante del neumático y ayúdalo a dejar caer una pelota a través del agujero. Prémialo inmediatamente.
- Gradualmente reduce la ayuda cuando comience a entender lo que esperamos de él. Cuando deje caer con facilidad la pelota, haz que se aleje un poco para que pueda tirar la pelota hacia el agujero, desde detrás de una línea que tracemos, a un metro del neumático.
- Apunta cuántas veces tira con éxito y desde que distancia. Asegúrate de que puede lanzarla al menos siete veces de cada diez antes de mover la línea hacia atrás y recuerda que siempre debes cerciorarte de que el neumático no se mueve”. (Galindo, 2015, p. 70)

2.9. Rebotar una pelota

Motricidad gruesa, brazos, 4 - 5 años.

Integración del control óculo-manual, 4 - 5 años.

Meta:

Incrementar el control de los brazos y las manos, y desarrollar la coordinación óculo-manual.

Objetivo:

Botar una pelota grande cinco veces sin perder el control.

Materiales:

Una pelota grande (o cualquier pelota que bote bien, pero que no sea muy pesada).

Procedimiento:

- “Asegúrate de que el niño te está mirando y bota una pelota varias veces. Luego coge su mano y haz que bote la pelota. Recompénsalo inmediatamente por ello.
- Gradualmente ve soltándole la mano cuando comience a intentar a botarla él solo. Al principio, será probable que no consiga hacerlo más de una o dos veces seguidas. Continúa alabándolo y animándolo cuando la bote las veces que él pueda.
- Lleva un control de cuántos botes puede dar seguidos a la pelota antes de perder su control.
- Repite la actividad hasta que pueda botarla cinco veces sin ayuda”. (Galindo, 2015, p. 71)

2.10. Giros hacia delante: volteretas.

Motricidad corporal gruesa, 4 - 5 años.

Imitación motora, 4 - 5 años.

Meta:

Mejorar la coordinación, equilibrio y conocimiento de su cuerpo.

Objetivo:

Dar cinco giros hacia delante.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Despejar un área grande en una alfombra o en el césped.
- Asegúrate de que el niño te mira y demuéstrale cómo te giras hacia delante.
- Dile “vuelta”, mientras te ruedas, y transmítele que la actividad es divertida y excitante.
- Si es posible, haz que una tercera persona lo ayude moldeándole los movimientos, mientras tú le sirves de modelo.
- Ponte en cuclillas con ambas manos en el suelo, separadas por la anchura de tus hombros. Ayúdalo a conseguir la misma posición y entonces, muévele

hacia abajo su cabeza, de manera que su barbilla, descansa sobre su pecho. Inclínalo lentamente hacia delante, hasta que su codo quede tocando el suelo.

- Después empuja sus piernas para ayudarlo a completar la voltereta hacia delante. Recompénsalo inmediatamente.
- Repite el procedimiento reduciendo gradualmente tu ayuda hasta que pueda completar una voltereta el solo”. (Galindo, 2015, p. 75)

2.11. Pasos de elefante.

Motricidad corporal gruesa, 4 - 5 años.

Imitación motora, 4 - 5 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio y la movilidad.

Objetivo:

Caminar como un elefante, diez pasos, con el cuerpo curvado sobre la cintura y los brazos colgando delante.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Demuéstrale al niño cómo camina un elefante, curvando hacia delante la cintura y dejando los brazos flácidos, colgando delante tuyo, con los puños cerrados. o Asegúrate de que te está mirando y camina hacia delante, oscilando tus brazos lentamente de un lado a otro. Di: “mira, soy un elefante”.
- Ayúdalo a ponerse en esa posición y camina junto a él como si fueseis elefantes, para que pueda imitarte.
- Si es posible, haz que otra persona lo mantenga en la postura, mientras tú continúas siendo su modelo a seguir.
- Al principio, no cuentes con que mantenga la postura por mucho tiempo.

- Cuando se sienta más cómodo y seguro de sí mismo, caminando como un elefante, traza un recorrido de diez metros e intenta conseguir que lo siga hasta el final”. (Caguano, 2014, p. 94)

2.12. Carrera de patatas.

Motricidad corporal gruesa, 4 - 5 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio y el control manual.

Objetivo:

Llevar una patata en una cuchara, una distancia de metro y medio, sin que la patata se caiga.

Materiales:

Una cuchara grande y una patata pequeña.

Procedimiento:

- “Asegúrate de que el alumno te esté mirando y mantén en equilibrio una patata sobre la cuchara durante unos segundos.
- Luego comienza a caminar lentamente mientras conservas el equilibrio de la patata. Después de tu demostración, pon la cuchara en la mano del niño y sujétasela con tus propias manos.
- Luego, pon la patata en la cuchara y mira a ver si puede sostenerla unos segundos antes de que se le caiga.
- Cuando llegue a tener mayor firmeza sujetándola, reduce el control de tu mano sobre la suya, y anímalo a dar unos pasos, con la patata en la cuchara.
- Cuando llegue a tener plena habilidad para sostenerla, haz un circuito de un metro y medio, con una línea de salida y otra de llegada.
- Hazlo recorrer el itinerario tan rápido como pueda del principio al final, sin que deje caer la patata.
- Cuando pueda completar la carrera, haz que participe con otra persona o contra reloj. Sin embargo, no permitas que la carrera se convierta en una competición”. (Caguano, 2014, p. 96)

2.13. Barra de equilibrios.

Motricidad corporal gruesa, 4 - 5 años.

Meta:

Incrementar el equilibrio.

Objetivo:

Andar sobre una barra de metro y medio de largo, por diez centímetros de ancho, sin ayuda y sin caerse.

Materiales:

Una tabla robusta y lisa, de metro y medio de largo, por diez centímetros de ancho, dos ladrillos y dos adoquines (bloques de cemento).

Procedimiento:

- “Situarse en un área lisa y despejada en la hierba, donde no haya piedras o cualquier otra posibilidad de peligro.
- Comienza colocando la barra en el suelo y haz que el niño camine sobre ella unas veces, para que se confíe.
- Una vez que ya caminé con seguridad por la tabla, coloca un ladrillo pequeño bajo cada extremo de la misma, de manera que se eleve unos diez-quince centímetros aproximadamente. Al principio necesitarás probablemente sujetarle su mano, y andar a su lado para que camine sobre la tabla.
- Gradualmente, reduce la cantidad de ayuda, pero permitiéndole primero que sujete un solo dedo de tu mano, luego el extremo de un lápiz mientras tú sujetas la otra punta y finalmente, un trozo de cuerda. Haz que camine por la tabla hasta que consiga hacerlo sin ayuda.
- Reemplaza entonces los ladrillos, por los bloques más grandes, para elevar la tabla hasta unos veinte-veinticinco centímetros del suelo. Repite la actividad ayudándolo solo cuando lo necesite”. (Lozano, 2018, pp. 37-38)

2.14. Avanzar en una carrera de obstáculos.

Motricidad corporal gruesa, 5 - 6 años.

Meta:

Incrementar la fuerza de los brazos y desarrollar una mejor integración óculo-manual.

Objetivo:

Completar una carrera de dificultad moderada, con siete obstáculos para subir, sin ayuda.

Materiales:

Varios.

Procedimiento:

- “Cuando el niño pueda completar un recorrido con obstáculos de dificultad intermedia sin problemas, construye un itinerario ligeramente más largo y más dificultoso para él.
- Usa algunos de los objetos que ya le sean familiares e incorpora aparatos para complicar las actividades de motricidad corporal gruesa.
- Sigue el mismo procedimiento que en un recorrido de obstáculos simples.
- Extiende un trozo de cuerda por el suelo, para que sepa en qué orden aproximarse a los obstáculos.
- Camina con él, por el recorrido completo la primera vez, para estar seguros de que sabe qué hacer en cada momento y cuando aprenda a salvar todos los obstáculos, apunta en una lista las veces que lo termina con éxito.
- Recompénsalo cada vez que termine, dándole algo especial cada vez que rompa su récord”. (Lozano, 2018, p. 39)

2.15. Golpear con un bate de beisbol.

Motricidad gruesa, brazos, 5 - 6 años.

