

# DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD GRUESA EN LA COLONIA



Manuel Armenta Aguilera

Grupo Scout Lucus-Solis 394, Sanlúcar la Mayor (Sevilla)

## ÍNDICE

1. Introducción y justificación.
2. Análisis de la realidad.
3. Objetivos del proyecto.
4. Metodología y actividades del proyecto.
  - 4.1. Introducción sobre aspectos de desarrollo motor.
    - 4.1.1. Marco conceptual del Desarrollo Motor.
    - 4.1.2. Modelos explicativos actuales del Desarrollo Motor Humano.
      - 4.1.2.1. Modelo Europeo: Le Boulch.
      - 4.1.2.2. Modelo Americano: Gallahue.
  - 4.2. Principios y leyes del Desarrollo Motor Humano.
    - 4.2.1. El fenómeno psicomotor.
  - 4.3. Desarrollo Motor en la Colonia.
    - 4.3.1. Características generales en la sección de Castores.
      - 4.3.1.1. Factor Biológico.
      - 4.3.1.2. Factor Cognitivo.
      - 4.3.1.3. Factor Afectivo Emocional.
      - 4.3.1.4. Factor Social.

#### 4.3.2. Evolución de patrones motores y habilidades durante esa edad.

- 4.3.2.1. Actitud Motriz.
- 4.3.2.2. Control Corporal.
- 4.3.2.3. Motricidad Básica.
- 4.3.2.4. Motricidad Analítica.
- 4.3.2.5. Motricidad Lúdica.
- 4.3.2.6. Motricidad Cognitivo-Motriz.

#### 4.4. Capacidad funcional en dicha etapa.

- 4.4.1. Coordinación.
- 4.4.2. Resistencia.
- 4.4.3. Fuerza.
- 4.4.4. Amplitud de Movimiento.

#### 5. Aportaciones personales

#### 6. Actividades prácticas

- a. Marcha.
- b. Gatear.
- c. Arrastrarse.
- d. Equilibrio Dinámico.
- e. Equilibrio Estático.
- f. Adiestramiento Motor.
- g. Relajación.

- h. Rodar.
  - i. Lanzar.
  - j. Coordinación Dinámica de los Miembros Superiores e Inferiores.
  - k. Coordinación Dinámica y Postural/Movimientos Fraccionados.
- 
- 7. Hoja de Evaluación
  - 8. Conclusiones.
  - 9. Bibliografía.

## 1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Para comentar, diré que, como hemos visto en el título del proyecto, este va a tratar sobre cómo desarrollar la psicomotricidad gruesa en la colonia de castores.

Antes que nada comenzaremos definiendo (según el “Manual de Intervención Psicopedagógica. Área de Psicomotricidad” de la Universidad Especializada de las Américas) que es la psicomotricidad gruesa y psicomotricidad fina para así saber distinguirlas en todo momento a lo largo de este proyecto, y saber desde un primer momento sobre que estamos hablando. Así pues la psicomotricidad gruesa es el control que se tiene sobre el propio cuerpo, especialmente los movimientos globales y amplios dirigidos a todo el cuerpo; mientras que la psicomotricidad fina son todas las actividades del niño que necesitan de una precisión y finura en su coordinación, son los movimientos de una o varias partes del cuerpo que no tienen amplitud de precisión

He elegido el tema “Desarrollo de la Psicomotricidad Gruesa en la Colonia” porque sentía la necesidad de intentar explicar de una forma correcta, global, y a la vez específica, como se debe trabajar el desarrollo de la psicomotricidad más concretamente en la etapa de castores y haciendo referencia a la gruesa (y no fina).

Dicha necesidad surge porque tras mis 3 años de experiencia como scouter de la Colonia, he visto en muchas ocasiones que llegamos a programar en base a un objetivo muy común, que es el desarrollo de la psicomotricidad gruesa, pero que en muchos casos no se sabe cómo realizar correctamente este objetivo, es decir, que en muchas ocasiones programamos cualquier juego alegando que cumple el objetivo anteriormente comentado, sin embargo, es fundamental saber, y eso es lo que pretendo dar a conocer en este proyecto, cómo se debe trabajar la psicomotricidad gruesa en esta sección específica, como deben ser esos juegos según la edad del castor y según distintos patrones que veremos en este mismo proyecto.

Por otro lado, este proyecto no pretende hacer un pre-test y un post-test donde midamos y comparemos si la psicomotricidad gruesa de los castores ha mejorado tras algún tipo de entrenamiento (esto lo veo absurdo pues no sería nada fiable alegar que la psicomotricidad del niño ha aumentado tan sólo pudiendo trabajar con él un día a la semana que es cuando tenemos reunión; esta aumentaría por el propio desarrollo evolutivo del niño, y por su hacer de tareas cotidianas); simplemente pretendo dar un conocimiento teórico, pues nada es más práctico que una buena teoría y es de esta de donde tenemos que tirar cuando estamos en la práctica y nos encontramos ante situaciones imprevistas y complejas, de lo que es la psicomotricidad gruesa (y que así los scouters sepan el porqué de las cosas) para más tarde finalizar con algunos ejemplos de actividades prácticas, aunque esto último apartado es meramente informador, ya que podríamos hacer un único y complejo proyecto de sólo actividades y juegos específicos del desarrollo de la psicomotricidad.

## **2. ANÁLISIS DE LA REALIDAD**

El análisis de la realidad para desarrollar los objetivos de este proyecto se ha basado meramente en una observación sistemática que, como anteriormente dije, es fruto de mi experiencia como scouter de castores durante 3 años; y durante los cuales he detectado una falta de formación en cuanto a calidad a la hora de hacer actividades que impliquen el correcto desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los castores.

Debido a esta falta de calidad a la hora de realizar actividades, pensé que era oportuno dar a conocer el marco teórico sobre el cual se fundamenta este desarrollo; además de ejemplificar la teoría con actividades prácticas y con mi aportación personal en cuanto a experiencia en la materia.

## **3. OBJETIVOS DEL PROYECTO**

- Conocer un marco teórico básico del Desarrollo Motor.
- Entender los diferentes modelos explicativos actuales del Desarrollo Motor humano.
- Conocer las características generales del Desarrollo Motor en la rama de castores.
- Analizar la evolución de patrones motores y habilidades que la psicomotricidad gruesa reúne en la etapa estudiada.

## **4. METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES DEL PROYECTO**

### **4.1. Introducción sobre aspectos del desarrollo motor**

#### **4.1.1. Marco conceptual del Desarrollo Motor.**

Antes de profundizar en los aspectos que marcan el Desarrollo Motor de los humanos, es necesario definir y contextualizar el concepto de Desarrollo Motor. Para ello definiremos varios términos relacionados como pueden ser:

-Maduración: en el ámbito de la biología significa alcanzar la madurez o finalización del desarrollo con referencia al organismo en general. En el ámbito de la psicología significa el proceso por el cual el sujeto alcanza la plenitud de sus capacidades mentales. En general, la maduración hace referencia a aspectos cualitativos del desarrollo.

-Crecimiento: se manifiesta en una serie de transformaciones y cambios corporales, en el aumento de la talla, el peso y otras variaciones morfológicas. Frente al término anterior, este hace referencia a aspectos cuantitativos.

-Ambiente: hace alusión a todo cuanto desde el exterior, de forma premeditada o accidental, puede influir en el proceso de desarrollo de la persona. En este tipo de factores tienen cabida todo tipo de estimulaciones: afectivas, sociales, educativas, geográficas...

-Desarrollo: según Ruiz Pérez, “el término desarrollo se refiere a los cambios que el ser humano sufre a lo largo de su existencia (...) se considera un término global que implica maduración del organismo, de sus estructuras y el crecimiento corporal, así como el influjo del ambiente. El desarrollo humano se realiza en estrecha relación y estructuración con el medio ambiente”.



*Imagen 1: Esquema de la relación Desarrollo-Factores ambientales, maduración y crecimiento.*

Mediante este esquema, y los conceptos explicados anteriormente podemos ver que:

-Los factores genéticos limitan el crecimiento potencial absoluto de un individuo, pero los factores ambientales limitan la expresión de esa potencialidad genética.

-Los factores genéticos hacen más sensibles a determinados estímulos ambientales a algunos sujetos.

-El ser humano es el resultado de una compleja interacción, de una recíproca interacción entre lo ambiental y lo genético.

Para finalizar el marco conceptual del Desarrollo Motor, dividiremos en una serie de etapas dicho desarrollo. Así, según Ruiz (1987), los periodos del Desarrollo son:

-Periodo prenatal:

- Fase Germinal.
- Fase Embrionaria.
- Fase Fetal.

-Nacimiento y periodo postnatal:

- Infancia (2 a 5 años).
- Niñez (hasta los 10-11 años).
- Preadolescencia y adolescencia (hasta los 15-18 años).
- Juventud (de 18 a 25 años).
- Madurez (25 a 60 años).
- Vejez (más de 60 años).

En este trabajo, nos centraremos en el periodo postnatal, particularmente en la etapa de la niñez, pues la edad de los educandos de la sección de Castores abarca este rango de edad definido por el autor anteriormente comentado.

#### **4.1.2. Modelos explicativos actuales del Desarrollo Motor Humano.**

##### **4.1.2.1. Modelo Europeo: Le Boulch.**

Establece dos períodos fundamentales:

-Infancia: el niño desarrolla la organización psicomotriz y la estructura de la imagen corporal.

- Cuerpo impulsivo: al poco de nacer.
- Cuerpo vivido: hasta los 3 años; el niño se abre al exterior y manipula los objetos.
- Cuerpo percibido: de 3 a 7 años existe una discriminación perceptiva.
- Cuerpo representado: de 7 a 12 años donde existe una representación mental.

-Preadolescencia y adolescencia: se desarrollan los factores de ejecución (fuerza) y además se dan aprendizajes motores inteligentes.

También, el modelo de Le Boulch establece que:

- El desarrollo del movimiento va a la vez con el resto de los componentes de la conducta (adaptativo, verbal, social), siendo una base fundamental para el desarrollo global de la persona.



- Es necesario preservar a los niños de modelos estereotipados motores tempranos (estando por tanto en contra de la iniciación deportiva precoz), y es vital fomentar la plasticidad de la motricidad infantil.

#### **4.1.2.2. Modelo Americano: Gallahue.**

Afirma que la evolución de la motricidad humana camina a través de diferentes fases caracterizadas por una serie de conductas motrices.

Resalta además que:

- La utilización de las fases en el desarrollo motor parte de una metodología deductiva en el estudio del desarrollo.
- La constatación de que el ser humano progresa motrizmente de lo simple a lo complejo y de lo general a lo específico.
- Cada sujeto debe superar cada fase para poder optar a conductas motrices más complejas.
- Los seres humanos pueden encontrarse en diferentes fases en tareas distintas.
- Existen factores del tipo físico (aptitud) y mecanismos que intervienen en las ejecuciones motrices.

#### **4.2. Principios y leyes del Desarrollo Motor Humano.**

- Céfalocaudal: los sistemas ubicados en las zonas más altas (desde la posición bípeda) y por tanto los más cercanos al encéfalo, maduran y crecerán antes que las zonas más bajas.
- Próximo-distal: los sistemas ubicados más cercanos (proximales) al eje central del cuerpo maduran y crecerán antes que los más alejados (distales).
- Flexores-extensores: prioridad de los movimientos de los músculos flexores antes que de los extensores, pues aprenden antes la capacidad de asir objetos que de soltarlos, explicando así la lentitud con la que adquieren la destreza digital fina.
- General-específico: se desarrollan antes los patrones de movimientos generales o globales que los patrones de movimiento específicos.
- Continuidad, progresión y amortiguamiento: el desarrollo de los sistemas biológicos es continuo, progresivo, existiendo un amortiguamiento del mismo cuando se llega a las fases terminales.

- Individualización: cada sujeto tiene un ritmo de crecimiento particular.
- Alternancia: en el crecimiento físico de la persona hay una alternancia entre engrosamiento y longitud.

#### **4.2.1. El fenómeno psicomotor.**

El análisis lingüístico de la etimología de la palabra psicomotricidad nos permite separar dos componentes. El término “psico” hace referencia a la actividad psíquica, con sus dos parámetros principales: cognitivo y afectivo. El término “motricidad”, globalmente considerado, constituye la función motriz y se traduce fundamentalmente en movimiento. Teniendo en cuenta el significado de estos dos términos, se puede entender la Psicomotricidad como la relación mutua entre la actividad psíquica y la función motriz.

Aunque la base de la Psicomotricidad sea el movimiento voluntario, éste no es sólo una actividad motriz, sino también una actividad psíquica consistente que es provocada ante determinadas situaciones motrices.

Así pues, este término respeta la globalidad del niño, se basa en el movimiento y la vivencia del cuerpo por medio del cual el niño adquiere conciencia de sí mismo y entra en relación con el mundo de los objetos y de los demás, es planteada como una metodología psicoeducativa integral que favorece el desarrollo humano e interviene en el proceso educativo por medio del trabajo que se realiza sobre lo corporal.

### **4.3. DESARROLLO MOTOR EN LA COLONIA.**

#### **4.3.1. Características generales en la sección de Castores.**

##### **4.3.1.1. Factor Biológico.**

###### A) Sistema Nervioso.

-Queda completamente desarrollado para darle la funcionalidad deseada o necesitada.

-Los procesos corticales inhibidores que limitan o evitan o una reacción motora inmediata, todavía se encuentran poco desarrollados, por lo que responden sólo ante respuestas de reacción simple (un solo estímulo conlleva una sola respuesta).

###### B) Sistema Estructural.

-Existe una atenuación de la velocidad de crecimiento, siguen activos los centros de osificación primaria y secundaria.

-Previo a la pubertad se produce un incremento de la densidad y la forma ósea propiciando una estructura biomecánica más sólida.

-Menos del 10% de las fibras quedan inmaduras antes de la pubertad (Elder y Kakuklas, 1993).

-La frecuencia respiratoria para de 24 respiraciones por minuto de los 6 años a las 13 respiraciones por minuto de los 13 años.

-Los valores de Frecuencia Cardíaca de reposo son mayores en niñas desde los 9 años.

#### C) Sistema Endocrino.

-Justo antes de la pubertad es donde se produce una mayor segregación de la Hormona de Crecimiento.

-La actividad de la Fosfofructokinasa (PFK) en niños con una edad media de 11,2 años corresponde a menos del 50% de la edad adulta.

### **4.3.1.2. Factor Cognitivo.**

#### A) Capacidades Perceptivas.

-Posibilidad de relajamiento global y segmentario. Independencia de brazos y piernas con el tronco.

-Transposición del conocimiento de sí al conocimiento de los demás.

-Juega un papel decisivo el -esquema de acción-, aspecto dinámico del esquema corporal por la el niño se hace consciente de su motricidad.

-Se ajusta a los parámetros espacio-temporales del movimiento (tiene el concepto de velocidad y aceleración y es capaz de adaptarse a la trayectoria de los móviles).

-Conoce el tiempo y se adapta a sus consecuencias prácticas (manejo del reloj, calendario, etc.).

#### B) Otros procesos Cognitivos.

-Superación del Globalismo de edades anteriores y desarrollo de su capacidad analítica.

-Domina los conceptos básicos operativos de:

.-Seriación: ordenar objetos basándose en una cualidad común en sentido creciente o decreciente. Ejemplo: ordenar pelotas de más grandes a más pequeñas.

.-Clasificación: ordenar objetos situándolos en una categoría más general.  
Ejemplo: pelotas, aros, etc.

.-Conservación: comprender que los objetos pueden mantener dimensiones fijas aunque cambie su apariencia (peso, cantidad, volumen). Ejemplo: un trozo de plastilina pesará lo mismo aunque cambie de forma.

.-Número: unión entre conservación y seriación. Supone la capacidad de ordenar escalonadamente en una serie un grupo de elementos donde cada uno tiene siempre un miembro inferior a él y otro superior.

.-Evaluación: precisa de comparar, medir y relacionar seriando las cosas para conocer el lugar de cada una y el suyo propio.

#### **4.3.1.3. Factor Afectivo Emocional.**

-Se produce un ajuste general a la realidad y socialización que comenzarán a estabilizar, diferenciar y controlar las emociones.

-Se empieza a generar los primeros conceptos de Autoestima. El niño tiene muy poco margen para “auto influirse”, la influencia mayor es externa.

#### **4.3.1.4. Factor Social.**

A) Sobre los 6-7 años.

-Superación del egocentrismo, permitiendo actividades de cooperación y oposición.

B) Sobre los 8-9 años.

-Periodo de estabilidad y realismo cognitivo y emocional que facilitará los procesos de adaptación social.

-Establecimiento de reglas grupales.

-Aparece la idea del deber moral.

#### **4.3.2. Evolución de patrones motores y habilidades durante esa edad.**

##### **4.3.2.1. Actitud Motriz.**

A) Objetivos Generales en esta edad.

-Mejorar la eficacia, mayor control y consistencia en los comportamientos motores, e incrementar la diversificación y adaptabilidad al medio.

- Desarrollar programas especiales para la mejora de habilidades o cualidades específicas.
- Promocionar la evaluación y la información sobre lo que hace y para lo que lo hace.
- Desarrollar el autocontrol, autoconocimiento y la autoestima a través de la actividad física.
- Favorecer la integración social y estimular la interacción con los otros (compañeros, adversarios) provocando la identificación grupal.

#### **4.3.2.2. Control Corporal.**

##### A) Dominio Postural.

- El equilibrio gana en complejidad aprendiendo posturas técnicas.
- Dominio del equilibrio dinámico.

##### B) Tono Muscular.

- Dominio analítico que permite la contracción segmentaria.
- Desarrollo del ajuste motriz dinámico.

##### C) Auto percepción.

- Se matiza estableciendo referencias externas exactas.
- La capacidad analítica junto a la auto percepción en movimiento permiten la percepción de las partes de un gesto y su función siendo esencial para la mejora técnica.

##### D) Lateralidad.

- Localiza con exactitud la izquierda y la derecha en si mismo y en el espacio; aunque puede existir una etapa de inestabilidad que podrá llevar a problemas de: orientación y estructuración espacial, conocimiento del esquema corporal, lectura y escritura.

##### E) Metodología de trabajo.

- Dominio postural: situaciones propias de la habilidad a desarrollar.
- Tono muscular: juegos de control tensión-relajación analíticos por segmentos y musculatura.
- Auto percepción: juegos de representación de sí mismo o de representaciones de escenas simuladas.

-Lateralidad: ejercicios de orientación y reconocimiento de la izquierda y derecha en los otros y en el espacio. Juegos de espejo o sombra.

#### **4.3.2.3. Motricidad Básica.**

##### A) Desplazamientos y prensión.

-Gracias al desarrollo de la capacidad analítica existe una diversificación de conductas, ajustadas condiciones muy variadas que aumentan el control y eficacia de las conductas básicas.

-El desarrollo espacio temporal y el ritmo le permite ajustarse constantemente a las demandas del medio.

##### B) Carrera.

-En general se hace más fluida y rítmica, la fase de vuelo es más marcada y amplia.

##### C) Salto.

-Comienza a integrarse a los 7 años superando las insuficiencias de estabilidad, control y potencia de los años anteriores.

##### D) Lanzamiento.

-Avanza en su eficacia y precisión gracias a los avances cognitivos espacio-temporales, a la estructuración del gesto y factor condicional.

-Intervención integrada segmentaria. La mano sobrepasa el hombro por detrás y el tronco se rota hacia el lado del lanzamiento y la pierna del brazo ejecutor se desplaza hacia atrás.

##### E) Recepción.

-Se desarrolla fundamentalmente por el ajuste espacio-temporal.

-Se abandona la postura de espera prediciendo la trayectoria del móvil con su propio movimiento.

##### F) Patada.

-Se puede realizar con un balanceo previo y una mayor integración de todos los segmentos asociada a la carrera previa.

#### **4.3.2.4. Motricidad Analítica.**

##### A) Características.

-Se consigue dividir el gesto en sus fases y segmentos intervinientes, buscando sus enlaces y significado de conjunto con respecto a los objetivos del gesto global.

-Permite la generación de gestos elaborados artificialmente.

-Permite trabajos motrices analíticos para mejorar grupos musculares específicos.

-Introduce las disociaciones corporales y la coordinación segmentaria.

##### B) Metodología de trabajo.

-Procesos de aprendizaje técnico en las distintas áreas de conocimiento.

-Coordinaciones segmentarias y disociaciones: tareas que supongan diferenciar las acciones de los distintos segmentos corporales.

-Coordinación de integración: gestos complejos que necesiten un ensamblaje de conjunto para su mayor eficacia.

-Entrenamiento de las cualidades físicas básicas: fuerza, velocidad, resistencia y amplitud de movimiento.

#### **4.3.2.5. Motricidad Lúdica.**

##### A) De 6 a 7 años.

-Fundamental la utilización del Juego Simbólico y Funcional para el desarrollo de las distintas habilidades.

##### B) De 7 a 8 años.

-El Juego Social (colaboraciones y oposiciones) va ganando en protagonismo fundamentalmente a través de la competición; sin embargo no hay que olvidar el Juego Simbólico.

#### **4.3.2.6. Motricidad Cognitivo-Motriz.**

-Desarrollo del ajuste perceptivo espacio-temporal.

-Verbalizaciones de la escala dimensional y medida de las distintas conductas. Ejemplo: cinco metros más lejos.

-Ejercicios a diferentes ritmos.

-Puede realizar praxias complejas y precisadas en sus fases y componentes. Ejemplo: enseñanza mediante búsqueda, resolución de problemas.

-Puede medirse en sus distintas capacidades y conductas.

-Estimulación de la memoria de las acciones motrices: recorridos, gestos compuestos.

-Los niños reaccionan siempre adecuada y exitosamente cuando se les realiza una corrección de sus movimientos, y aparecen en ellos los inicios de la autocorrección.

#### **4.4. Capacidad funcional en dicha etapa.**

##### **4.4.1. Coordinación.**

-Crear una base lo más amplia posible y multilateral para el rendimiento, a través de una formación técnico-deportiva coordinativa sólida y experiencias motrices multilaterales.

-Se debe perseguir el logro de la Coordinación Global de las destrezas motoras deportivas elementales.

##### **4.4.2. Resistencia.**

-Al final de la etapa gana protagonismo la obtención de energía por vías Anaeróbicas.

-El Volumen Máximo de Oxígeno Absoluto sigue incrementándose (debido al aumento del peso), aunque el Relativo desciende en niñas y se mantiene en niños.

##### **4.4.3. Fuerza.**

-Se produce una mejora más acentuada en chicas que en chicos en todas sus manifestaciones.

-Mejora fundamentalmente en los músculos erectores de la espalda y sobre los 8 años en la musculatura que recubre el hombro.

-Hacia el final de la etapa hay un aumento provocado por la mayor secreción de la Hormona de Crecimiento.

-La mayor coordinación intramuscular es la generadora principal de los aumentos de velocidad.

-La fuerza máxima presenta aumento anuales medianamente altos: la fuerza rápida se manifiesta en un aumento anual y continuo; y la fuerza de resistencia no es satisfactoria en términos generales, estando solamente desarrollada en pocos niños.



#### 4.4.4. Amplitud de Movimiento.

-La movilidad presenta tendencias contradictorias, así encontramos que la movilidad de las grandes articulaciones es buena, pero se observa una regresión de la misma en la capacidad de separación de piernas en la articulación de la cadera y la movilidad de los hombros en sentido dorsal.

## **5. APORTACIONES PERSONALES**

En este apartado comentaré algunas aportaciones que a lo largo de mi experiencia como scouter de castores durante estos 4 años he adquirido.

Una de ellas es que no solo el conocimiento de un correcto marco teórico fundamentado en una base científica (como en anteriormente explicado) es necesario para desarrollar actividades que cumplan con el objetivo de desarrollar la psicomotricidad gruesa en la Colonia; sino que también es necesario una serie de competencias personales que facilitan el desarrollo de estas actividades. Dichas competencias pueden ser: alegría a la hora de explicar las actividades, empatía con los castores para saber explicar de forma correcta las actividades, ganas y entusiasmo a la hora de desarrollar las actividades y motivar a los niños a realizarlas, e imaginación y creatividad para desarrollar actividades nuevas.

Además del conocimiento de un marco teórico y de la disposición de unas capacidades personales que hagan que las actividades sean más educativas para los castores, es vital la existencia de una vocación dentro del scouter; es decir, que este no pierda las ganas e ilusión por educar de una forma correcta a los castores de una la Colonia, y que se preocupe día a día en mejorar su forma de educar con la única finalidad de hacer que la Colonia se desarrolle de una manera integral más completa.

## 6. ACTIVIDADES PRÁCTICAS

A continuación se exponen una serie de actividades prácticas para que sirvan como ejemplo a la hora de realizar juegos con la finalidad de desarrollar de forma correcta la psicomotricidad gruesa en castores.

### a. Marcha:

**Actividad:** “El Juego del Laberinto”.

**Objetivo:** Ejercitar la coordinación motora y la orientación espacial.

**Instrucciones:** Se hace en el piso un laberinto con cinta adhesiva de varios colores o tenerlo ya listo hecho en papel manila que se pegará al piso muy bien. Se le dice al niño que debe buscar dentro del laberinto un “premio”. Cada segmento tendrá un color diferente, que significara un movimiento diferente. Con el primer color por ejemplo: rojo, el niño deberá caminar hacia delante, con el verde caminará de lado hacia la derecha, luego con el azul, hacia atrás, con el color naranja hacia la izquierda de lado, con el color morado de puntillas y con los talones con el lila. Luego debe hacer lo mismo para salir del laberinto.

**Materiales:** Cinta adhesiva de colores, papel manila.

**Actividad:** Caminar en la Cuerda Floja.

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación las fuerzas musculares grandes.

Desarrollar el equilibrio.

**Instrucciones:** Se coloca en el piso unos listones de madera en forma de zigzag. Se le pide al niño que camine por él cantando: El puente de Londres, se va a caer, va a caer, va a caer. El puente de Londres, se va a caer, mi dulce amiga. Primero caminando hacia delante, luego caminando de adelante hacia atrás, luego de lado, de izquierda a derecha y viceversa. Para hacerlo más complejo, se puede poner al niño a caminar de puntillas y con los talones. Se puede hacer con formas de onduladas en espirales, circulares o rectas hechas en papel manila con cinta adhesiva de colores.

**Materiales:** Listones de madera, cinta adhesiva de colores, papel manila.

## **b. Gatear:**

**Actividad:** El Juego de la Selva.

**Objetivo:** Mejorar la coordinación motora de los movimientos de los miembros superiores e inferiores. Desarrollar la imagen corporal.

**Instrucciones:** Se les dice a los niños que vamos a jugar a que estamos en la selva. Cada niño va a escoger el animal que desea ser, león, elefante, tigre, conejo, entre otros. Se les explica como caminan los animales de cuatro patas. Por ejemplo: Los conejos con sus patas delanteras y luego con sus patas traseras, el león con sus patas izquierdas y luego las derechas y el elefante con su pata trasera izquierda y su pata delantera derecha. Pueden hacerlo de espalda para imitar a un cangrejo.

**Materiales:** Ninguno.

**Actividad:** Carreras de Gateo.

**Objetivo:** Desarrollar el control y la coordinación motora gruesa.

**Instrucciones:** Los niños harán carreras de gateo, en el cual tendrán que sortear diferentes obstáculos en el camino. Deberán usar sus manos y no levantar las piernas.

**Materiales:** Ninguno.

## **c. Arrastrarse:**

**Actividad:** El Juego de la Selva.

**Objetivo:** Desarrollar el control y la coordinación motora gruesa.

**Instrucciones:** Se le pide al niño que se arrastre boca abajo, imitando a las serpientes o a los cocodrilos.

**Materiales:** Lona o papel manila.

## **d. Equilibrio Dinámico:**

**Actividad:** “Un, dos, tres momia es”.

**Objetivo:** Desarrollar el control motor. Mejorar la postura y la atención.

**Instrucciones:** Se coloca el scouter en un extremo del salón y los demás niños en el otro extremo. El scouter da la consigna a los niños, “cada vez que diga: un, dos, tres, momia es, deberán detenerse. El que se mueve comienza de nuevo. El objetivo es llegar a donde está el scouter. Se puede complicar el juego, al pedirles a los niños que lo hagan saltando en los dos pies, en un solo pie, en puntillas, en talones, etc.

**Materiales:** Ninguno.

**Actividad:** El Juego del Semáforo.

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación motora gruesa, además el equilibrio dinámico.

**Instrucciones:** Los niños deberán seguir una línea recta hecha en el piso con cinta adhesiva o dibujada, como si estuvieran en unos carros o bicicletas, el scouter estará en un punto del salón y les mostrará círculos rojos, verdes y amarillos. Ellos deberán parar o seguir recto de acuerdo a lo que el scouter les enseñe. Puede variarse haciendo diferentes formas geométricas como triángulos, cuadrados, rectángulos, entre otras, para reforzar la discriminación de formas.

**Materiales:** Figuras geométricas de papel de construcción o cartulina.

#### **e. Equilibrio Estático:**

**Actividad:** ¿Quién Pierde el Equilibrio?.

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación motriz gruesa y el equilibrio estático.

**Instrucciones:** Se colocan dos niños o un niño y el scouter, uno al lado del otro, uno de espaldas y el otro de frente, agarrados de las manos. Uno hala la mano del otro, en diferentes direcciones, con la intención de que pierda el equilibrio.

**Materiales:** Ninguno.

**Actividad:** El Juego de las Estatuas.

**Objetivo:** Mejorar la coordinación neuromotriz y el equilibrio postural

**Instrucciones:** Se colocan a los niños en diferentes lugares del salón. El scouter es el escultor y esculpirá a cada uno de ellos, en diferentes posiciones, tales como: Una pierna hacia atrás y los dos brazos hacia adelante, una pierna hacia adelante y los brazos atrás, una pierna a un lado y el brazo contrario hacia él, entre otros movimientos. Puede presentárseles figuras en movimiento dibujadas en papel de construcción, en papel cartulina, en hojas, entre otros materiales.

**Materiales:** Figuras en movimiento dibujadas en papel de construcción, en papel cartulina, en hojas, entre otros materiales.

#### **f. Adiestramiento Motor:**

**Actividad:** El Juego de la Liga China.

**Objetivo:** Desarrollar el equilibrio y la coordinación neuromotriz.

**Instrucciones:** Se colocarán dos personas una frente a otra, con un elástico alrededor de sus piernas. Un tercer niño deberá realizar saltos “enredándose” con la liga o elástico. Para hacerlo más difícil el elástico se irá subiendo desde los tobillos hasta arriba de la rodilla.

**Materiales:** Elástico.

**Actividad:** El Juego del Saco de Papas.

**Objetivo:** Desarrollar el equilibrio y la coordinación neuromotriz.

**Instrucciones:** Se hacen carreras con los niños saltando dentro de sacos de henequén.

**Materiales:** sacos de henequén.

#### **g. Relajación:**

**Actividad:** Enseñar a Respirar.

**Objetivo:** Lograr bajar niveles de ansiedad, hiperactividad y estrés.

**Instrucciones:** Se le enseña al niño a respirar, llenando la cavidad pulmonar “inflando la barriga” hasta que ya no pueda más, luego deberá soplar tan lentamente que no se mueva una pluma de ave que se le colocará enfrente de la cara.

**Materiales:** Música suave.

**Actividad:** El Juego de Pinocho.

**Objetivo:** Introducir al niño en una actividad de relajación.

**Instrucciones:** Se le dice al niño lo siguiente: Este es el juego de un muñeco de madera construido por un carpintero que no tenía hijos. A este muñeco le llamó Pinocho y lo adoptó como si fuera su hijo de verdad. ¿Te sabes el final del cuento? Un hada madrina le concedió el deseo de convertirlo en humano. Sabes cómo puedes ponerte duro como la madera, mira! así, el scouter pone su mano “dura” y debe hacerlo a la par del niño. Ahora la pondrás blanda como la mía, como un humano. Se hará lo mismo con los dedos, los brazos, el resto de los miembros superiores, los miembros inferiores, el tronco y la cara. Se agrega a esta actividad música relajante y se le termina por contar un cuento, obviamente el de “Pinocho”.

**Materiales:** Música suave.

#### **h. Rodar:**

**Actividad:** El Juego del Taco.

**Objetivo:** Desarrollar la motricidad gruesa.

**Instrucciones:** El niño deberá acostarse sobre una sábana o papel manila y decirle que se le va a enrollar porque él será el relleno del taco. Le podemos echar “bolsitas de arena”, legos o cualquier juguete que se tenga en el salón como otros “ingredientes” más del taco. Se le enrollará totalmente y él deberá desenrollarse antes de la maestra se lo “coma”.

**Materiales:** Sábana o papel manila, juguetes pequeños.

### **i. Lanzar:**

**Actividad:** El Juego de los Bolos

**Objetivos:** Desarrollar la fuerza de los miembros superiores y la coordinación visomotora.

**Instrucciones:** Se le pide al niño que la lance una bola y trate de tirar la mayor cantidad de “bolos” posibles

**Materiales:** Juego de bolos o botellas llenas de arena.

**Actividad:** El Juego de la Puntería.

**Objetivos:** Desarrollar la fuerza de los miembros superiores y la coordinación visomotora.

**Instrucciones:** Se le pide al niño que la lance una bola pequeña y trate de meterla dentro de la “boca” de un “animal”.

**Materiales:** Cajeta con un dibujo pintado de animales.

### **j. Coordinación Dinámica de los Miembros Superiores e Inferiores:**

**Actividad:** El Juego de la Carretilla.

**Objetivos:** Desarrollar la fuerza de los miembros superiores y la coordinación motriz, además de reforzar el trabajo en equipo.

**Instrucciones:** Un niño parado debe tomar las piernas del otro, mientras aún tiene sus brazos en el piso. El que está parado debe empujar al otro, que también debe empujarse con las manos. Se hacen carrera entre varias parejas. Se puede hacer un circuito con obstáculos, tales como: juguetes, cajas, escaleras, entre otras.

**Materiales:** Cajas, escaleras, sillas o escritorios.

**Actividad:** El Juego de la Bicicleta.

**Objetivos:** Desarrollar la coordinación neuromuscular y la toma de conciencia corporal.

**Instrucciones:** Dos niños acostados deben juntar las plantas de los pies y simular el movimiento que harían si estuviesen andando en bicicleta, sin despegar los pies. Primero se hace lento y después rápido.

**Materiales:** Ninguno.

#### **k. Coordinación Dinámica y Postural/Movimientos Fraccionados:**

##### **Actividad: El Monopolio Postural**

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación dinámica de los miembros superiores e inferiores, además del equilibrio.

**Instrucciones:** Se hacen doce cuadros en el piso, con cinta adhesiva, en cada uno de ellos se escribirá una actividad a realizar. Pueden dibujarse los cuadros en papel manila. Al tirar los dados los niños deberá moverse en los espacios de acuerdo a la cantidad que le salga. La actividades propuestas son las siguientes: El puente hacia delante, el puente hacia atrás, con la mano izquierda tocar la punta del pie izquierdo y levantar la pierna derecha, con la mano derecha tocar la punta del pie izquierdo y levantar la pierna derecha, arrodillarse y echar el cuerpo hacia atrás, con la frente tocar las rodillas, hacer el split, permanecer parado en un solo pie, agarrar el pie izquierdo con la mano izquierda arriba.

Habrán espacios similares a los del monopolio, por ejemplo, moverse tres espacios hacia delante, pierde el turno, echar para atrás dos espacios, etc. Deberán mantener la posición por 5 segundos para los más chicos, de 10 segundos para los más grandes. El que no logra mantenerla, pierde su turno y pasa al siguiente niño.

**Materiales:** Cinta adhesiva o papel manila.



## 7. HOJA DE EVALUACIÓN

A continuación exponemos una posible hoja de observación con una serie de criterios básicos para que los scouts puedan aplicar los supuestos prácticos que anteriormente hemos puesto como ejemplo de todo el marco teórico comentado en este proyecto y seguir una línea de progresión para poder valorar la evolución de los castores en dichos aspectos.

Comentar que esta hoja es un modelo único, cerrado y fijo sino que se puede seguir tal cual o adaptar y modificar a las necesidades reales de cada colonia.

En primer lugar hemos marcado las acciones motrices que se han utilizado como ejemplo en los ejercicios anteriores. Dichas acciones están colocadas en la primera columna.

Después hemos establecido tres columnas más donde los números significan lo siguiente:

- 1 = No se produce ninguna mejora
- 2 = Mejora adecuadamente
- 2 = Mejora satisfactoriamente
- 3 = Mejora muy satisfactoriamente

Explicar que partimos de que no se ha producido ninguna mejora porque los educandos en estas edades no van a tener nunca aprendizajes motores negativos, es decir, que nunca se nos dará el caso de “se han producido desmejoras”.

Por último, argumentar que la metodología de investigación de esta evaluación es de tipo cualitativo, lo cual requiere un profundo conocimiento y entendimiento del comportamiento humano y las razones que lo gobiernan; además de una continua observación por parte del scouter para valorar correctamente la evolución de los educandos en estas acciones motrices propuestas.

Con esta sencilla hoja de observación podemos valorar si nuestros castores evolucionan positivamente, siempre y cuando realicemos actividades que estén dentro del marco teórico argumentado al inicio de este proyecto y les demos las facilidades oportunas para su correcto desarrollo.

<b>ACCIÓN MOTRIZ</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Marchar				
Gatear				
Arrastrarse				
Equilibrio Dinámico				
Equilibrio Estático				
Adiestramiento Motor				
Relajación				
Rodar				
Lanzar				
Coordinación Dinámica de los Miembros Superiores e Inferiores				
Coordinación Dinámica y Postural/Movimientos Fraccionados				

## 8. CONCLUSIONES

Para finalizar, resumiré todo lo anteriormente explicado con unos puntos clave:

-Es necesario el conocimiento de un marco teórico científico para la correcta elaboración de actividades con el objetivo de desarrollar la psicomotricidad gruesa en la Colonia.

-Existe una gran variedad de actividades y recursos ya diseñados que podemos utilizar y las cuales están a nuestra disposición mediante la búsqueda en libros específicos y en internet.

-Es importante adquirir una experiencia práctica que nos permita desarrollar las actividades de forma correcta y ajustar estas a las demandas de nuestros educandos.

-Es muy útil el aprender a inventar nuevos juegos y a realizar variantes sobre algunos ya inventados para así adaptarnos a las características que nuestra Colonia puede presentar en un determinado momento imprevisto.

-Es vital el tener una marcada personalidad para transmitir de una forma concisa y educativa tus valores personales a los educandos de la rama de castores.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

- Ausubel, D. y Sullivan, E. (1982). Desarrollo infantil. Teorías. Los comienzos del desarrollo. Buenos Aires: Paidós.
- Escribá, A. et al. (1999). Psicomotricidad. Fundamentos teóricos aplicables en la práctica. Madrid: Gymnos.
- Jiménez, J. y Jiménez, I. (1997). Psicomotricidad. Teoría y programación. Madrid: Escuela Española.
- Justo, E (2000). Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad. Almería: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Almería.
- Ruiz Pérez L. M. (1994). Desarrollo Motor y Actividades Físicas. Madrid: Gymnos.
- Oña, A. (2005). Activación Física y Desarrollo: Ejercicio físico desde el nacimiento. Sevilla Wanceulen.
- Ruiz Pérez L. M. (1994). Desarrollo Motor y Actividades Físicas. Madrid: Gymnos.
- Bjorntorp, P. (1986). Fat cell and obesity. En K.D. Brownell & J.P. Foreyt (Eds.), Handbook of eating disorders: Physiology, psychology, and treatment of obesity, anorexia, and bulimia. New York: Basic Books.
- Lopez Chicharro J. & Fernández, A. (2006). Fisiología del Ejercicio. Madrid: Editorial Paramericana.
- Núñez, J. Adap. Gómez Landero, L.A.; Gálvez, J. Temas 1, 2, 3 y 6 de la Asignatura “Habilidades y Destrezas. Desarrollo Motor”. Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad Pablo de Olavide.
- Manual de Intervención Psicopedagógica. Área de Psicomotricidad. Universidad Especializada de las Américas. Maestrías en Psicopedagogía con Especialización en dificultades del aprendizaje.