

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física en los niños del nivel inicial de la ebr

Trabajo académico.

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional en Educación Física

Autor:

Elisabet Toro Chochabot

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física en los niños del nivel inicial de la ebr

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física en los niños del nivel inicial de la ebr

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y
forma.

Elisabet Toro Chochabot. (Autor)

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (Asesor)

Piura – Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Piura, a los quince días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Pontificio, 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 Calixto La Rosa Feijoo, 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: “**La educación física en los niños del nivel inicial de la ebr**”, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor(a) **ELISABET TORO, CHOCHABOT**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **16**.

Por tanto, **ELISABET TORO, CHOCHABOT**., queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

La educación física en los niños del nivel inicial de la ebr

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.untumbes.edu.pe

Fuente de Internet

4%

2

blog.cognifit.com

Fuente de Internet

3%

3

hdl.handle.net

Fuente de Internet

1%

4

Submitted to Universidad Francisco de Vitoria

Trabajo del estudiante

1%

5

Submitted to Universidad Pedagogica

Trabajo del estudiante

1%

6

idoc.pub

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.unilibre.edu.co

Fuente de Internet

1%

8

repositorio.uct.edu.pe

Fuente de Internet

1%

9

www.slideshare.net

Fuente de Internet

1%



10	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
12	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
13	1library.co Fuente de Internet	<1 %
14	www.coronelpringles.gov.ar Fuente de Internet	<1 %
15	www.ssp.df.gob.mx Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
17	educacionfisicamonicosanchez.wordpress.com Fuente de Internet	<1 %
18	observateperu.ins.gob.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.

DEDICATORIA.

A mis niños y niñas quienes dan sentido a
la labor pedagógica que realizo día a día.

A mi madre por su apoyo incomparable.

Elisabeth

INDICE:

DEDICATORIA	7
RESUMEN.....	9
ABSTRACT	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I:.....	13
ANTECEDENTES DE ESTUDIOS.....	13
1.1. Antecedentes de Investigación	13
CAPÍTULO II:.....	15
DEFINICIÓN Y OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	15
2.1. Concepto general de Educación Física.	15
2.2. Definiciones de Educación Física según algunos autores.	15
2.3. Objetivos de la Educación Física	16
CAPÍTULO III:.....	18
LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CURRÍCULO NACIONAL Y EL DESARROLLO LA PSICOMOTRICIDAD.....	18
3.1. La Educación Física y el Currículo Nacional Peruano.	18
3.2. Enfoque del Área de Educación Física	20
CAPÍTULO IV:	21
DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LOS NIÑOS DEL NIVEL INICIAL	21
4.1. Importancia del Desarrollo de la Psicomotricidad gruesa.	21
4.2. Para mejorar la motricidad general (gruesa):.....	26
4.3. Importancia del Desarrollo de la Psicomotricidad Fina	28
CONCLUSIONES	29
RECOMENDACIONES	31
REFERENCIAS CITADAS.....	32

RESUMEN

El presente trabajo titulado: “La Educación Física en el desarrollo de la psicomotricidad de los niños del nivel inicial”, tiene como objetivo explicar el papel que cumple el área de Educación Física en el desarrollo de la Psicomotricidad en los niños del nivel inicial. En ese sentido, podemos decir que el Área de Educación Física desarrollo tres competencias según el Currículo Nacional peruano, a decir: *Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad; Asume una vida saludable; Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices*, las mismas que están orientadas a una formación integral de la persona de los niños de educación básica, permitiéndole también su desarrollo cognitivo y una vida saludable.

Palabras Clave: Educación Física, psicomotricidad, desarrollo.

ABSTRACT.

The present work entitled: "Physical Education in the development of psychomotor skills in children at the initial level", aims to explain the role played by the area of Physical Education in the development of psychomotor skills in children at the initial level. In this sense, we can say that the Physical Education Area developed three competencies according to the Peruvian National Curriculum, namely: It develops autonomously through its motor skills; Assume a healthy life; He interacts through his sociomotor skills, the same ones that are oriented to an integral formation of the person of the children of basic education, also allowing their cognitive development and a healthy life.

Keywords: Physical Education, psychomotricity, development.

INTRODUCCIÓN

Según el Observatorio de Nutrición y Estudio del Sobrepeso y Obesidad, el Perú “es el tercer país de la región con más casos de sobrepeso y obesidad, solo detrás de México y Chile” (PERÚ, 2020). Específicamente, la obesidad infantil en niños entre 5 a 9 años está en un 19,3%. Para la OPS el sobrepeso se origina por dos razones principales: “la falta de actividad física y el consumo excesivo de comida chatarra, ultra procesada, rica en azúcar, sal y grasas saturadas”. Frente a la situación del apego de muchos estudiantes al consumo de la comida chatarra y al crecimiento de la obesidad en el Perú, la Escuela tiene la responsabilidad de motivar, incentivar y trabajar no sólo la actividad física sino todas las competencias que se propone en el Área de Educación Física de tal forma que se vaya disminuyendo la problemática de la obesidad y el consumo de comida chatarra y se contribuya a la construcción de una vida saludable. De este modo Para ello es fundamental formar a los niños desde edades preescolares, pasando a asentarse en el Nivel Primaria, donde los niños ya puedan saber elegir y conocer por qué es tan importante el desarrollo de estas competencias. De ese modo, se estará contribuyendo a mejorar la salubridad de la población peruana y del mundo.

El área de Educación Física dentro y fuera de la escuela es muy motivadora para los niños y niñas. Los niños se sienten atraídos por el movimiento, por los juegos, por descubrir el mundo a través del movimiento. Por ello, cuando un docente realiza la clase de Educación Física, los niños se sienten inmediatamente identificados y felices. Puesto que cuando el área es bien llevada, ha de servir para entretenerse, trabajar en equipo y desarrollar nuestras habilidades corporales y mentales, de tal modo que ha de ser un momento ideal que nos permite hacer mejores compañeros y mejores personas, activas e inteligentes.

Sin embargo, el Área de Educación Física no sólo sirve para divertirnos y tener momentos inolvidables, sino sobre todo, esta área sirve para desarrollar competencias y capacidades para encontrar el verdadero valor de nuestro cuerpo. En tal sentido, el CNEB 2017 enfatiza el Enfoque de Corporeidad el mismo que consiste en *entender que el cuerpo es una construcción de nuestro ser más allá de su realidad biológica, porque implica hacer, pensar,*

sentir, saber, comunicar y querer, a través de movimientos intencionados, que construyen la identidad personal y social.

Por ello es que contribuye de forma definitiva al desarrollo de la psicomotricidad entendida como la coordinación de movimientos del cuerpo de forma intencionada según las necesidades e intereses de los estudiantes.

Objetivo General:

- Explicar cómo el área de Educación Física contribuye en el desarrollo de la Psicomotricidad en los niños del nivel inicial.

Objetivos Específicos:

- Determinar qué es y cuáles son los objetivos del área de Educación Física.
- Exponer las competencias del Área de Educación Física del Currículo Nacional para el desarrollo de la psicomotricidad en los estudiantes.
- Explicar por qué es importante el Área de Educación Física en el desarrollo de la psicomotricidad en los niños del nivel inicial.

El trabajo es desarrollado en tres capítulos: En el primer capítulo planteamos, algunos antecedentes de la investigación. En el segundo capítulo abordamos de la definición y los objetivos de la Educación Física. En el capítulo tercero desarrollamos brevemente las competencias del Área de Educación Física en el CNEB y cómo a través de ellas se promueve el desarrollo de la psicomotricidad, el mismo que extendemos y especificamos en el Capítulo IV.

En tal sentido, el objetivo de este trabajo es explicar el papel que cumple el área de Educación Física en el desarrollo de la Psicomotricidad en los niños del nivel inicial

CAPÍTULO I:

ANTECEDENTES DE ESTUDIOS.

1.1. Antecedentes de Investigación

Existen variados trabajos de investigación sobre esta materia, pero hemos considerado algunos trabajos que están orientados a cómo promover el desarrollo de la psicomotricidad en niños del nivel inicial a través del área de Educación Física, los cuales detallamos a continuación:

Según Pérez, (2019), quien escribió un trabajo de investigación titulado “Desarrollo de la psicomotricidad en niños de educación primaria”, la psicomotricidad es una habilidad que desarrollan los niños donde el pensamiento se convierte en acción en el hogar, en la escuela y en la sociedad. Esto implica integrar la capacidad de ser y expresarse en un contexto psicosocial con interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotoras. Todos los movimientos corporales de una persona están influenciados por su psicomotricidad, que también rige su comportamiento motor. Estas habilidades motoras básicas muestran cómo estos movimientos están en línea con la forma en que una persona se mueve naturalmente.

Según Phillipps, (2019), en su tesis se examina la relación entre la actividad física y la coordinación motora gruesa en estudiantes del quinto ciclo del nivel primario del I. E. En su conclusión, 1149 Sagrado Corazón de Jesús Cercado Lima-Ugel Lima Metropolitana-2016 señala que entre los estudiantes del quinto ciclo del nivel primario existe una correlación significativa entre la actividad física y la coordinación motora gruesa (Conclusiones 4 y 5)

Rodríguez, (2019) Afirma como resumen de su trabajo académico, “La actividad psicomotriz en el desarrollo del esquema corporal en niños y niñas”, que “La mejora psicomotriz es un procedimiento de desarrollo neurológico que le permite al niño relacionarse y adaptarse a la tierra y obtener encuentros con el motor táctil a través del control de elementos y el espacio experimentado" (p. 87).

Adicionalmente, establece que el desarrollo del reconocimiento de esquemas corporales es un método para lograr que los estudiantes completen los distintos niveles educativos con las habilidades necesarias para su crecimiento intelectual y procesos psicológicos, que les permitan escalar con éxito los objetivos del curso y alcanzar las competencias definidas. . (pág. 89).

Se examinó la coordinación motora gruesa en niños de primero y segundo grado (SAUCEDO, 2019). E. N°10003 Chiclayo, que llegó a la conclusión de que existen diferencias entre las habilidades y competencias desarrolladas entre los niños de primero y segundo grado de primaria, demuestra que los niños de segundo grado realizan actividades de motricidad gruesa con mayor precisión y exigencia. , permitiéndonos concluir que a mayor edad mayor es el desarrollo de la motricidad gruesa, lógicamente apoyada en la actividad física de equilibrio lateral, saltos y retaguardia, entre otras. Como resultado, “segundo grado se desempeña mejor saltando de un lado a otro, se supone que el trabajo en educación física en la coordinación motora gruesa es más efectivo porque el docente del área está presente” (p. 106).

CAPÍTULO II:

DEFINICIÓN Y OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

2.1. Concepto general de Educación Física.

¿Qué es Educación Física? Según el consenso generalizado, la educación física es una disciplina que se ocupa de la enseñanza y del aprendizaje de los diferentes campos de la actividad física. Tiene como propósito es el desarrollo del cuerpo humano a través de diferentes ejercicios controlados y disciplinas deportivas. Asimismo, se enfoca en fortalecer el cuerpo y mejorar la salud, así como generar un bienestar mental en el estudiante.

También se le puede conocer como Cultura Física y Educación Deportiva. Sin embargo, para nuestro estudio utilizaremos el concepto de Educación Física.

2.2. Definiciones de Educación Física según algunos autores.

Johan (1945) menciona el juego como la raíz de toda existencia en su libro "Homo Ludens", según Huizinga. El juego tiene raíces profundas en la cultura. Podemos interpretar esta idea en el sentido de que la educación física es una materia o disciplina que ayuda al desarrollo integral del ser humano. Con su práctica se promueve la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior, es decir. De igual forma se fomenta la participación en actividades que impliquen tareas motrices y el disfrute de la movilización corporal. Lo mismo ocurre con la amistad, la diversión y la valoración de los esfuerzos comunitarios.

La educación física, según Javier Solas (2006), es una instrucción en la salud y el cuerpo-mente. Es importante inculcar valores en los estudiantes para que tengan los conocimientos mínimos necesarios para cuidar su cuerpo y mantenerse saludables en el futuro. De manera similar, la educación física es lo que brinda a los estudiantes las habilidades motoras fundamentales que necesitan para tener éxito en cualquier deporte, en caso de que decidan competir en él.

Por su parte, Sánchez Buuelos (1966) afirma que la educación física se relaciona exclusivamente con todas las edades y es una materia que debe ser cubierta por todo el sistema educativo porque representa la acción formativa sobre aspectos particulares a lo largo de la vida del individuo. , lo que significa que es un componente crucial de la idea de la educación física continua de una persona.

Mientras que Lagartera (2000) señala que la educación física se convierte en una pedagogía de las conductas motrices en el sentido de que busca potenciar u optimizar las conductas motrices de quienes son educados. El profesor de educación física se convierte en un experto observador de las conductas motrices de sus alumnos. Una vez catalogado y sistematizado, trata de sugerir o proponer las situaciones motrices que resulten en la optimización de las conductas observadas en base a un proyecto pedagógico específico y de lo más interesante y agradable para el afectado.

2.3. Objetivos de la Educación Física

Aquí hay algunos objetivos potenciales para la educación física:

- Tener un conocimiento profundo del cuerpo humano y el valor de la actividad física como forma de desarrollar y disfrutar la motricidad, relacionarse con los demás y planificar el tiempo libre.

- Valorar la actividad física para la salud en general, exhibiendo responsabilidad propia y de los demás, y comprendiendo los vínculos entre el ejercicio, la higiene, la dieta y los hábitos posturales.
- Ajustar el movimiento a las condiciones y circunstancias de cada situación utilizando su destreza física, habilidades motoras y comprensión de la anatomía y fisiología del cuerpo.
- Conocer, seleccionar y poner en práctica principios y reglas para resolver problemas motrices y actuar con eficacia y autonomía en la realización de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.
- Controlar y dosificar el esfuerzo, aumentando el nivel de autoexigencia de acuerdo con sus capacidades y los requerimientos de la tarea.
- Comunicar sensaciones, emociones e ideas haciendo un uso estético y creativo de las capacidades expresivas del cuerpo a través del movimiento.
- Participe en actividades físicas, colabore en proyectos, forme relaciones cooperativas para lograr metas compartidas, hable sobre posibles conflictos y evite la discriminación basada en rasgos personales, de género, sociales o culturales.
- Tener una mentalidad crítica tanto desde la perspectiva del participante como del espectador, y ser consciente de la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas como elementos culturales.

CAPÍTULO III:

LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CURRÍCULO NACIONAL Y EL DESARROLLO LA PSICOMOTRICIDAD

3.1. La Educación Física y el Currículo Nacional Peruano.

Incorporada al Currículo Nacional de Educación Básica (CNEB) de nuestra nación, el Área de Educación Física es considerada como un componente crucial para el crecimiento de la salud física y mental, así como para cultivar la conciencia crítica de los diversos inconvenientes que presenta la educación física mundo cada vez más global.

Al respecto, el Currículo Nacional (2017), que actualmente regula la educación en el Perú, establece que “La Educación Física tiene como objetivo que los estudiantes desarrollen una conciencia crítica del cuidado de su salud y la de los demás, para que sean autónomos y capaces de tomar decisiones sus propias decisiones para mejorar la calidad de vida” (CNEB 2016). EBR. Programa de Educación Primaria, pág. 109).

El crecimiento de las diferentes competencias es ventajoso para el logro del Perfil de Egreso de los estudiantes de Educación Básica Regular. El enfoque del plan de estudios de educación física es alentar y ayudar a los estudiantes en el desarrollo de las siguientes habilidades y sus conexiones con ellas.

- C1. A través de sus habilidades motoras, crece de forma independiente.
- C2. Asume un estilo de vida saludable.
- C3. A través de sus habilidades sociomotoras, se comunica.

3.2. La habilidad más relacionada con la psicomotricidad.

La primera competencia, "Se desarrolla de forma autónoma a través de sus habilidades motoras", se alinea mejor con el objetivo de nuestra investigación. El Currículo Nacional 2017 establece que a través de esta competencia, los estudiantes "desarrollan su cuerpo desde su realidad biológica. Se mueven de una serie de formas, cada una impulsada por una necesidad o interés diferente.

Para desarrollar su identidad y autonomía, se dice que el alumno tiene una comprensión sólida de su cuerpo y de sí mismo.

A través de sus habilidades motoras, desarrolla competencia por sí mismo. Al interactuar con el entorno y quienes lo rodean, el alumno "se comprende y toma conciencia de sí mismo, lo que contribuye al desarrollo de su identidad y autoestima". Al participar en actividades físicas como juegos, deportes y actividades diarias, internalizan y organizan sus movimientos de manera efectiva en función de sus capacidades. También puede transmitir ideas, emociones y sentimientos a través de su cuerpo mediante gestos, posturas y tono muscular, entre otras cosas.

El MINEDU sugiere que desarrolles las habilidades necesarias para entender tu cuerpo y expresarte a través de él para lograr esta competencia. Como resultado, podemos extraer la siguiente conclusión acerca de cómo la educación física ayuda a los estudiantes a desarrollar su psicomotricidad:

Estas habilidades deseadas incluyen:

- **Comprende su cuerpo:** Esto significa que interioriza su cuerpo en un estado estático o en movimiento en relación con el tiempo, el espacio, los objetos y otras personas cercanas.
- **Se expresa físicamente:** Las emociones, sentimientos y pensamientos se comunican a través del lenguaje corporal. Utilizando todas las herramientas que el

cuerpo y el movimiento tienen para ofrecer, implica usar el tono, los gestos, la mímica, la postura y el movimiento para expresarse y fomentar la creatividad.

Debido a que se refiere a utilizar creativamente todos los recursos de nuestro cuerpo y el movimiento que este puede producir, la Capacidad 2: Se expresa corporalmente tiene una conexión más fuerte con la forma en que los niños desarrollan su psicomotricidad. La psicomotricidad de los alumnos se desarrolla plenamente de esta forma mediante la educación física.

3.2. Enfoque del Área de Educación Física

El Programa Curricular de Educación Primaria es la base del Enfoque de la Corporeidad, que entiende el cuerpo en la construcción de su ser más allá de su realidad biológica porque implica hacer, pensar, sentir, saber, comunicar y querer. Se refiere a la evaluación de la capacidad de un estudiante para moverse deliberadamente, guiado por sus necesidades e intereses únicos y teniendo en cuenta su capacidad de acción, en constante interacción con los demás. Es un proceso dinámico que resulta de las acciones independientes de los estudiantes a lo largo de su vida y se manifiesta en la modificación y/o reafirmación progresiva de su imagen corporal. Esta imagen corporal se combina con otras facetas de la personalidad de una persona para formar su identidad social y personal.

En este contexto, la significación del cuerpo es fundamental. El alumno debe interiorizar paulatinamente su valor, comenzando lógicamente por la asunción de hábitos saludables y la crítica constructiva de sus relaciones interpersonales o de la sociedad.

En consecuencia, la Competencia 1 es la que incide directamente en el desarrollo de la psicomotricidad.

CAPÍTULO IV:

DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LOS NIÑOS DEL NIVEL INICIAL

4.1. Importancia del Desarrollo de la Psicomotricidad gruesa.

- Dado que las habilidades motoras gruesas deben desarrollarse primero para luego desarrollar las habilidades motoras finas, son uno de los aspectos más cruciales del desarrollo infantil. Un niño está preparado para comenzar a desarrollar su motricidad fina y posteriormente su grafomotricidad una vez que domina y coordina sus movimientos gruesos.
- El niño ha estado desarrollando sus habilidades motoras gruesas desde que comenzó a caminar o a aprender a caminar, por lo que es especialmente importante que participe en actividades para desarrollar estas habilidades.
- Un niño con la motricidad gruesa bien desarrollada tendrá menos dificultades para aprender a escribir, será más estable y equilibrado, lo que es necesario para mantener los movimientos coordinados, y también tendrá menos dificultades para practicar deportes. Dado que ejercitarlo desde el primer ciclo infantil es fundamental para perfeccionarlo, será un niño seguro de sí mismo, más competitivo físicamente y que reaccionará más rápido que los demás.
- Siendo una persona una unidad psicosomática, la psicomotricidad es la manifestación de la persona como un todo, específicamente una “interacción de funciones psíquicas y motrices manifestada en conductas motrices como gestos, posturas, actitudes y formas de ser de la persona con la que interactúa”. su entorno físico y social”, según (RIJAL, 2006). La educación física es esencial porque enseña

o vuelve a enseñar al individuo a verse a sí mismo como un ser completo por derecho propio.

Actividades para trabajar la psicomotricidad gruesa

Puntería: los participantes intentan derribar objetos como latas o cartones vacíos que se han colocado lejos para practicar su coordinación y fuerza.

Atrapar cosas: al atrapar o atrapar algunas cosas, como una pelota pequeña o de fútbol, uno puede desarrollar sus habilidades motoras gruesas y su coordinación motora.

Juegos con globos: Puedes practicar algunos movimientos coordinados levantando los globos.

Visitas a parques: Llevar a los niños a los parques y dejar que participen físicamente en las atracciones es fundamental para el desarrollo de la motricidad gruesa.

El Juego del Equilibrio afirma que cualquier juego que requiera equilibrio es bueno para el desarrollo de las habilidades motoras gruesas.

Saltar es una de las formas más sencillas de expresar la motricidad gruesa y no requiere mucho esfuerzo cuando se hace con la ayuda de una cuerda. Anime a los niños a jugar y saltar la cuerda; esto les ayudará a ser más coordinados y precisos en sus saltos. Para mejorar la coordinación dinámica general:

Tomando en cuenta el Programa de **Victoria López Madroñero (2018)** para mejorar la psicomotricidad en el ámbito educacional, nos expone una serie de actividades indicadas para mejorar áreas concretas de la psicomotricidad de los niños:

Plano corporal.

El estudiante debe cumplir con las instrucciones que requieren la localización e identificación de varios componentes corporales.

Aprenda a mover la parte superior del cuerpo, incluidas las muñecas, los dedos, el codo y el hombro.

Realiza movimientos de cabeza.

- Pon tu columna vertebral (cuello, cintura) a través de flexiones.
- Ejecutar movimientos articulares en general (simples y combinados).
- Se deben realizar ejercicios para aprender a mover los miembros inferiores (rodillas, empeine y dedos de los pies).

Lateralidad.

- Seguirá las instrucciones para gatear, gatear, rodar, recoger/lanzar pelotas u objetos mientras está acostado.
- Demostrarán las siguientes acciones desde una posición semi-reclinada o agachada: en cuclillas, piernas cruzadas (loto), a cuatro patas, rana saltando, carretilla, trotar, gatear.
- Realice los siguientes movimientos mientras está de pie: caminar lento y rápido, saltar (alternando los pies y la frecuencia), saltar la cuerda, lanzar, correr, trepar y dar volteretas.

Gestión de movimientos.

- Las distancias que el niño debe recorrer serán graduadas.
- El niño seguirá el camino sin desviarse de las líneas si se dibujan dos líneas rectas paralelas en el suelo. Lo mismo ocurre con las curvas paralelas y las líneas discontinuas paralelas.
- Una línea recta dibujada en el suelo ayudará al niño a seguirla sin desviarse.
- Camine de puntillas, con los brazos extendidos, mientras escucha una canción específica, o mientras imita a un animal en particular.
- Coloque varios bancos y sillas a una distancia adecuada para que los estudiantes puedan caminar sobre ellos.

- Sosteniendo algunos objetos en sus manos, caminan con los brazos extendidos.
- Camine con los ojos vendados, mientras lleva algo en la cabeza y sin derramar agua de su vaso.
- Hasta que el niño termine la carrera, anímalo a caminar cada vez más rápido.
- Corre varias distancias y cronometra tú mismo.
- Moverse lentamente mientras corre, doblar las rodillas y alterar el ritmo de la carrera.
- Coloca obstáculos cada vez más altos para imitar los saltos.
- Las carreras de sacos.
- Compite entre sí mientras atas tu pierna izquierda a la derecha.

Coordinación de piernas y/o brazos.

- Si está de pie o sentado, arroje objetos debajo de sus hombros cada vez más separados.
- Lanza objetos (mientras estás de pie) a objetivos predeterminados desde debajo de los hombros.
- Skittles se puede utilizar para simular el juego de lanzar objetos en una caja con una abertura.
- Las manos deben levantarse por encima de los hombros al lanzar objetos.
- Juega juegos de atrapar y lanzar con un compañero de clase para aumentar la distancia.
- Lance objetos pequeños, con el objetivo de dirigirlos a un espacio enmarcado.
- Una gama de ejercicios de lanzamiento utilizados en una variedad de deportes, incluido el baloncesto.

Subir y bajar escaleras.

- Arrastrarse en una variedad de formas para subir y bajar escaleras.
- Las actividades incluyen subir y bajar escaleras mientras se abrazan unos a otros y al maestro.

- Mueva los pies hacia arriba y hacia abajo alternativamente (ya sea con o sin la ayuda de huellas).
- Pateará la pelota que se le ha colocado en los pies mientras está sentado, cada vez más fuerte.
- Golpeará la pelota con su pie dominante mientras está de pie, lo que hará que la pelota sea más pesada.

Direccionalidad.

- El alumno se desplazará en la dirección ya la velocidad indicada.

Armonía estática.

- Aumente el tiempo que permanece de pie sobre una pierna.
- Continúe sentado en el banco.
- Mantenga el equilibrio durante al menos cinco segundos.
- Incline alternativamente su cuerpo hacia la izquierda y hacia la derecha mientras está de pie con los pies juntos.
- Inclínate alternativamente y mantén el tronco recto mientras haces la genuflexión.
- Sostenga algo sobre su cabeza por un tiempo.

Equilibrio dinámico.

- Pisar una línea en el suelo y avanzar sin detenerse.
- Avanzar mientras está de pie sobre una pierna a lo largo de una línea de piso sin detenerse.
- Esfuércese por evitar pisar las líneas a medida que avanza en los cuadrados.
- Muévase sosteniendo objetos en las palmas de las manos para evitar que se caigan, utilizando los brazos y las manos bien abiertos.
- Salta sobre una colchoneta sin tambalearte.
- Caminar hacia atrás sobre una línea.
- Salta alternativamente sobre los anillos.
- Sube a los peldaños de una escalera a nivel del suelo.

4.2. Para mejorar la motricidad general (gruesa):

Suficiente actividad física.

- Dobla el tronco hasta que tus manos estén en el suelo.
- Rotar una pierna antero-posteriormente.
- Mientras mantiene las piernas abiertas, gire el cuerpo.
- Pase progresivamente más tiempo de puntillas. al principio con ayuda.
- Da pasos hacia adelante que se ensanchen a medida que avanzas.
- Alterna entre estar de pie y en cuclillas, y viceversa.
- Párese con una pierna recta y los ojos cerrados.
- Alcanza el cuello con una mano. Luego usará alternativamente ambas manos para hacerlo.
- Acelera la transición de la posición de caminar a la posición en cuclillas.
- Extiende tus brazos y piernas en una simetría antagónica.
- Estar de pie o usar soportes al sentarse.
- Sin ayuda, puede pararse o sentarse.
- sentado, apoyado de pie.
- Sentarse y levantarse sin ayuda.
- Tumbado, apoya tu ascenso hasta ponerte de pie.
- Levantarse de una posición acostada sin ayuda.
- Acostado y rodando.

Coordinación adecuada en todo momento.

- De mano en mano, por delante y por detrás, pase el balón.
- Empuje con ambos pies al mismo tiempo, con y sin desplazamiento del sitio.
- Rebotar una pelota y recogerla con una o ambas manos.
- Abra una mano mientras cierra simultáneamente la otra.
- Aumenta el número de veces que empujas hacia arriba un globo.

- Salta con los pies juntos, elevándote a una altura de unos 50 cm desde una altura de 10 cm.
- Vaya a "una pierna" ahora.
- acostado mientras pedalea.
- Mientras está acostado, "nade" moviendo las manos y las piernas.
- Piernas cruzadas.
- Cruza los brazos.
- Cruza tus piernas.
- Los ejercicios para los brazos y las piernas deben coordinarse.
- Con una mano, toque suavemente la rodilla opuesta.
- Lleva las manos a la cintura y flexiona las piernas con rebote.
- Saltar la cuerda es una cuerda.
- Las manos deben estar entrelazadas y rotadas.
- Gira los pulgares.
- Al alternar los ojos, mira a través de un tubo o un agujero.
- Golpea un objetivo con dardos o bolas.

Desplazamiento espacial que sea apropiado.

- Moviéndose hacia adelante o hacia atrás.
- De puntillas, te mueves.
- Camine en línea recta, luego dé la vuelta y camine hacia atrás.
- Cerrando los ojos, proceda en línea recta.
- Pisa los círculos u otras áreas marcadas del suelo para moverte.
- Pisa los dedos de los pies tanto hacia adelante como hacia atrás.
- Salta desde una altura comparable a un escalón o una silla.
- Sube a una silla, luego a una mesa. luego salta sobre una colchoneta (al principio con ayuda).
- Correr intentando golpearse las nalgas con los talones.
- Camine hacia atrás manteniendo los ojos abiertos y cerrados.

- Corre evitando las barreras.
- Juega juegos gratis y haz ejercicio usando los "dispositivos" del patio de recreo.
- Muévase erráticamente hacia un lado.
- Sigue las instrucciones de tu maestro cuando te mudes. Primero se darán órdenes simples, seguidas de órdenes más difíciles.

4.3. Importancia del Desarrollo de la Psicomotricidad Fina

A pesar de que las actividades en educación física preparan a los estudiantes en un sentido general, el desarrollo de la motricidad gruesa tiene prioridad sobre todos los demás objetivos. Para hacer más llevadera la adquisición de la motricidad fina, todos ellos están preparando a los alumnos.

Las tareas de escritura requieren frecuentemente una psicomotricidad fina, las mismas que son efectivas en las humanidades, la comunicación y el lenguaje. Sin embargo, el departamento de educación física también ofrece deportes y otras actividades físicas.

La psicomotricidad fina es aquella que se relaciona con movimientos corporales que requieren más destreza, precisión y habilidad que otros tipos de movimiento; requiere mayor dominio y control, especialmente de las manos y los brazos. La posterior facilitación de la grafomotricidad se debe al desarrollo de movimientos finos.

CONCLUSIONES

PRIMERA: La Educación Física tiene se orienta al bienestar físico y mental de los niños y de toda persona. De ahí que resulta fundamental para el desarrollo de la psicomotricidad de los niños del nivel inicial.

SEGUNDA: El Currículo Nacional peruano menciona que el área de Educación Física sirve para el desarrollo de la salud física y mental, así como el desarrollo del pensamiento crítico y socio afectivo de la persona para responder positivamente a las diferentes amenazas del entorno.

Según el Currículo Nacional en el Nivel Inicial se desarrolla la Competencia *Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad*, lo que conlleva a comprender su cuerpo y expresarse corporalmente, lo que contribuye a construir su identidad y autoestima.

TERCERA: El desarrollo de la psicomotricidad en los niños del nivel inicial es una tarea necesaria, ya que todo ello contribuye en su aprendizaje integral, construye la su identidad y la autoestima de los niños y niñas.

RECOMENDACIONES.

- Trabajar el bienestar físico y mental de los niños y de todos los demás como parte básica de la educación física, esto es crucial para el desarrollo temprano de la psicomotricidad en los niños.
- Según el Currículo Nacional Peruano, el campo de la educación física contribuye al desarrollo de la salud física y mental, así como del pensamiento crítico y las habilidades afectivas necesarias para que un individuo responda positivamente a las amenazas ambientales.
- El Currículo Nacional en el Nivel Inicial establece que la Competencia se desarrolla de forma independiente a través de su motricidad, lo que conduce a una comprensión de su cuerpo y expresión corporal, lo que ayuda a desarrollar su identidad y autoestima.

REFERENCIAS CITADAS

HUIZINGA, J. (1972). *Homo Ludens*

LÓPEZ, V. (2018). *Programa para mejorar la psicomotricidad*

MINEDU (2016). CNEB-EBR. Programa Curricular de Educación Primaria 2016

PÉREZ, A. (2019). *Desarrollo de la psicomotricidad en los niños de la educación primaria*. Trabajo académico, Universidad Nacional de Tumbes, Repositorio Escuela Profesional de Educación, Piura. Recuperado el 5 de 12 de 2020, de <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/1615/PEREZ%20HERNANDEZ%2c%20ALEXANDER.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

PERÚ, O. T. (09 de setiembre de 2020). <https://observateperu.ins.gob.pe/>. Recuperado el 05 de 12 de 2020, de <https://observateperu.ins.gob.pe/:https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/272-peru-es-el-tercer-pais-de-la-region-en-obesidad-y-sobrepeso#:~:text=Seg%C3%BAAn%20cifras%20del%20Ministerio%20de,tota1%20de%204.794.619%20afectados>.

RIJAL, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en Preescolar y Primaria. Acciones motrices y primeros aprendizajes* (1ra. ed.). Barcelona, España: INDE Publicaciones. Recuperado el 10 de 12 de 2020, de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=nTLBnz9WP5gC&oi=fnd&pg=PA11&dq=La+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+en+el+desarrollo+de+la+psicomotricidad+de+los+ni%C3%B1os+de+l+nivel+primaria&ots=oaau3cTg_S&sig=FIh5a1sWgRXtyrT5XKTcdVmeBWs#v=onepage&q=La%20Educaci%C3%ADsica+en+el+desarrollo+de+la+psicomotricidad+de+los+ni%C3%B1os+de+l+nivel+primaria

SÁNCHEZ, F. (1966). *“La actividad física orientada hacia la salud”*.

SÁNCHEZ, F. (1966). *“Evaluación de las habilidades motrices básicas”*
<http://blogdefisicaupn.blogspot.com/p/concepto-de-educacion-fisica.html>