Integración óculo-manual, 5 - 6 años.

Meta:

Incrementar la fuerza de los brazos y desarrollar la integración óculo manual.

Objetivo:

Oscilar un bate o palo de madera y hacer contacto con un objeto inmóvil, suspendido a la altura de sus hombros.

Materiales:

Una pelota de esponja, cinta adhesiva, cuerda, un bate de plástico que pese poco, o una tabla de madera.

Procedimiento:

- “Ata al extremo de un trozo de cuerda a una esponja redonda grande. Cubre la cuerda y la esponja con cinta adhesiva, para evitar que la pelota salga despedida.
- Cuelga la pelota de la rama de un árbol, de manera que penda a la altura de los hombros del niño. Asegúrate de que el área esté libre de cualquier cosa que se pueda golpear mientras se batea.
- Pon las manos del niño en el palo y sujétaselas con las tuyas. Ayúdale a batear suavemente algunas veces, sin intentar golpear la pelota. Luego llévalo para que la golpee, y prémialo inmediatamente.
- Gradualmente reduce el control que ejerces sobre su mano cuando aprenda a batear por él mismo.
- Frena la pelota cada vez que la golpee, poniéndola en su posición inicial. Impide que llegue a golpear salvajemente o sin control”. (Psicólogos y Logopedas, 2017, párr. 2)

2.16. Paseo de carretillas**Motricidad gruesa, brazos, 5 - 6 años.****Meta:**

Desarrollar la coordinación y la fuerza de los brazos.

Objetivo:

Caminar hacia delante sobre ambas manos mientras alguien le sujete ambas piernas.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “(Cuéntale al niño que va a ser una carretilla y tumbalo en el suelo sobre sus manos y sus rodillas).
- Ponte detrás de él y sujete sus piernas firmemente por los tobillos.
- Elévale los pies unos milímetros del suelo mientras él se sostiene con sus manos y sus brazos. No lo tengas en esa posición más de unos segundos al principio.
- Premialo después de ponerlo en el suelo.
- Cuando aumente su confianza en la fuerza de sus brazos, ve subiendo sus pies poco a poco, lentamente. Súbeselos suavemente, teniendo cuidado de no dejar demasiado peso sobre sus brazos antes de que esté preparado.
- Cuando esté cómodo descansando sobre sus manos, haz que camine hacia delante apoyado en ellas, mientras tú le sostienes sus pies.
- Traza una línea a unos cinco metros de distancia y hazlo llegar hasta ella partiendo de un punto de salida. Asegúrate de que sabe exactamente hasta dónde debe llegar manteniendo la posición”. (Psicólogos y Logopedas, 2017, párr. 4)

2.17. Arrastrar un objeto pesado.

Motricidad corporal gruesa, 5 - 6 años.

Desarrollando motricidad fina, 5 - 6 años.

Meta:

Incrementar la fuerza de las manos y desarrollar la musculatura en general.

Objetivo:

Tirar de una caja con peso una distancia específica, determinada por la condición física del niño.

Materiales:

Cuerda de aproximadamente un metro de largo, una caja grande, libros, piedras o todo tipo de materiales que usemos para aumentar poco a poco el peso de la caja.

Procedimiento:

- “Traza una línea en el suelo con tiza o una cinta, y pon la cuerda cruzándola, de manera que quede la señal, justo en la mitad de la cuerda. Ata el extremo de esta a una caja de cartón vacía.
- Coge el otro extremo y enséñale al niño como tiras de la cuerda para que la caja cruce la línea.
- Vuelve a poner la caja en la posición inicial y ayúdalo a tirar de la caja la marca.
- Repite el proceso, reduciendo gradualmente tu ayuda, hasta que pueda tirar de la caja vacía él solo.
- Progresivamente, ve aumentando el peso de la caja, dependiendo del peso y la condición física del niño.
- Ten cuidado de no poner demasiados objetos y hacer que la tarea sea frustrante para él.
- Pon atención en la línea, para que esté siempre claramente visible, y el niño sepa justamente hasta que distancia desplazar la caja”. (Psicólogos y Logopedas, 2017, párr. 5)

2.18. Guerra de tirones.**Motricidad gruesa, 5 - 6 años.****Meta:**

Incrementar la fortaleza de los brazos y desarrollar la musculatura en general.

Objetivo:

Tirar de una cuerda sujeta por otra persona, que ejerce una ligera presión.

Materiales:

Cuerda de un metro de largo.

Procedimiento:

- “Traza una línea en el suelo, con tiza o cinta, y pon la cuerda con su mitad en la línea.
- Haz que el niño coja un extremo mientras tú sostienes el otro.
- A una señal, haz que intente tirar de ti hasta que cruces la línea (Puede ser necesario la ayuda de otro adulto para que le muestre cómo se tira).
- Al principio pónselo fácil y alábalo con frases como “que bien tiras”, “buen empujón; Gradualmente, tira aumentando la fuerza que ejerces desde tu extremo, para que tenga que aumentar la fuerza con la que el niño tira, hasta que tú cruces la línea.
- Asegúrate de que se esfuerza, pero no dejes que la actividad se haga frustrante o dolorosa para él”. (Psicólogos y Logopedas, 2017, párr. 6)

2.19. Calistenia: marionetas.

Motricidad gruesa, 5 - 6 años.

Imitación motora, 4 - 5 años.

Meta:

Incrementar la coordinación de brazos y piernas.

Objetivo:

Hacer diez imitaciones.

Materiales:

Ninguno.

Procedimiento:

- “Encuentra un sitio donde puedas permanecer junto al niño, saltando sin chocaros con nada. Colócate mirándolo y haz que imite todo lo que hagas.
- Levanta los brazos sobre tu cabeza, hasta que tus manos se toquen y retrocedan hacia los lados de tu cuerpo.
- Ayúdalo a que te imite inmediatamente.
- Repite esta parte del ejercicio hasta que el niño ejecute este movimiento sin ayuda. Continúa frente a él, y haz que ahora imite solo los movimientos de tus

piernas. Salta, separando los pies, y luego salta volviendo a ponerlos juntos. Ayúdalo solo si lo necesita.

- Cuando pueda imitar ambos movimientos por separado, haz que te imite mientras los combinas.
- Salta y separa los pies, mientras tocas las palmas sobre tu cabeza.
- Oscila con tus brazos arriba y tus piernas separadas, para que pueda imitarte.
- Apunta cuantas veces puede hacerlo sin cansarse”. (Mendoza, 2016, p. 96)

2.20. Saltar a la comba.

Motricidad gruesa, 5 - 6 años.

Meta:

Incrementar la coordinación.

Objetivo:

Saltar a la comba cinco veces.

Materiales:

Cuerda de metro y medio de largo.

Procedimiento:

- “Ata un extremo de la cuerda a un árbol o cualquier objeto pesado.
- Colócate con el niño en el centro de la cuerda, y haz que alguien más sujete la otra punta moviéndola.
- Cuando la cuerda se aproxime a vuestros pies, di “salta”, y elévalo del suelo, como si saltara por él mismo.

- Al principio, prueba con un solo salto hasta que vaya aumentando su confianza. Gradualmente reduce tu ayuda cuando comience a saltar, incluso si no lo hace en el momento oportuno.
- Como al principio empezará a saltar por su cuenta, ajeno al movimiento de la cuerda, retiraros de debajo de la cuerda, pero continúa diciendo “salta” cuando sea el momento adecuado.
- (Volver a intentar saltar debajo de la cuerda)”. (Caguano, 2014, p. 112)

2.21. Rayuela Motricidad gruesa, 5 - 6 años.

Ejecución cognitiva, lenguaje receptivo, 5 - 6 años (opcional).

Meta:

Mejorar la coordinación muscular, el equilibrio y la habilidad para contar.

Objetivo:

Jugar a la rayuela correctamente.

Materiales:

Tiza, cinta aislante o pintura, piedras o judías.

Procedimiento:

- “Haz una rayuela en el suelo como la del modelo de abajo.
- Asegúrate de que los cuadrados sean grandes y de que las líneas se vean claramente.
- Al principio puede ser útil no pintar los números para no confundir a los niños.
- Muestra al alumno como pasar la rayuela, saltando con un pie en los cuadrados sencillos y con dos en los dobles.
- Una vez que el alumno pueda pasar la rayuela sin problemas comienza a enseñarle a jugar a la rayuela con una piedra o una judía.
- Enséñale a lanzar la piedra a uno de los cuadrados. El alumno deberá saltar en el cuadrado, acabar la rayuela y coger la piedra en su camino de vuelta.
- Si el alumno reconoce los números y sabe contar, numera los cuadrados.

- El alumno deberá seguir la secuencia de números o saltar al número que tú digas”. (Caguano, 2014, p. 114)

2.22. Barra de equilibrios avanzada.

Motricidad gruesa, 5 - 6 años.

Meta:

Mejorar el equilibrio.

Objetivo:

Andar por una barra de equilibrios de metro y medio de ancho por diez centímetros de ancho llevando objetos.

Materiales:

Barra de equilibrios (mirar actividad 84), dos cajas, cinco objetos pequeños (pelota, animal de juguete, muñeca, esponja, taza de plástico).

Procedimiento:

- “Cuando el alumno sepa andar por la barra sin problemas enséñale a andar por la barra mientras lleva objetos.
- Coloca la caja con los objetos en un extremo de la barra y la vacía en el otro.
- Haz que el alumno coja un objeto de la caja con los objetos, ande por la barra y coloque el objeto en la segunda caja.
- Repite el procedimiento hasta que todos los objetos se encuentren en la segunda caja”. (Caguano, 2014, p. 116)

CONCLUSIONES

PRIMERA.- La motricidad gruesa, en la segunda infancia (03 - 06 años), comprende dos categorías o dimensiones: dominio corporal dinámico (coordinación general, coordinación viso-motora, equilibrio y ritmo y el dominio corporal estático (esquema corporal, tono muscular, autocontrol, relajación y respiración).

SEGUNDA.- La categoría o dimensión del dominio corporal dinámico, según Suárez (2008) “Es la habilidad adquirida de controlar las diferentes partes del cuerpo (extremidades superiores, inferiores y tronco, etc.) y de moverlas siguiendo la propia voluntad o realizando una consigna determinada”.

TERCERA.- La categoría o dimensión del dominio corporal estático, en opinión de Suárez (2008) “La vivencia de los movimientos segmentarios, su unión armoniosa y la adquisición de la madurez necesaria del sistema nervioso, permiten al niño realizar una acción previamente representada mentalmente (coordinación general)”.

CUARTA.- Las docentes de Educación Inicial, en la programación académica anual, deberían planificar actividades de la motricidad gruesa con el fin de lograr la estabilidad de los niños y niñas al momento de: pararse, caminar, desplazarse y la movilidad en general, pues la carencia de estas habilidades en los niños y niñas que no reciban una adecuada estimulación tendrán inseguridad al momento de la movilidad.

REFERENCIAS CITADAS

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Ajuriaguerra, J. (2013). Psicomotricidad en los niños. Obtenido de <http://psicomotricidadeln.blogspot.com/2013/04/teorias-que-fundamentan-la.htm>
- Bernal C. (2006). Metodología de la Investigación. México: Pearson Educación.
- Carrasco, S. (2009). Metodología de la Investigación Científica. Lima: Editorial San Marcos.
- Carrasco, S. (2009). Metodología de la investigación científica. Lima, Perú: San Marcos.
- Conde, J. (2007). <http://pedagogiafilos.spaces.live.com>.
- Hernández, R; Fernández, C y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. México, D.F., Mc Graw Hill.
- Piaget, J. (2012). Teorías del juego. Obtenido de <https://actividadesludicas2012.wordpress.com/2012/11/12/teorias-de-los-juegos-piagetvigotsky-kroos>
- Piaget, J. (2013). Psicomotricidad en los niños. Obtenido de <http://psicomotricidadeln.blogspot.com/2013/04/teorias-que-fundamentan-la.htm>
- Suarez, C. (2008). (<http://html.rincondelvago.com>)
- Vigotsky, L. (2012). Teorías del juego. Obtenido de Teorías del juego: <https://actividadesludicas2012.wordpress.com/2012/11/12/teorias-de-los-juegos-piagetvigotsky-kroos/>
- Wallon, H. (2013). Psicomotricidad en los niños. Obtenido de <http://psicomotricidadeln.blogspot.com/2013/04/teorias-que-fundamentan-la.htm>

REFERENCIAS DE DIRECCIONES ELECTRÓNICAS:

- Caguano, L. (2014). *la educación física en el desarrollo de la coordinación motriz gruesa de los estudiantes de cuarto y quinto grado de educación general básica, en la escuela lcedo. Jaime Andrade fabara del cantón latacunga provincia de cotopaxi*. Obtenido de Universidad Técnica de Ambato: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/8154/1/FCHE-CEF-313.pdf>
- Conde, J. (2007). *Home*. Obtenido de <http://pedagogiafilos.spaces.live.com>
- ENESO. (2016). *Cómo desarrollar la motricidad gruesa*. Obtenido de <https://www.eneso.es/blog/developar-la-motricidad-gruesa/>
- Galindo, E. (2015). *Manual para desarrollar la psicomotricidad en niños de nivel preprimaria*. Obtenido de Universidad Rafael Landívar: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/84/Galindo-Evelyn.pdf>
- García, C., Chiquez, G., & Valencia, C. (2017). *Influencia de los juegos tradicionales en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de primer grado*. Obtenido de Universidad Nacional de Trujillo: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/9063/CHIQUEZ%20TUANAMA-GARCIA%20MAQUI-VALENCIA%20RODRIGUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guzmán, R., Maseta, Y., & Urueña, H. (2015). *La estimulación psicomotriz como factor determinante del desarrollo en el niño de preescolar*. Obtenido de Universidad del Tolima: <http://45.71.7.21/bitstream/001/1639/1/Trabajo%20de%20Grado%20-%20Katerin%20Urue%C3%B1a%20version%20aprobada.pdf>
- Lema, M. (2014). *Promover el juego como estrategia para el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas de tres años de edad*. Obtenido de <http://www.dspace.cordillera.edu.ec/bitstream/123456789/945/1/35-EDU-13-14-1722935648.pdf>
- Lozano, T. (2018). *Actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los niños y niñas de 4 años de la institución educativa inicial N°184 distrito de San Clemente - Pisco*. Obtenido de Universidad Nacional de Huancavelica: <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2329/T.ACAD-SEGEPE-FED-2018-LOZANO%20MANCILLA%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Mendoza, N. (2016). *Las habilidades motoras para mejorar el dibujo infantil de las niñas y niños de 4 a 5 años de la Escuela Fiscal de Educación Básica Lauro Damerval Ayora de la ciudad de Loja. Periodo 2014-2015*. Obtenido de Universidad Nacional de Loja: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/11159/1/Tesis%20Final-Nadia%20Lizethe%20Mendoza%20Mej%C3%ADa%20Pdf.pdf>
- Morales, F. (s.f.). *Papel de la Universidad en la capacitación comunitaria sobre desarrollo psicomotriz del niño en edad preescolar*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6173747.pdf>
- Munaiain, J. (1997). Noción/definición de motricidad. *Revista de Estudios y Experiencias*, 55, 53-86.
- Oседа, D., Mendivel, R., & Zevallos, L. (2015). Psicomotricidad e iniciación a la escritura en niños de 5 años de edad en comunidades Shipibas de Ucayali. *Apunt. cienc. soc.*, 05(01) .
- Pacheco, G. (2015). *Algunas consideraciones conceptuales*. Obtenido de <http://biblioteca.iplacex.cl/RCA/Psicomotricidad%20en%20educaci%C3%B3n%20inicial.pdf>
- Pazmiño, M., & Proaño, P. (2009). *Elaboración y aplicación de un manual de ejercicios para el desarrollo de la motricidad gruesa mediante la estimulación en niños/as de dos a tres años en la guardería del Barrio Patután, Eloy Alfaro, periodo 2008 - 2009*. Obtenido de Universidad Técnica de Cotopaxi: <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/325/1/T-UTC-0315.pdf>
- Psicólogos y Logopedas. (2017). *Ejercicios para mejorar la motricidad de brazos, manos y dedos en niños*. Obtenido de <https://www.psicologosylogopedas.com/2017/10/05/ejercicios-para-mejorar-la-motricidad-de-brazos-manos-y-dedos-en-ni%C3%B1os/>
- Quevedo, Z. (2018). *Estrategias psicomotrices en educación inicial*. Obtenido de Universidad Nacional de Tumbes: <http://repositorio.untumbes.edu.pe:8080/xmlui/bitstream/handle/UNITUMBES/781/QUEVEDO%20JIMENEZ%20ZULMY%20DEL%20ROCIO....pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Quispe, M., & Chiara, E. (2019). *Programa de actividades gráfico plásticas para mejorar la coordinación motora fina en los niños de 4 años de la institución educativa Cuna Jardín Unsa, Arequipa*. Obtenido de Universidad Nacional de San Agustín De Arequipa:

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10362/EDqunimk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Revilla, L. (2014). *La coordinación visomotora y su importancia para desarrollo*. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd193/coordinacion-visomotora-y-retraso-mental-moderado.htm>

Rosada, S. (2017). *Desarrollo de habilidades de motricidad gruesa a través de la clase de educación física, para niños de preprimaria*. Obtenido de Universidad Rafael Landívar: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2017/05/84/Rosada-Silvia.pdf>

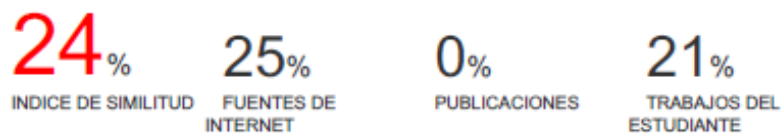
Schilder, P. (1999). *Deficiencias cerebrales infantiles. Psicomotricidad y evolución en la rehabilitación del niño paralítico cerebral*. Atlántica.

Tu Bebé Genio. (s.f.). *Motricidad Fina y Gruesa en Bebés y Niños • GUÍA TOTAL | Tu Bebé Genio*. Obtenido de <https://tubebegenio.com/motricidad-fina-gruesa/>

Wallon, H. (2013). *Psicomotricidad en los niños*. Obtenido de <http://psicomotricidadeln.blogspot.com/2013/04/teorias-que-fundamentan-la.htm>

La motricidad gruesa en niños y niñas de la segunda infancia

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	documents.mx Fuente de Internet	12%
2	repositorio.ute.edu.ec Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	2%
4	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	docplayer.es Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Manuela Beltrán Virtual Trabajo del estudiante	1%
8	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	1%

9	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
10	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
11	tubebegenio.com Fuente de Internet	1%
12	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
13	Submitted to Universidad Católica del CIBAO Trabajo del estudiante	<1%
14	Submitted to Universidad Católica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1%
15	Submitted to Corporación Universitaria del Caribe Trabajo del estudiante	<1%
16	es.scribd.com Fuente de Internet	<1%
17	Submitted to Universidad Privada San Pedro Trabajo del estudiante	<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo