

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Psicomotricidad en el deporte

Trabajo académico presentado para optar el Título de Segunda  
Especialidad Profesional de Educación Física

Autor:

Tarrillo Araujo Milton

JAEN – PERÚ

2019

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Psicomotricidad en el deporte

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

Tarrillo Araujo Milton (Autor)

Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

JAEN – 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 Jaén, a los siete días del mes de agosto del dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E. Jaén de Bracamoros 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. Segundo Alburquerque Silva, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "Psicomotricidad en el deporte", para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional de Educación Física al señor Tarrillo Araujo Milton.

A las DIEZ horas TRINIO 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 de jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo BUENO.

Por tanto, Tarrillo Araujo Milton, queda APTO, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le cupida optar el Título de Segunda Especialidad Profesional de Educación Física.

Siendo las DIEZ horas con CINCUENTA 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. Segundo Alburquerque Silva  
Presidente del Jurado

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdenas  
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva  
Vocal del Jurado

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	4
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>CAPÍTULO I</b> .....	6
<b>La Psicomotricidad</b> .....	6
1.1. Concepto de psicomotricidad.....	6
1.2. Psicomotricidad y calidad de vida.....	7
1.3. Objetivos que se trabajan en las sesiones de psicomotricidad.....	8
1.4.- El desarrollo psicomotor en la etapa postnatal (de 0 a 6 años) .....	9
1.4.1- La etapa postnatal.....	9
1.4.2- Desarrollo psicomotor del niño de 0 a 6 años.....	9-16
1.5. Actividad tónica .....	17
1.6. Equilibrio.....	18- 19
1.7. Conciencia corporal .....	20
<b>CAPÍTULO II</b> .....	21
2.1. La Psicomotricidad y el dolor motor.....	22
2.2. Juegos psicomotrices: diversión segura .....	23
2.3. Psicomotriz en el deporte.....	23-24
<b>CONCLUSIONES</b> .....	25-26
<b>REFERENCIAS</b> .....	28

## **RESUMEN**

“La falta de aplicación de la psicomotricidad en los estudiantes determina que existan maestras que crean y afirmen que el desarrollo motor en los estudiantes no es el adecuado porque no manifiestan tonicidad lateralidad no definida, no tienen control postural, no han desarrollado nociones espaciales, entre otros aspectos, llevando en muchas ocasiones al niño a pensar que es él que no puede realizar tareas a él encomendadas, bajando su autoestima, sin darse cuenta que eso es producto del desconocimiento de los procesos madurativos de los estudiantes y que esto es parte de la psicomotricidad.” (Haitara, 2014)

“En este camino deberán ser atendidos aspectos primordiales, que forman parte de la globalidad individual: la socio- afectividad; la cognición y su expresión comunicativa, en este sentido es necesario implementar un conjunto de acciones como los juegos psicomotrices.” (Haitara, 2014)

**Palabras claves:** Psicomotricidad, desarrollo motor.

## **INTRODUCCIÓN**

“Para llegar a conocer y comprender cuales son los elementos básicos de la psicomotricidad, se debe comenzar analizando que es la psicomotricidad. Llegar a entender el cuerpo humano de una manera global, ya que la psicomotricidad es un planteamiento global de la persona, que puede ser entendida como una función del ser humano que sintetiza psiquismo y motricidad con el fin de permitir al individuo adaptarse de manera flexible y armoniosa al medio que lo rodea.” (Haitara, 2014)

“La psicomotricidad a lo largo del tiempo ha establecido unos indicadores para entender el proceso del desarrollo humano, que son básicamente, la coordinación (expresión y control de la motricidad voluntaria), la función tónica, la postura y el equilibrio, el control emocional, la lateralidad, la orientación espacio temporal, el esquema corporal, la organización rítmica, las praxias, la grafomotricidad, la relación con los objetos y la comunicación (a cualquier nivel: tónico, postural, gestual o ambiental).” (Haitara, 2014)

Agradezco a mi Dios Todopoderoso por su amor infinito, a mi familia por ser mi alegría y mi fuerza, también de modo especial a mi asesor de dicha investigación, por permitir que este trabajo sea un conocimiento más perfectible, ya que a través de sus mensajes han permitido retomar el camino de la problemática en busca de una posible solución. A los docentes y amigos por ese aporte incondicional, a través de sus observaciones y críticas constructivas.

## CAPÍTULO I

### **La Psicomotricidad**

#### **1.1. Concepto de Psicomotricidad**

“El término de psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad así definida desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. De manera general puede ser entendida como una técnica cuya organización de actividades permite a la persona conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada.” (Psicomotricidad, 2014)

“El objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que lleva a centrar su actividad e investigación sobre el movimiento y el acto. ” (Psicomotricidad, 2014)

“Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico. Estas prácticas psicomotrices han de conducir a la formación, a la titulación y al perfeccionamiento profesional.” (Psicomotricidad, 2014)

Según Gabriela Núñez y Fernández Vidal (1994): “La psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica. El objetivo, por consiguiente,

de la psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno”

Para Muniáin (1997): “La psicomotricidad 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”

“Para conocer de manera más específica el significado de la psicomotricidad, resulta necesario conocer que es el esquema corporal. Este puede entenderse como una organización de todas las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con los datos del mundo exterior, consiste en una representación del propio cuerpo, de sus segmentos, de sus límites y posibilidades de acción.” (Psicomotricidad, 2014)

“El esquema corporal constituye pues, un patrón al cual se refieren las percepciones de posición y colocación (información espacial del propio cuerpo) y las intenciones motrices (realización del gesto) poniéndolas en correspondencia. La conciencia del cuerpo nos permite elaborar voluntariamente el gesto antes de su ejecución, pudiendo controlar y corregir los movimientos. Es importante destacar que el esquema corporal se enriquece con nuestras experiencias, y que incluye el conocimiento y conciencia que uno tiene de sí mismo, es decir” (Psicomotricidad, 2014):

- “Nuestros límites en el espacio (morfología). ” (Psicomotricidad, 2014)
- “Nuestras posibilidades motrices (rapidez, agilidad, etc.). ” (Psicomotricidad, 2014)
- “Nuestras posibilidades de expresión a través del cuerpo (actitudes, mímica, etc.). ” (Psicomotricidad, 2014)
- “Las percepciones de las diferentes partes de nuestro cuerpo. ” (Psicomotricidad, 2014)
- “El conocimiento verbal de los diferentes elementos corporales. ” (Psicomotricidad, 2014)



- “Las posibilidades de representación que tenemos de nuestro cuerpo (desde el punto de vista mental o desde el punto de vista gráfico). ” (Psicomotricidad, 2014)  
“Los elementos fundamentales y necesarios para una correcta elaboración del esquema corporal son: la actividad tónica, el equilibrio y conciencia corporal.” (Psicomotricidad, 2014)

### **1.2. Psicomotricidad y Calidad De Vida:**

En la edad infantil, la psicomotricidad favorece a la salud física y psíquica del niño, porque se trata de una técnica que le ayudara a dominar de una forma sana su movimiento corporal, mejorando su relación y comunicación con el mundo que le rodea. La psicomotricidad permite al niño explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, enfrentarse a las limitaciones, relacionarse con los demás, conocer y oponerse a sus medios, proyectar sus fantasías, vivir sus sueños, desarrollar la iniciativa propia asumir roles y disfrutar del juego en grupo, le enseña a expresarse con libertad. La intervención psicomotriz se dirige tanto a personas sanas como a quienes padecen cualquier tipo de trastorno, limitación o incapacidad. Cuando se trata de esta última, se llama psicomotricidad reeducativa o terapéutica y se orienta, además de a la adquisición funcional de destrezas, a la integración personal y mejora de las relaciones con el mundo que rodea a la persona.

#### **Psicomotricidad reeducativa o terapéutica:**

Es una formación personal, práctica y teórica dirigida a profesionales cuyo interés se centra en el ámbito terapéutico (dificultades motrices, emocionales, conductuales, intelectuales y sociales), y que comprende todas las etapas vitales de la persona, desde el niño/a al adulto/a.

### **1.3. Objetivos que se trabajan en las sesiones de psicomotricidad:**

- Descubrir el propio cuerpo.

- Favorecer el dominio del movimiento corporal, para facilitar la relación-comunicación que el niño va a establecer con los demás, el mundo y los objetos.
- Coordinar movimientos básicos con destrezas y habilidades motrices.
- Desarrollar la expresión como medio de autoconocimiento y de relación mediante la realización de juegos.
- Desarrollar las habilidades perceptivo-motrices.
- Experimentar su capacidad de movimiento.
- Desarrollar el equilibrio y la actitud corporal.
- Fomentar la relación y la comunicación interpersonal de los niños y niñas.
- Participar e integrarse en un grupo.
- Experimentar con diferentes materiales y objetos.

En resumen, a través de las actividades que se planteen, se pretende proporcionar a los niños y niñas unas bases madurativas que les permitan acceder a vivencias positivas, posibilitándoles la apertura a la creatividad, cooperación, comunicación, entre otras cosas.

#### 1.4. **El desarrollo psicomotor en la etapa postnatal (de 0 a 6 años)**

##### 1.4.1- **La Etapa Postnatal:**

“Es la etapa que va desde el momento en que termina la etapa perinatal, en adelante, es decir, desde después de esos dos o tres días en los que el niño ya sale del hospital. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

“Hay que tener en cuenta, como ya hemos visto, que existen claras diferencias en el ritmo evolutivo de unos niños a otros, el cual es preciso, por no decir obligatorio, respetar. Dicha diferencia en la mayoría de los casos no nos debe preocupar, pero cuando el desfase es significativo, sobre todo en el periodo que va desde los 0 a los 6 años (que es el periodo que vamos a describir porque es en el que se da más evolución, hay más cambios), debemos preocuparnos, ya que nos puede estar indicando que es posible que el niño presente algún

retraso o alteración en su desarrollo.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

#### 1.4.2- Desarrollo psicomotor del niño de 0 a 6 años:

##### Del 1° al 2° mes:

- **Cabeza:** “débil, cae hacia un lado. Puede elevarla de vez en cuando, muy pocas veces, pero sin sobre pasar el ángulo de 45° sobre la superficie en la que se sitúa.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Tronco:** “débil, su tono muscular aun es hipotónico. La mayoría presentan curvatura en la espalda (cifosis dorsal), como se puede ver en la imagen de la 4° entrada anterior refiriéndose a la hipotonía.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Miembros:** “aun domina la hipertonía en ellos, presentando a lo largo de todo el primer mes y parte del segundo la postura fetal, con los brazos y piernas encogidas. La mayoría de movimientos que hace son globales, de todo el cuerpo.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Preensión:** “el recién nacido, como dijimos anteriormente, presenta el reflejo arcaico de Grasping, que poco a poco va disminuyendo en el segundo mes.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Visión:** “el pequeño es capaz de seguir un objeto hasta los 90° el primer mes y hasta 180° en el transcurso del segundo. Por encima de todo lo que más le gusta mirar es el rostro humano, mirándolo atentamente, llegando a sonreírle.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

##### Del 3° al 4° mes:

- **Cabeza:** “es capaz de mantener la cabeza erguida cuando lo sostenemos sentado, haciéndolo también cuando pasa de estar tumbado a estar sentado. En posición ventral (bocabajo) puede elevar la cabeza de 45° a 90° por encima de la superficie en la que esté.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Tronco:**“ la espalda ya ha conseguido la hipertonia que necesitaba y es capaz de mantenerla firme, aunque la zona lumbar aun es débil y necesita ser sostenida.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Miembros:**“ estos se empiezan a destensar, se relajan estando en extensión. En posición dorsal (boca-arriba) es capaz de girar la espalda a los costados, y en posición ventral se puede apoyar sobre los antebrazos para elevar la cabeza y los hombros. También es capaz de poner un pie sobre la rodilla opuesta. A los 4 meses es capaz de flexionar y extender todos sus miembros.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Preensión:** “aparece la presión al contacto, que sustituye al reflejo de Grasping. Es una presión involuntaria, global y palmar, producida al notar que algo contacta con su mano, de tipo táctilo-motriz. A los 3 meses el dedo pulgar no está formando el puño cuando cierra la mano, y en los 4 meses mantiene las manos abiertas la mitad del tiempo.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Visión:** “el niño gira completamente la cabeza para seguir un objeto que se desplaza, tanto de arriba a abajo, como de izquierda a derecha, y viceversa. A los 4 meses descubre sus manos y se las lleva a la boca.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**Del 5º al 6º mes:**

- **“Cabeza y tronco:** muy sólidos. En posición ventral el pequeño puede levantar la cabeza y el tronco apoyándose sobre sus codos, y después sobre sus manos, siendo capaz de manipular un juguete con las dos manos. También es capaz de girar desde la posición ventral a la de costado, y a la dorsal, por sí solo.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **“Miembros:** Tiene una gran capacidad muscular. Es capaz de dar saltitos sosteniéndolo en pie, en posición ventral puede elevar los brazos y las piernas apoyándose en su tórax, y girar de esta a la posición dorsal sin problema, y estando en esta posición hacer movimientos de pedaleo y cogerse los pies, y, también, puede permanecer sentado con el apoyo anterior de las manos.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **“Presión:** aparece la prensión voluntaria, que sustituye a la anterior. Es una presión palmar, global e imprecisa, el niño coge un objeto entre la palma de la mano y los tres últimos dedos, y en la mayoría de los casos se lo lleva a la boca (para reconocer todas sus cualidades). También es capaz de soltarlo voluntariamente. Además, en estos meses juega con sus manos, puede estrujar un papel, coge objetos y se los pasa de una mano a otra y golpea los objetos contra una superficie.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **“Visión:** el niño ve bien desde el 4º mes (su capacidad visual es ya como la del adulto) y puede girar completamente sobre sí mismo, en ambos sentidos, para seguir a alguien. También mira objetos distantes.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**Del 7º al 8º mes:**

- **“Cabeza y tronco:** El niño ya es capaz de mantenerse sentado solo (sin apoyos). También puede girar sobre sí mismo en los dos sentidos, inclinarse para coger sus juguetes y de pasar sentado a tumbado y viceversa. Además, sabe elevar su cuerpo sosteniéndolo solo con manos y pies.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **“Miembros:** le gusta mucho jugar con sus manos y sus pies, se los lleva a la boca en muchas ocasiones, al igual que hace con el pulgar. Comienza a reptar, y da saltitos cuando le sostienen de pie.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **“Prensión:** aparece la prensión en pinza inferior: se agarran los objetos entre el pulgar y el índice, y el relajamiento de esta es global y voluntario. Ya puede coger un objeto con cada mano (a la vez), y cuando solo tiene uno se lo pasa de una mano a otra con más seguridad. Además, observa detenidamente los objetos que tiene en las manos.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

#### **Del 9º al 10º mes:**

- **“Posiciones:** al principio de estos meses, el niño empieza a arrastrarse sobre el vientre, pero poco a poco empezará a gatear, primero sobre las manos y las rodillas y después sobre las manos y los pies. Primero lo hará hacia atrás, después hacia delante. También es capaz de ponerse en pie él solo, pero sosteniéndose en los muebles, cae a menudo. A los 10 meses, es capaz de, estando sentado, girar.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Prensión:**“ aparece la prensión en pinza superior: agarra los objetos pequeños entre la base del pulgar y el índice. Empieza la independencia manual. Además, ya puede aparte de coger un objeto con cada mano, soltarlos a la vez, y llega a realizar intercambio de objetos con sus padres, les ofrece los que tiene

él. También, tiene el sentido del medio y del fin y del continente y el contenido (consiste en introducir y retirar objetos en/de una caja).” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**Del 11° al 12° mes:**

- **Posiciones“:** a los 11 meses el pequeño comienza a dar sus primeros pasos pero si el adulto le coge de las dos manos, aun así también comienza la marcha lateral que hace él solo pero apoyándose en los muebles, después comenzará a darlos pero apoyándose solo de una mano. Aun así a los 12 meses la mayoría de los niños comienzan a andar, ellos solos, pero sufre muchas caídas. Además, son capaces de agacharse y volverse a levantar sin caerse agarrándose a un objeto fijo. También, se ejercita en dar patadas.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Prensión:** “aparece ya la presión en pinza fina o superior, la prensión es fina y precisa. El niño perfecciona la presión con el pulgar y el índice, es decir, coge los objetos pequeños con la punta del índice y el pulgar. Empieza a utilizar su dedo índice para señalar las cosas. Hace sus primeros garabatos, tiene sentido de la profundidad y le gusta encajar objetos, además, sentado es capaz de lanzar una pelota.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**A los 13 meses:** “es capaz de coger 2 objetos con una sola mano y de garabatear el papel por imitación y con ayuda. También, es capaz de subir a gatas una escalera (bajar aún no).” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**A los 14 meses:** “ya garabatea de manera espontanea sobre un papel (o cualquier soporte que tenga a mano).” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

### **Del 15° al 18° mes:**

- **Posiciones:**“ A los 15 meses el niño ya anda solo con total soltura, y a los 18 comienza a correr. A los 15 meses sube la escalera de pie, pero cogido de la mano, pero bajarlas no lo hará hasta los 21 meses. También, se arrodilla para coger un objeto y se pone de pie solo, pero cae a menudo. Ya es capaz de andar arrastrando un objeto (juguetes de arrastre). ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Prensión:** “a estos meses los pequeños son capaces de lanzar, tirar y empujar. De devolver bien el balón (aunque a los 15 meses se suele caer cuando lo lanza, a los 18 mejora su equilibrio y no cae). De introducir objetos muy pequeños en una botella (la relajación de la prensión es cada vez más fina y precisa). De sostener la cuchara. De pasar las páginas de un libro para niños pequeños, aunque aún se salta algunas páginas. De construir torres de 2 o 4 cubos, de enganchar elementos en un tablero (círculo, cuadrado y triángulo) y de insertar aros en un soporte. Además, sabe reproducir un trazo hecho por el adulto y sigue haciendo garabatos.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

### **De 2 a 3 años:**

- **Posiciones:** “a partir de los 2 años el pequeño se mueve con total soltura: anda, corre deprisa, trepa, gira, salta (sobre los dos pies y después sobre uno solo), sube y baja escaleras el solo (alternando los pies y apoyándose en la pared) y chuta el balón con el pie sin caerse (mantiene el equilibrio).” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- **Prensión:**“ tiene buena rotación de muñeca. Además, puede lavarse solo, abrir y cerrar las puertas, ponerse sus zapatos, pasar las páginas de un libro para niños de una en una, hacer



garabatos a los 2 años y ya el cuerpo humano a los 3, hacer torres de 6 y 8 cubos, encajar elementos, contar hasta 4 a los 2 años y hasta 8 a los 3, diferencia y conoce 2 o 4 colores y comprende de 2 a 4 órdenes dadas a la vez. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

#### **De 3 a 4 años, adquiere:**

- “La capacidad de control de la tonicidad que permite la disociación de movimientos de brazos y piernas.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de control del equilibrio momentáneo sobre un pie y de equilibrio con los ojos cerrados.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de control y regulación del sistema postural para: subir escaleras alternadamente, saltar con los dos pies juntos, correr con aceleraciones y desaceleraciones en curvas, dar volteretas hacia delante, montar en triciclo, andar sobre un plano inclinado, dar saltos con el pie preferido y andar sobre el banco de equilibrio.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad visomotriz para: lanzar un balón hasta una distancia de unos tres metros, coger con ambas manos un balón lanzado hacia él o golpearlo, construir torres de 9 cubos, copiar un círculo y una cruz incorrectamente, cortar con tijeras en línea recta y desabrochar botones accesibles.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad grafomotriz para expresar con dibujos estructuras circulares.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de desarrollo del esquema corporal que le permite conocer todas las partes de su cuerpo y la simbolización gráfica incompleta de su propia imagen. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de organización del espacio para orientarse y recordar recorridos simples. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

#### **De 4 a 5 años, adquiere:**

- “El control de la distensión tónica voluntaria.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La anticipación motriz.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de control del equilibrio sobre un pie.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de control y regulación del sistema postural para: trotar hacia delante, correr con cambios de dirección, subir y bajar escaleras alternadamente, saltar con un pie, a la cuerda y saltar cayendo sobre la punta de los pies y andar sobre una línea recta. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad visomotriz para: lanzar y recoger el balón, controlar la prensión de los objetos, cortar con tijeras un círculo, copiar de modo feo dibujos simples y desabrochar botones. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad grafomotriz para simbolizar objetos y personas. Fortaleciendo así el desarrollo de la representación mental. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de desarrollo del esquema corporal que le permite la simbolización gráfica completa, pero sin detalles de su propia imagen. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de organización del espacio para actuar en recorridos, en función de ordenes espaciales precisas. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

**De 5 a 6 años, adquiere:**

- “El control total de la distensión tónica voluntaria.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La anticipación motriz, aumenta de grado consiguiendo aprendizajes que requieran motricidad fina. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de control del equilibrio sobre un pie con brazos doblados sobre el tórax. ” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

- “La capacidad de control y regulación del sistema postural para: subir y bajar escaleras corriendo, saltar alternativamente con un pie y con los dos juntos y correr en cualquier dirección.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad visomotriz para: lanzar y recoger el balón a diferentes distancias y botarlo, copiar dibujos complejos y hacerse las lazadas de los zapatos.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad grafomotriz para simbolizar trazos complejos: rotaciones, desplazamientos y combinaciones de ambas.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La capacidad de desarrollo del esquema corporal que le permite la simbolización gráfica completa con detalles de su propia imagen, además de la preferencia manual definitiva para coger los instrumentos. También se integra las nociones espaciales de izquierda y derecha.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)
- “La expresión corporal y gráfica de estructuras rítmicas, de realizar compases.” (Marta, Ester, Regina & Berta, 2012)

### **1.5. Actividad Tónica:**

"La actividad tónica 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, 1.979).

“Para la realización de cualquier movimiento o acción corporal, es preciso 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.” (Haitara, 2014)

“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. ” (Haitara, 2014)

“La actividad tónica proporciona sensaciones que inciden fundamentalmente en la construcción del esquema corporal. La conciencia de nuestro cuerpo y de su control depende de un correcto funcionamiento y dominio de la tonicidad.” (Haitara, 2014)

“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 intervenimos 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 ésta 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 del individuo. Existe una regulación 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 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. ” (Haitara, 2014)

“Para desarrollar el control de la tonicidad se pueden realizar actividades que tiendan a proporcionar al niño o a la niña el máximo de sensaciones posibles de su propio cuerpo, en diversas posiciones (de pie, sentado, reptando, a gatas), en actitudes estáticas o dinámicas (desplazamientos) y con diversos grados de dificultad que le exijan adoptar diversos niveles de tensión muscular. ” (Haitara, 2014)

“Se debe tener en cuenta que el desarrollo del control tónico está íntimamente ligado al desarrollo del control postural, por lo que ambos aspectos se deben trabajar paralelamente.” (Haitara, 2014)

## **1.6. Equilibrio:**

“Referirse al equilibrio del ser humano remite a la concepción global de las relaciones ser-mundo. El equilibrio-postural-humano es el resultado de distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que (al menos en una buena medida) conducen al aprendizaje en general y al aprendizaje propio de la especie humana en particular, y que, a su vez, puede convertirse, si existen fallos, en obstáculo más o menos importante, más o menos significativo, para esos logros.” (Haitara, 2014)

“El sentido del equilibrio o capacidad de orientar correctamente el cuerpo en el espacio, se consigue a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. El equilibrio es un estado por el cual una persona, puede mantener una actividad o un gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, utilizando la gravedad o resistiéndola.” (Haitara, 2014)

**El equilibrio requiere de la integración de dos estructuras complejas:**

- “El propio cuerpo y su relación espacial.” (Haitara, 2014)
- “Estructura espacial y temporal, que facilita el acceso al mundo de los objetos y las relaciones.” (Haitara, 2014)
  - ❖ “Características orgánicas del equilibrio” (Haitara, 2014):
    - “La musculatura y los órganos sensorio motores son los agentes más destacados en el mantenimiento del equilibrio. ” (Haitara, 2014)
    - “El equilibrio estático proyecta el centro de gravedad dentro del área delimitada por los contornos externos de los pies. ” (Haitara, 2014)
    - “equilibrio dinámico, es el estado mediante el que la persona se mueve y durante este movimiento modifica constantemente su polígono de sustentación. ” (Haitara, 2014)
- “El equilibrio está vinculado directamente con los siguientes sistemas” (Haitara, 2014):
  - “El sistema laberíntico.” (Haitara, 2014)
  - “El sistema de sensaciones placenteras.” (Haitara, 2014)
  - “El sistema kinestésico.”(Haitara, 2014)

- “Las sensaciones visuales.” (Haitara, 2014)
- “Los esquemas de actitud.” (Haitara, 2014)
- “Los reflejos de equilibración.” (Haitara, 2014)

“Los trastornos del equilibrio afectan la construcción del esquema corporal, dificultad en la estructura espacial y temporal. Además, provoca inseguridad, ansiedad, imprecisión, escasa atención y en algunos casos, inhibición.” (Haitara, 2014)

“En el momento en que el equilibrio se altera, una de las manifestaciones más evidentes que surgen es el vértigo. El vértigo se define como una sensación falsa de giro o desplazamiento de la persona o de los objetos, en otras ocasiones lo que aparece es una sensación de andar sobre una colchoneta o sobre algodones, que es lo que se conoce como mareo.” (Haitara, 2014)

**Para estimular el desarrollo del equilibrio de manera adecuada se debe:**

- “Evitar situaciones que generen ansiedad e inseguridad por parte del niño/a.” (Haitara, 2014)
- “Educar a partir de una progresión lenta.” (Haitara, 2014)
- “Trabajar el hábito a la altura y la caída.” (Haitara, 2014)
- “Disminuir la ayuda o la contención paulatinamente.” (Haitara, 2014)
- “Introducir juegos, movimientos rítmicos que favorezcan el balanceo.” (Haitara, 2014)
- “Posicionarse, cada vez más rápido, en un primer momento con ayuda y luego sin ayuda.” (Haitara, 2014)
- “Supresión de los ojos en cortos períodos de tiempo. Juegos con ojos cerrados.” (Haitara, 2014)

### 1.7. **Conciencia Corporal:**

“La conciencia corporal es el medio fundamental para cambiar y modificar las respuestas emocionales y motoras. Aunque se debe tener en cuenta que se entra en un proceso de retroalimentación, puesto que el movimiento

consciente ayuda a incrementar a su vez la conciencia corporal y la relajación.  
”(Haitara, 2014)

“Los fundamentos de la conciencia corporal, del descubrimiento y la toma de conciencia de sí son”(Haitara, 2014):

- a. “Conocimiento del propio cuerpo global y segmentario.” (Haitara, 2014)
- b. “Elementos principales de cada una de las partes su cuerpo en si mismo y en el otro. ” (Haitara, 2014)
- c. “Movilidad-inmovilidad.” (Haitara, 2014)
- d. “ Cambios posturales. (Tumbado, de pie, de rodillas, sentado...) ”(Haitara, 2014)
- e. “Desplazamientos, saltos, giros. (De unas posturas a otras.) ” (Haitara, 2014)
- f. “Agilidad y coordinación global.” (Haitara, 2014)
- g. “Noción y movilización del eje corporal. ” (Haitara, 2014)
- h. “Equilibrio estático y dinámico. ” (Haitara, 2014)
- i. Lateralidad. ” (Haitara, 2014)
- j. “Respiración.” (Haitara, 2014)
- k. “ Identificación y autonomía.” (Haitara, 2014)
- l. “Control de la motricidad fina.” (Haitara, 2014)
- m. “ Movimiento de las manos y los dedos. ” (Haitara, 2014)
- n. “Coordinación óculo manual. ” (Haitara, 2014)
- o. “Expresión y creatividad. ” (Haitara, 2014)
- p. “Desarrollo expresivo de sentidos y sensaciones. ” (Haitara, 2014)
- q.

“Para llegar a tener un desarrollo óptimo de la conciencia corporal se deben de tener en cuenta los siguientes aspectos: Tomar conciencia del cuerpo como elemento expresivo y vivenciado. Conocer, desarrollar y experimentar los elementos de la expresión: espacio, tiempo y movimiento y todas sus combinaciones. Conocer, desarrollar y favorecer la comunicación intra-personal, interpersonal, intra-grupal e intergrupala. Trabajo en grupo. Vivenciar situaciones que favorezcan el auto-conocimiento, la percepción,

sensibilización, desinhibición, un clima de libertad y creatividad. ” (Haitara, 2014)

“De manera general se puede decir que con un adecuado desarrollo de estos tres importantes elementos de la psicomotricidad no sólo se logrará un buen control del cuerpo, sino que también brindará la oportunidad de desarrollar diversos aspectos en el ser humano, tales como las emociones, el aprendizaje, sentimientos, miedos, etc.” (Haitara, 2014)

“Todos los elementos desarrollados en forma progresiva y sana conseguirán crear individuos exitosos tanto interna como externamente.” (Haitara, 2014)



## **CAPÍTULO II**

### **LA PSICOMOTRICIDAD Y EL DESARROLLO MOTOR**

#### **2.1. La Psicomotricidad y el desarrollo motor**

“La psicomotricidad permite al niño desarrollar el placer por percibir el movimiento de su cuerpo y de madurar las conductas motrices y neuromotrices básicas. Se produce la evolución desde el movimiento descontrolado hasta la perfección con el control.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“Se puede describir el movimiento intencionado, con una funcionalidad que implica percibir el espacio exterior, proyectando internamente, y saber moverse en él. Se van produciendo repeticiones al servicio de controlar la acción, con representación.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“Aquí se desarrolla de gran manera el esquema corporal, los espacios (interior, postural, de relación) y tiempos (interno, rutinas, para acoplarlo al externo), las relaciones con los objetos, entre los propios objetos y en el plano, buscando sus características, acciones, reacciones y su localización, orientación y organización en el espacio y tiempo. Todo esto ayuda a” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f):

- “Interpretar los estímulos” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)
- “Diferenciar unos estímulos de otros, seleccionando, discriminando, asociado e integrado” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

- “Organizar la acción y anticipar el tiempo de reacción entre cosas.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)
- “Los parámetros anotados ayudan a preparar en el proceso de abstracción que da acceso a lo simbólico, se trabajan los aspectos de percepciones (exteroceptivas, propioceptivas e interoceptivas), su integración, asociación y la coordinación global y segmentaria, así como la búsqueda de posibilidades corporales de sus límites, sensaciones, riesgos y desafíos en posturas y posiciones, tanto dinámicas (motilidad, movilidad) como estáticas. Son los procesos tónicos posturales. En esta se pueden desarrollar” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f):
- ❖ “Sensaciones propioceptivas a través de situaciones de tensión, relajación (cinestésicas), equilibrio, desequilibrio, laberíntico vestibulares.”(El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)
  - ❖ “Posiciones estáticas y dinámicas (posturales).” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

## **2.2. Juegos Psicomotrices: diversión segura**

“La Psicomotricidad es una técnica que por intervención corporal, trata de potenciar, instaurar y/o reeducar la globalidad de la persona, aspectos motores, cognitivos y afectivos. A través de la psicomotricidad se pretende que el niño, al tiempo que se divierte, también desarrolle y perfeccione todas sus habilidades motrices básicas y específicas. Además que el niño potencie la socialización con personas de su misma edad y fomente la creatividad, la concentración, relación, etc.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

## **2.3 Psicomotricidad en el deporte:**

“La primera experiencia de comunicación que tiene un bebé con el adulto es a través del contacto corporal. A través del tono y la postura de nuestro

cuerpo realizamos un intercambio comunicativo que proviene de lo físico y se traslada a lo psicológico. Por tanto, el tono de nuestro cuerpo, el contacto con los otros, la posición y la forma de movernos, supone la base de un sistema de relaciones y comunicaciones que forman parte no solo del desarrollo motor, sino del desarrollo psicológico y social del individuo.”(El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“A través de la actividad física informal y el juego, nuestros niños potencian su desarrollo social. Es a través del deporte, o la actividad física más dirigida o formal, cuando éste pone de manifiesto y perfecciona el grado de socialización alcanzado; mediante conductas de colaboración y competición.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“A menudo se habla y se escribe acerca del deporte, de sus valores, de su potencial educativo y de su capacidad socializadora en niños/as. Pero ¿siempre y cualquier tipo de actividad física o deporte favorece la socialización de los más pequeños?” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“Para que realmente sea eficaz la acción socializadora del deporte en niños, no basta con inculcarles un repertorio más o menos extenso de habilidades motrices (saltos, coordinación ojo-mano, habilidades expresivas, orientación espacial, etc.). Ni introducirles en deportes que resultan ser una mimesis del deporte profesional adulto; cuyo modelo más extendido es rígido, jerarquizado, competitivo y fuertemente selectivo y que en numerosas ocasiones refuerzan aspectos que en este caso no nos interesan como es la competitividad o la especialización precoz. Porque no es esto lo que realmente capacita a los niños/as para una mejor adaptación a la sociedad.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

“Por tanto, es imprescindible que los profesionales al cargo de la actividad deportiva cuiden con mimo la relación grupal, la valoración que hacen de los resultados del niño/a, fomenten la motivación orientada a metas,

proporcionen experiencias de éxito, proponga retos y ayuden a modular la frustración o la incertidumbre. Por otro lado, es muy importante respetar profundamente la expresión individual sin imponer nuestros modelos adultos, con el objetivo de desarrollar un lenguaje corporal propio, que contribuirá al desarrollo de su propia identidad y por tanto favorecerá el cultivo de una autoestima sana.” (El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños, s.f)

## CONCLUSIONES

**PRIMERO:** La psicomotricidad ocupa un lugar importante en la educación infantil, ya que está totalmente demostrado que sobre todo en la primera infancia hay una gran interdependencia en los desarrollos motores, afectivos e intelectuales. Cabe destacar que el concepto de psicomotricidad está todavía en evolución, en cambio y estudio constante.

**SEGUNDO:** Por medio del desarrollo de la psicomotricidad se pretende conseguir la conciencia del propio cuerpo en todos los momentos y situaciones, el dominio del equilibrio, el control y eficacia de las diversas coordinaciones globales y segmentarias, el control de la inhibición voluntaria de la respiración, la organización del esquema corporal y la orientación en el espacio, una correcta estructuración espacio-temporal, las mejores posibilidades de adaptación a los demás y al mundo exterior y crear una puerta abierta a la creatividad, a la libre expresión de las pulsiones en el ámbito imaginario y simbólico y al desarrollo libre de la comunicación.

**TERCERO:** La Psicomotricidad trabaja el desarrollo global de la persona (motriz, cognitivo, afectivo, social.) a través de su cuerpo y del movimiento. Su intervención va dirigida tanto a sujetos sanos como a quienes padecen cualquier tipo de trastornos y así sus áreas de intervención serán tanto a nivel educativo como reeducativo o terapéutico.

**CUARTO:** Podemos concluir que la psicomotricidad está asociada a diversas facultades que permiten desempeñarse con éxito dentro de un contexto, a partir del uso del cuerpo sin excepciones.

## **REFERENCIAS**

- ALCALA, G. (2012) Aplicación de un programa de habilidades metacognitivas para mejorar la comprensión lectora en niños de cuarto grado de primaria del colegio parroquial Santísima cruz de Chulucanas. Piura: Universidad de Piura. Tesis de maestría.
- AREIZA, R., & HENAO, L. (2000). Metacognición y estrategias lectoras. Ciencias Humanas – UTP.
- CONDORI, L. (2009). El presente trabajo de investigación titulado: “Aplicación de estrategias metacognitivas para mejorar la comprensión lectora en alumnos de educación primaria. Puno: Universidad Nacional del Altiplano, tesis de maestría”.
- El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños. (s.f). El deporte y la psicomotricidad para mejorar la socialización en los niños. Recuperado de: <https://www.fisysport.com/el-deporte-y-la-psicomotricidad-para-mejorar-la-socializacion-en-los-ninos/>
- FARFÁN, N. (2005). La comprensión lectora y su influencia en el aprendizaje del área de comunicación integral en los alumnos de la I.E N° 14087 Nuevo Tallán; N°14896 Zona Ventura; N°14946 Nueva Piedral y N°15280 Nuevo Pozo Oscuro-Panamericana Sur. Piura: ISSP de Piura.
- Haitara, L. (2014). Uso de las técnicas gráfico plásticas en el desarrollo de las habilidades psicomotoras en los niños de 4 años de la institución educativa inicial maría de fátima Ugel N° 09 en el 2013 (Tesis). Universidad Nacional José Fautisno Sánchez Carrión. Huacho. Perú
- MACHICADO, C (2005). Estrategias de metacompreensión lectora y rendimiento académico en estudiantes del instituto superior pedagógico público de Juliaca. Universidad Nacional Andrés Avelino Cáceres.

MANAY, J. (2006). Construcción de un programa de metodología metacognitiva para la comprensión lectora de los alumnos del sexto grado de la I.E N°10008 “Virgen del Carmen”-José Leonardo Ortiz, durante el primer semestre 2006. Lambayeque. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Tesis de maestría.

Marta, Ester, Regina & Berta. (2012). ¡Psicomotricidad! [Entrada de Blog]. Recuperado de:<http://brepsicomotricidad.blogspot.com/2012/>

PINZAS, J (1997), metacognición y lectura. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.

POGGIOLI, L (1989). Estrategias cognoscitivas: Una revisión teoría y empírica. España: Gafeta

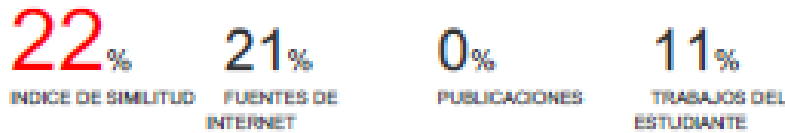
Psicomotricidad. (2014). Psicomotricidad. Recuperado de:<https://www.slideshare.net/zizuka/psicomotricidad-32887879>

VERDEGUER, T. (2007). La interrogación de textos como estrategias metodológicas en la comprensión lectoras de las niñas y niños del II ciclo de la E.P.M N° 14027 del Caserío de Coronado, distrito de Bernal, provincia de Sechura, departamento de Piura. Piura: ISPP, Piura.

VIERA, N., SOTO, L., & Ramos, P. (2007). Estrategias metodológicas que aplican a los docentes en el desarrollo de la comprensión lectora en el área de comunicación integral en los niños y niñas del 1° Grado de la Institución Educativa N°14740 “Nuestra Señora de Lourdes”. Paita. Piura: ISPP, Piura.

## PSICOMOTRICIDAD EN EL DEPORTE

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://www.ayp.org.ar">www.ayp.org.ar</a> Fuente de Internet	8%
2	<a href="http://www.centrogalen.com">www.centrogalen.com</a> Fuente de Internet	5%
3	<a href="http://fisysport.com">fisysport.com</a> Fuente de Internet	3%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
5	<a href="http://repositorio.untumbes.edu.pe">repositorio.untumbes.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="http://programadepsicomotricidad.blogspot.com">programadepsicomotricidad.blogspot.com</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="http://lapsicomotricidad.wordpress.com">lapsicomotricidad.wordpress.com</a> Fuente de Internet	1%
9	<a href="http://www.psicopraxis.com">www.psicopraxis.com</a> Fuente de Internet	1%
10	<a href="http://brepsicomotricidad.blogspot.com">brepsicomotricidad.blogspot.com</a> Fuente de Internet	<1%
11	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo