



# ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

---



## TESIS DE INVESTIGACIÓN

### **Importancia del desarrollo psicomotor en alumnos del segundo grado de preescolar**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

PRESENTA

**IBETH SALINAS GONZALEZ**

ASESOR

**DOCTOR DOROTEO ELISEO MARTINEZ GOMEZ**

## *Dedicatorias*

Querida mamá,

A ti, mi inspiración y guía inquebrantable, dedico mi tesis con amor y gratitud. Tu apoyo incondicional y tus palabras de aliento han sido mi fuerza en los momentos de desafío y duda.

Gracias por ser mi faro en el camino de la educación, por alentarme a perseguir mis sueños y por recordarme constantemente que puedo lograr cualquier cosa a través del trabajo arduo y la determinación.

Tus sacrificios y esfuerzos silenciosos han sido la base sobre la cual he construido mi éxito académico. Cada paso que he dado hacia la culminación de esta tesis ha sido impulsado por tu amor, paciencia y confianza en mí.

Tu presencia constante y tus palabras de aliento han sido un bálsamo para mi alma en los momentos de cansancio y desánimo. Tu fe en mis habilidades me ha dado la fuerza para superar obstáculos y seguir adelante.

Esta tesis es el fruto de nuestro amor, de nuestras conversaciones nocturnas llenas de motivación y de tus abrazos reconfortantes cuando más los necesitaba. Hoy, te honro y agradezco por ser mi madre, mi amiga y mi más ferviente admiradora.

Con todo mi amor y agradecimiento.

Querido Dr. Doroteo Eliseo Martínez Gómez

Con gratitud y admiración, dedico esta tesis a usted, mi estimado asesor. Su sabiduría, paciencia y orientación han sido fundamentales en mi camino hacia la culminación de este proyecto.

Su compromiso y pasión por su trabajo han sido evidentes en cada interacción que hemos tenido. Ha compartido generosamente sus conocimientos y me ha brindado las herramientas necesarias para crecer como estudiante e investigador.

A través de sus comentarios perspicaces y su visión crítica, me ha retado a expandir mis horizontes y a alcanzar nuevas alturas académicas. Su apoyo constante y sus consejos han sido un faro en los momentos de incertidumbre y confusión.

Valoraré siempre sus palabras alentadoras, que me han dado la confianza necesaria para superar obstáculos y perseverar en mi trabajo. Su dedicación y compromiso con mi desarrollo académico han dejado una huella profunda en mí y en este trabajo de tesis.

Agradezco sinceramente su tiempo, su atención y sus valiosas aportaciones, que han enriquecido este proceso de investigación. Este logro no habría sido posible sin su guía experta y su inquebrantable apoyo.

Con gratitud y respeto

# Contenido

INTRODUCCIÓN .....	5
CAPÍTULO 1 Planteamiento del Problema .....	7
1.1 Diagnóstico .....	8
1.2 Planteamiento del problema (Pregunta de Investigación) .....	11
1.3 Justificación .....	12
1.4 Objetivos .....	13
1.4.1 Objetivo general: .....	13
1.4.2 Objetivos específicos: .....	13
CAPÍTULO 2 Argumentación Teórica .....	14
2.1 Marco Teórico (Estado del arte).....	15
2.2 Marco Conceptual .....	16
2.3 Marco de Referencia .....	24
2.4 Supuesto o hipótesis .....	31
CAPÍTULO 3 Marco Metodológico.....	32
3.1 Metodología de la enseñanza .....	33
3.2 propuesta de intervención .....	57
3.3 Evidencias trabajo de campo.....	58
3.4 Interpretación de resultados.....	62
3.5 Recursos .....	64
3.6 Cronograma.....	66
CONCLUSIONES .....	67
BIBLIOGRAFÍA .....	69
ANEXOS .....	70

## INTRODUCCIÓN

El objetivo de este trabajo es contribuir y proponer metodologías y técnicas de enseñanza que promuevan un cambio significativo en el desarrollo de las habilidades motoras de los niños. Se busca que adquieran conocimientos sobre su propio cuerpo, comprendan y acepten las etapas de desarrollo de sus habilidades físicas, así como reconozcan los cambios físicos que experimentan. Cabe destacar que el propósito de esta investigación es brindar a los docentes de educación preescolar herramientas para aplicar prácticas didácticas de ejercicios físicos básicos en beneficio del aprendizaje y desarrollo físico, intelectual, emocional y social de los niños en esta etapa educativa.

Este estudio abarca dos variables: la variable independiente, que son los ejercicios físicos básicos, y la variable dependiente, que son las habilidades psicomotrices gruesas. Esta investigación es importante porque busca proporcionar una estructura de tres capítulos, los cuales se describen a continuación:

El CAPITULO I: Planteamiento del problema.

Comienza con la contextualización escolar, social y áulica de quienes se basa la investigación, formulando el problema “¿Cuál es la influencia de las actividades psicomotoras en el desarrollo físico y cognitivo de los niños del segundo grado grupo “c” del Jardín de Niños Diego Rivera? Interrogantes de la investigación, justificación, objetivo general, objetivos específicos.

El CAPITULO II: Argumentación Teórica

El marco teórico de esta investigación se basa en las siguientes bases: filosófica, epistemológica, axiológica, sociológica, psicológica y legal. También se incluyen una red de conceptos relacionados, así como una constelación de ideas tanto para la variable independiente como para la variable dependiente. Además, se formula una hipótesis y se identifican las dos variables del estudio. La variable independiente es

ejercicios físicos básicos, mientras que la variable dependiente es habilidades psicomotrices gruesas.

### El CAPITULO III: Marco metodológico.

En este apartado se aborda el enfoque de la investigación, las modalidades y tipos de investigación utilizados, la población y muestra que consta de 13 estudiantes. También se realiza la operacionalización tanto de la variable independiente como de la variable dependiente. Se describen las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de información, así como el proceso de recopilación, procesamiento, análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

## **CAPÍTULO 1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

## 1.1 Diagnóstico

El Jardín de Niños “Diego Rivera” con clave de centro de trabajo (CCT) 15EJN1196Q, ubicado en Nicolás Bravo con código postal 50020 municipio de Toluca, Estado de México con turno matutino con un horario de atención de (8:00 am a 1:30 pm, cuenta con los servicios básicos de agua, electricidad, internet, drenaje y telefonía, el contexto social se caracteriza por estar rodeado de casas habitacionales y negocios tales como: tiendas de abarrotes, recaudería, pollería, carnicería, frituras, florerías, tianguis (día martes), mini super BBB y pastelerías. El contexto económico es urbano ya que cuenta con los servicios básicos, a su vez los habitantes de la comunidad se emplean en el comercio (frituras, lonches, aguas, helados, postres, comida, entre otros), obreros, carpinteros, choferes, herreros y amas de casa.

En su contexto cultural integra tradiciones como la celebración del día de muertos llevada a cabo el día 2 de noviembre, las celebraciones patronales: 23 de mayo fiesta chica, 25 de julio fiesta grande de Santiaguito y 2 febrero Día de la Candelaria, la comunidad se disfraza alusivamente.

El contexto social que prevalece en la escuela es de riesgo ya que existen drogas al exterior y robos ocasionales al interior y exterior, debido a su cercanía con el barrio de Las Peñas.

El Jardín de Niños “Diego Rivera” está integrado por 8 aulas de clase, un salón de usos múltiples, áreas de juego, biblioteca, sala de cómputo, cubículo de USAER, área administrativa, dos módulos de sanitarios para alumnos y dos para docentes, uno para hombres adultos (incluye 2 baños para niños), 3 rampas de acceso, una bodega, un cubículo de niñeras, todo el personal directivo y docente que labora en la institución cuenta al menos con licenciatura y están perfilados en su área, mientras 4 cuentan con maestría.

En septiembre del 2023 el Segundo Grado, Grupo “C”, del Jardín de Niños “Diego Rivera” ubicado en Nicolás Bravo de la comunidad de Santiago Miltepec, perteneciente al municipio de Toluca, Estado de México. Tiene un total de 13 alumnos, los cuales



suelen asistir un máximo de 10 estudiantes, siendo 5 mujeres y 8 hombres, cuya edad esta entre 4 y 5 años; durante las jornadas de observación y ayudantía se logró identificar que el grupo cuenta con el apoyo y participación de USAER con dos sesiones por semana, para atender las necesidades del grupo, en específico de un alumno, quien fue diagnosticado con TDAH, trastorno de la ira y trastornos de la personalidad.

La forma de evaluar de la docente titular la realiza mediante un cuadro de registro donde identifica las necesidades y avances de cada uno de los alumnos, al igual que hace registros de las manifestaciones e interpretaciones de los trabajos realizados por los alumnos, en los cuales colocan el aprendizaje esperado que se trabaja y fecha.

El estilo de aprendizaje que muestra el grupo es kinestésico y visual, ya que para tener un mejor aprendizaje es necesario que manipulen y realicen las cosas de las secuencias didácticas planeadas.

Los aprendizajes más destacados que se observaron durante las jornadas de práctica de los siguientes campos y áreas de formación académica de nivel preescolar fueron:

Lenguaje y comunicación:

Lenguaje oral: Todos los alumnos intercambiar ideas, historias, narran con coherencia experiencias donde expresan como fue, que ocurrió en diversas situaciones comunicativas.

Lenguaje escrito: Todos escriben su nombre, pero en específico solo 4 de ellos lo escriben completo, mientras los demás identifican las letras de su nombre.

Pensamiento Matemático: La mayoría de los alumnos identifican los números hasta el 20, a excepción de una de ellas que confunde los números y solo identifica hasta el 5, ya que falta constantemente y no recibe apoyo en casa.

Mientras tanto los demás logran resolver situaciones diversas donde utilizan el conteo y los primeros números.

Exploración y comprensión del mundo natural y social: Con la ayuda de la promotora de salud obtienen actitudes favorables hacia el cuidado del medioambiente, donde indagan acciones para el cuidado del ambiente y de sí mismo.

Educación socioemocional: El grupo completo identifica las emociones que siente y que lo provoca, así logrando aprenden a autorregular las emociones. También tienen una convivencia de inclusión con sus compañeros, en la cual son compartidos, amables y respetuosos.

Artes: Todo el grupo identifica correctamente las partes del cuerpo y las dibujan donde corresponden en la imagen de sí mismo realizando su autorretrato, al igual conocen las tonalidades de claro y oscuro y como obtenerlas.

Respecto al área de formación de educación física, el grupo participa en juegos y actividades individuales y en coordinación con otros. Resolver problemas en acciones que implican el movimiento de distintas partes del cuerpo. Se desplazan en distintas posiciones, direcciones y velocidades.

Se observó mediante un diagnóstico previo que es su mayor área de oportunidad, ya que desde el resguardo por la pandemia de COVID-19 los alumnos tenían limitaciones de movimiento, lo que ocasiona que sus habilidades básicas en el desarrollo psicomotor no se ampliaran correctamente, lo que provoca que tengan dificultades al ejecutar movimientos corporales que impliquen coordinación y equilibrio, como correr, saltar, rodar, girar, reptar, trepar y marchar, al igual que mantener el equilibrio en situaciones de reposo (parado, sentado y acostado), y en actividad física (como girar y brincar)

## **1.2 Planteamiento del problema (Pregunta de Investigación)**

¿Cuál es la influencia de las actividades psicomotoras en el desarrollo físico y cognitivo de los niños en edad preescolar?

¿Cómo se relaciona el desarrollo psicomotor en preescolar con el rendimiento académico y las habilidades socioemocionales de los niños?

¿Cuáles son las estrategias más efectivas para fomentar el desarrollo psicomotor en preescolar y cómo impactan en el desarrollo integral de los niños?

### **1.3 Justificación**

La psicomotricidad juega un papel muy importante, porque influye en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño. Este instrumento pedagógico se logra a través de ejercicios lúdicos y juegos, su principal beneficio en la etapa infantil es el fortalecimiento de la salud física y mental de los alumnos.

En los últimos años se está desarrollando la revalorización de la Educación Física como contenido educativo capaz de conseguir una formación integral de la persona a través de sus manifestaciones motrices, reforzado por el incremento de profesionales formados específicamente para esta área de conocimiento.

Es igualmente reconocido que en el momento actual la administración educativa está dando un tratamiento diferente y mejor, en lo que se refiere a la enseñanza de esta en los diferentes niveles escolares y fundamentalmente en Preescolar.

Es evidente que la situación actual ha cambiado y que se reconoce un espacio genuinamente propio para la enseñanza de la Educación Física, ya que por primera vez se han dado los pasos en el ámbito legislativo para que la asignatura de Educación Física sea tratada y considerada como una más de las asignaturas del currículum.

## **1.4 Objetivos**

### **1.4.1 Objetivo general:**

Identificar las capacidades motrices básicas, como medio para la mejora de su salud, así como el desenvolvimiento de los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor.

### **1.4.2 Objetivos específicos:**

1. Identificar la competencia motriz por medio del desarrollo de la motricidad, la integración de la corporeidad, y la creatividad en la acción motriz.
2. Desarrollar las cualidades motoras básicas que conforman la aptitud física, propiciar el desenvolvimiento de los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor.

## **CAPÍTULO 2 ARGUMENTACIÓN TEÓRICA**

## **2.1 Marco Teórico (Estado del arte)**

El Programa de Educación Preescolar 2004 (PEP 2004) reconoce el papel de la docente en la búsqueda y diseño de situaciones didácticas que representen desafíos para los educandos. Esto con el objetivo de promover el avance en sus niveles de desarrollo, favorecer aprendizajes a partir de su conocimiento sobre el mundo y facilitar su autonomía, seguridad, creatividad y participación.

La identificación, atención y seguimiento de los diferentes procesos de desarrollo y aprendizaje infantil son fundamentales. Las capacidades motrices gruesas y finas se desarrollan rápidamente a medida que los niños toman conciencia de su propio cuerpo y descubren sus habilidades. Disfrutan desplazándose y corriendo en cualquier lugar, enfrentando nuevos desafíos que ponen a prueba su destreza motriz (vayer, P.105).

La psicomotricidad ha establecido indicadores para comprender el proceso de desarrollo humano, como la coordinación, la función tónica, la postura, el equilibrio, el control emocional, la lateralidad, la orientación espacio-temporal, el esquema corporal, la organización rítmica, las praxias, la grafo motricidad, la relación con los objetos y la comunicación en diferentes niveles (tónico, postural, gestual o ambiental).

La psicomotricidad se entiende como una técnica que favorece la relación y comunicación del niño con su entorno a través del dominio del movimiento corporal y su expresión simbólica. Existe una estrecha conexión entre la estructura somática, afectiva y cognitiva del niño.

Según Gabriela Núñez y Fernández Vidal, la psicomotricidad busca influir en el acto intencional o significativo para estimularlo o modificarlo, utilizando la actividad corporal y su expresión simbólica como mediadores. Su objetivo es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.

La psicomotricidad permite estimular y reeducar los movimientos del niño, permitiéndole explorar, investigar, superar y transformar situaciones, relacionarse con los demás, enfrentar miedos, proyectar fantasías, desarrollar iniciativa, asumir roles y

disfrutar del juego en grupo, así como expresarse con libertad. Su importancia radica en la interdependencia entre el desarrollo motor, afectivo e intelectual en los primeros años de vida.

El Programa de Educación Preescolar (PEP) 2004 tiene como objetivo que el niño, mientras se divierte, desarrolle y perfeccione sus habilidades motrices básicas y específicas, fomente la socialización con sus pares, y estimule la creatividad, la concentración, la relajación, entre otros aspectos.

La Psicomotricidad es una técnica que, a través de la organización de actividades, permite a la persona conocerse de manera concreta para actuar de forma adecuada, considerando su edad y situación.

El ser humano es una unidad psico-afectivo-motriz, donde la condición corporal es esencial. La psicomotricidad se basa en esta visión unitaria del ser humano y reconoce la importancia del tono como elemento fundamental que conecta lo biológico y lo psicológico, influenciando la vida relacional, la conciencia de sí mismo y diferenciándolo de los seres no vivos (vayer, P.65).

La psicomotricidad no se reduce a un simple método, sino que es un enfoque particular hacia el niño y su desarrollo. Su objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas del individuo en su totalidad, centrándose en el cuerpo y abarcando aspectos como disfunciones, patologías, educación, aprendizaje, entre otros.

## **2.2 Marco Conceptual**

La educación se define como el proceso de formación que busca desarrollar las capacidades intelectuales, morales y emocionales de las personas de acuerdo con la cultura y las normas sociales. Consiste en transmitir conocimientos para adquirir una determinada formación.



Es un proceso continuo de cambio y ajuste del individuo en respuesta a estímulos internos y externos, que afectan diversos aspectos de la vida de manera significativa, como la mente, el cuerpo, las emociones, la moral y la ética.

La educación física, por su parte, es una disciplina que se centra en el desarrollo, control y mantenimiento de la salud física y mental a través de diferentes movimientos corporales. Su objetivo es lograr una educación integral del cuerpo humano, abarcando aspectos físicos, cuidado de la salud, formación deportiva y prevención del sedentarismo. Se busca contribuir al crecimiento y desarrollo óptimo de las capacidades del individuo mediante una instrucción organizada y dirigida, a través de actividades seleccionadas según las normas higiénicas y sociales.

En resumen, la educación es un proceso formativo que busca desarrollar diversas capacidades del individuo, mientras que la educación física se enfoca en el desarrollo y cuidado del cuerpo a través de movimientos corporales

La Educación Física se considera como una asignatura obligatoria en la educación básica según los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional. Esta disciplina es fundamental para la formación integral del ser humano, especialmente cuando se implementa desde temprana edad, ya que permite que los niños desarrollen habilidades motoras, cognitivas y emocionales esenciales para su vida diaria y para su proyecto de vida.

A través de la Educación Física, los niños pueden expresar su espontaneidad, fomentar su creatividad y, sobre todo, aprender a conocerse, respetarse y valorarse a sí mismos y a los demás. Por lo tanto, es crucial ofrecer una variedad de actividades en forma de juegos, recreación y deporte, tanto en clase como a través de proyectos lúdico-pedagógicos.

Desafortunadamente, muchas instituciones educativas desconocen la importancia de la Educación Física en la educación primaria, ya que, al igual que otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, también contribuye al proceso de formación integral del individuo, beneficiando su desarrollo personal, social y la preservación de

su propia cultura. Si se estructura la Educación Física como un proceso pedagógico y continuo, se pueden establecer bases sólidas que permitan la integración y socialización, garantizando una continuidad en el desarrollo y la especialización deportiva en la vida futura.

En las clases de Educación Física, los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento a través de diferentes actividades lúdicas, recreativas y deportivas. Estas clases les brindan la oportunidad de desenvolverse, ser creativos y mostrar su espontaneidad como seres que desean descubrir alternativas aplicables en su vida social, lo cual no se puede lograr fácilmente en otras asignaturas del currículo.

Si deseamos hablar de una educación integral en la que ningún aspecto del ser humano quede descuidado, debemos considerar el cuerpo y la mente como una unidad. Por lo tanto, la Educación Física no debe ser considerada como una disciplina inferior a las asignaturas intelectuales, sino que debe tener un nivel de igualdad, ya que una contribuye al desarrollo de la otra para lograr metas cada vez más complejas. Un ejemplo cotidiano y observable es el progreso en la motricidad de los niños de tres años cuando trabajamos con ellos el concepto del espacio, tanto a nivel corporal como cognitivo, utilizando el trazo sobre el papel y la exploración del patio con tiza. En estas actividades, los niños reconocen, indican, señalan, marcan y observan límites (adentro y afuera, arriba y abajo, etcétera).

Es probable que la mayoría de nuestros futuros estudiantes no se conviertan en deportistas con contratos millonarios, y el deporte no será su medio de vida. Sin embargo, participar en actividades físicas adecuadas les permitirá desarrollar plenamente sus actividades diarias sin sufrir dolores de espalda mientras trabajan en la oficina, molestias en las piernas debido a problemas de circulación o várices por estar mucho tiempo de pie.

Dedicar el tiempo adecuado a una actividad física adecuada complementa de manera óptima el desarrollo integral de las personas, tanto en términos mentales como corporales. Es necesario equilibrar el tiempo dedicado al estudio con el necesario para el juego o el deporte.

La inclusión de la Educación Física como un espacio respetado y apoyado por la comunidad educativa requiere nuestro compromiso. ¿Qué podemos hacer al respecto? Reconocer su importancia y sus competencias, al mismo tiempo que preparamos el terreno para que tenga un impacto perdurable y socialmente significativo en los niños. En otras palabras, si deseamos que los niños y las familias valoren esta área, debemos otorgarle como educadores la misma importancia que a las demás asignaturas.

En resumen, la enseñanza de la Educación Física desempeña un papel crucial en la formación integral de los estudiantes. En este sentido, se asegura que es la base para despertar la motricidad e inteligencia del niño en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento; mejora las relaciones interpersonales y grupales; es fundamental para un ejercicio físico bien orientado que promueva un desarrollo armonioso, mejore la postura, la marcha, etc.; y a través de las actividades físicas, mejora la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacciones sociales.

¿Por qué los niños necesitan Educación Física?

La educación física desempeña un papel integral en la educación general de los individuos, desde los niños en edad preescolar hasta la escuela secundaria. Es fundamental contar con programas de educación física de calidad que preserven, mejoren y aumenten tanto la condición física como la mental de cada estudiante. A continuación, se presentan los beneficios inmediatos que se obtienen al implementar un programa de educación física adecuado:

- Mejora de la salud y la condición física en general: fortalece los músculos, aumenta la flexibilidad, mejora la resistencia muscular, la composición corporal y la resistencia cardiovascular.
- Desarrollo de habilidades corporales: promueve el desarrollo de habilidades motoras que permiten una participación segura, exitosa y satisfactoria en actividades físicas.

- Variedad de actividades físicas al aire libre: proporciona una amplia gama de actividades físicas y sociales apropiadas para el desarrollo de todos los niños.

- Apoyo a otras materias: refuerza los conocimientos adquiridos a través del currículo escolar y sirve como un laboratorio para la aplicación de contenidos en ciencias, matemáticas y estudios sociales.

- Fomento de la autodisciplina: facilita el desarrollo de la responsabilidad del estudiante hacia su salud y condición física.

- Mejora del juicio: la educación física de calidad puede influir en el desarrollo moral. Los estudiantes tienen la oportunidad de asumir el liderazgo, cooperar con otros, cuestionar acciones y reglas, y aceptar la responsabilidad de su propio comportamiento.

- Reducción del estrés: la actividad física proporciona una salida para liberar la tensión y la ansiedad, promoviendo así la estabilidad emocional y la resiliencia frente a los desafíos.

- Fortalecimiento de las relaciones interpersonales: la educación física desempeña un papel importante en ayudar a los niños a socializar de manera exitosa, especialmente durante los primeros años escolares, al participar en juegos, bailes y deportes.

- Mejora de la confianza y la autoestima: la educación física infunde en los individuos un sentido de autoestima al permitirles tener control sobre su cuerpo en función de su desarrollo físico corporal.

¿Qué aprenden los niños?

Hace poco tiempo, la asignatura de "educación física" no tenía mucha importancia en las escuelas. Siempre se consideraba una materia fácil de aprobar, como una especie de relleno sin mucha relevancia. Sin embargo, en los últimos años, la enseñanza de la educación física ha experimentado grandes cambios. De los métodos casi primitivos en los que los alumnos imitaban posturas y movimientos sin más, se ha pasado a

metodologías activas en las que el niño es el protagonista. Ya no se trata de aquellas clases de órdenes y silbato, sino de clases más participativas en las que los alumnos realizan aprendizajes globales con la guía de su profesor. Nuestra sociedad cada vez valora más la salud, el cuidado del cuerpo, la forma física y el ocio constructivo, y es necesario que la educación básica responda a estas demandas. En línea con esto, el área de educación física se enfoca en:

- Permitir que los niños conozcan su propio cuerpo, incluyendo sus capacidades, limitaciones y posibilidades de movimiento.
- Profundizar en el conocimiento de la conducta motriz, dominando actividades corporales y deportivas.
- Integrar estos contenidos en el cuidado personal, fomentando actitudes adecuadas hacia el cuerpo.
- Disfrutar del ejercicio, considerándolo una forma de aprendizaje y ocio.
- Tomar en cuenta las características del grupo, como su nivel de movimiento y motivación, así como los conocimientos previos de los alumnos.
- Partir de los movimientos espontáneos y cotidianos que los niños realizan.
- Fomentar la exploración y experimentación del propio cuerpo y sus movimientos.
- Promover la observación utilizando todos los sentidos para enriquecer su percepción sensorio motriz.
- Utilizar el juego motor como metodología principal, ya que es fundamental para el desarrollo físico y psicológico de los niños y posee reconocidos valores pedagógicos.

Para la mayoría de los niños, esta asignatura suele ser una de sus favoritas, y esto se debe a lo que aprenden y cómo lo aprenden.

De acuerdo con el Ministerio de Educación y Cultura, la educación física es considerada como un área obligatoria en la educación primaria, ya que permite que los alumnos desarrollen habilidades motoras, cognitivas y afectivas fundamentales para su vida diaria. En general, las instituciones educativas desconocen la importancia de la educación física, pero si se establece como un proceso pedagógico continuo, se puede asegurar su continuidad para el desarrollo y la especialización deportiva de los niños en el futuro.

A través de las clases de educación física, los alumnos tienen la oportunidad de desenvolverse, ser creativos y mostrar su espontaneidad como individuos que desean descubrir diversas alternativas aplicables en su vida social, lo cual no pueden lograr fácilmente en otras asignaturas.

Es posible que la mayoría de los alumnos no sean deportistas de élite y que el deporte no forme parte de su vida. Sin embargo, una actividad física adecuada les permitirá desarrollar plenamente sus actividades diarias sin sufrir dolores de espalda mientras trabajan en la oficina, molestias constantes en las piernas debido a problemas de circulación o venas varicosas por pasar mucho tiempo de pie.

Los elementos o fundamentos de la motricidad, las capacidades motrices, constituyen el potencial de un individuo para llevar a cabo conscientemente la acción motriz, relacionado con el desarrollo evolutivo e influenciado por la predisposición genética.

Estos son los contenidos de la educación física para la educación básica que, con fines didácticos e investigativos, se agrupan de la siguiente manera: capacidades perceptivo-motrices, capacidades físico-motrices y capacidades socio-motrices. Estos contenidos están directamente relacionados con la estructura neurológica, el funcionamiento fisiológico, la estructura osteomuscular, el entorno socioafectivo y cultural de las personas.

Sobre la base de las capacidades se desarrollan las habilidades motrices, las cuales representan la manifestación visible del movimiento y se perfeccionan con el tiempo. Estas habilidades son el vínculo que une los tres contenidos mencionados

anteriormente. Se dividen en habilidades motrices básicas y específicas. Las habilidades motrices básicas incluyen desplazamientos, saltos, giros, y manejo y control de objetos. Por otro lado, las habilidades motrices específicas se utilizan en la ejecución especializada y aplicada de movimientos en actividades como deportes, danzas y labores específicas. En el nivel preescolar, los contenidos de la educación física que recibirán mayor énfasis son las Capacidades Perceptivo-Motrices. Estas capacidades incluyen aspectos como el esquema corporal, la imagen corporal, la conciencia corporal, el control respiratorio, el control tónico, la estructuración espacial, la estructuración temporal, el ritmo, la lateralidad, la relajación, la postura, el equilibrio y la coordinación. Es importante destacar que esto no excluye la atención a otros contenidos, los cuales serán abordados de manera paralela, sin que ninguno predomine sobre los demás.

## 2.3 Marco de Referencia

El ejercicio físico. Se conoce como ejercicio físico a la realización de movimientos corporales planificados, repetitivos y en ocasiones supervisados por un instructor, con el objetivo de estar en forma física y gozar de una salud sana. El ejercicio físico es una actividad que se lleva a cabo en los momentos de tiempo libre, en el cual se incluye el baile, deporte, gimnasia, educación física, entre otros.

El ejercicio físico es sinónimo de bienestar físico, mental y social de una persona. El ejercicio influye de forma positiva en el desarrollo intelectual y emocional de niños y adolescentes, lo cual permite desarrollar la creatividad, tener un mejor control de los problemas, contribuye con poseer una adecuada autoestima, ayuda a socializar, entre otros, y es por ello que en todos los planteles educativos incentivan a la realización de ejercicios físicos a través de sus aulas de educación física, la cual consiste en una parte teórica y luego en la realización de los ejercicios.

Asimismo, en virtud de todos los beneficios que otorga la realización de ejercicios físicos, existen sitios de trabajo que organizan actividades que tenga ligación con la elaboración de algún deporte, por lo general, se trata de realizar equipos que practiquen diferentes tipos de deporte, bien sea fútbol, voleibol, basquetbol, entre otros para llevar a cabo un torneo. (Caspersen, Powell y Christenson, 1985).

Causa y efectos de los ejercicios. Beneficios de los ejercicios físicos: Los niños pueden fortalecer sus músculos y huesos, reducir la acumulación de grasa y colesterol en su cuerpo, disminuir el riesgo de desarrollar diabetes tipo II, mejorar la calidad del sueño y adquirir habilidades para enfrentar desafíos físicos y emocionales. Al considerar la salud infantil, los padres deben tener en cuenta tres elementos importantes al hacer ejercicio con sus hijos: resistencia, flexibilidad y fuerza. La resistencia se refiere a la capacidad que los niños desarrollan al correr, saltar y realizar actividades que exigen más a sus pulmones y corazón, aumentando tanto la frecuencia cardíaca como la respiración.



Los niños pueden mejorar su flexibilidad de forma natural al pararse en la punta de sus pies para alcanzar objetos más altos que ellos. Sin embargo, actividades como el ballet u otras formas de danza pueden hacer que sus músculos se vuelvan más elásticos mientras se divierten.

Para aumentar la fuerza muscular, los niños no necesitan un entrenador o equipos especializados, simplemente pueden llevarlos al parque para que jueguen en barras o animarlos a jugar en equipo con una cuerda, donde tendrán que tirar para vencer a sus oponentes. Las peleas también son una opción recomendable para este propósito. Los ejercicios físicos son muy importantes para los niños en esta época en la que el sedentarismo está causando obesidad infantil debido al tiempo que pasan frente a pantallas, ya sea viendo televisión o utilizando computadoras para actividades de entretenimiento o educativas.

Acompañarlos en sus juegos y limitar el tiempo que pasan sentados sin gastar energía es un hábito que traerá beneficios al proporcionarles un estado físico saludable.

“La práctica de los ejercicios también ayuda en lo afectivo a desarrollar la transmisión de emociones sobre la ejecución o participación, todas estas actividades intervienen en la mayor relación grupal de los niños. Llevar al niño a una adecuada selección y práctica de los deportes acorde a su apreciación”. (Sánchez Bañuelos F 1996)

## Salud mental

La actividad física tiene un impacto positivo en la mente de las personas, independientemente de sus efectos curativos. Un programa de ejercicio adecuado fortalece la salud mental, generando efectos moderados pero positivos y sostenidos en estados depresivos, ansiedad y estrés, promoviendo el bienestar psicológico.

Practicar algún deporte o forma de ejercicio afecta positivamente la salud mental de una persona. La investigación sugiere que el entrenamiento físico mejora el estado de ánimo, el autoconcepto, la autoestima, las habilidades sociales, el funcionamiento cognitivo y la actitud laboral. Además, mejora la calidad del sueño, reduce la ansiedad

y el estrés, alivia los síntomas depresivos y complementa los programas de rehabilitación para el alcoholismo y el abuso de sustancias.

El ejercicio regular se relaciona con una menor prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión, aumentando el amor propio y fomentando el cuidado personal y hacia los demás. También tiene efectos en el cerebro y las funciones cognitivas.

Estudios han demostrado que el ejercicio físico mejora las funciones cognitivas en adultos mayores, generando nuevas conexiones neuronales y aumentando la plasticidad sináptica, el metabolismo y la circulación sanguínea cerebral.

Además, mejora la capacidad intelectual y el rendimiento escolar en niños y adolescentes. En experimentos con ratones, el ejercicio promueve la función cognitiva a través del desarrollo del hipocampo, el aprendizaje espacial, la plasticidad sináptica y la neurogénesis.

También se ha observado que la actividad física tiene efectos neuroprotectores en enfermedades neurodegenerativas y neuromusculares, reduciendo el riesgo de desarrollar demencia y potencialmente revirtiendo el daño cerebral inducido por el alcohol.

Las posibles razones por las cuales el ejercicio es beneficioso para el cerebro

- Incluyen el aumento del flujo sanguíneo y oxígeno cerebral
- El incremento de factores de crecimiento neuronal
- La producción de neurotransmisores cerebrales y la participación en las funciones fisiológicas del organismo
- El ejercicio representa un medio ideal para liberar tensiones y pulsiones agresivas
- Contribuye al conocimiento y la integración del individuo con el mundo que lo rodea.

La actividad física se cree que tiene otros efectos beneficiosos relacionados con la cognición ya que aumenta los niveles de factores de crecimiento nervioso, que las soportan la supervivencia y el crecimiento de un número de células neuronales. (Monshouwer. 2008)

#### Contraindicaciones del ejercicio físico

A pesar de que el ejercicio físico se considera positivo y saludable, es importante plantear cuánta actividad física es realmente beneficiosa para la salud y cuál es el tipo de ejercicio adecuado.

Existe una idea generalizada, aunque incorrecta, que a veces se infiere de los beneficios que se proclaman popularmente sobre la salud, la cual sugiere que los efectos positivos se obtienen simplemente al practicar ejercicio, sin proporcionar una explicación precisa sobre los contenidos, volumen e intensidad necesarios de acuerdo con las características y circunstancias individuales, que son factores que deben ser especificados en una prescripción adecuada.

De manera simplista, se ha difundido la creencia de que cuanto más ejercicio físico se realice, mayores serán los beneficios para la salud y la apariencia corporal. Sin embargo, esto ha generado ideas equivocadas sobre el deporte. En realidad, el ejercicio físico puede tener efectos negativos cuando se realiza de forma inadecuada debido a la falta de precisión en cuanto al tipo de ejercicio, el volumen, la frecuencia, la intensidad y los objetivos que se desean alcanzar.

Modificando la situación motriz real planteada a realizarse, dificultando la ejecución global del movimiento motor del cuerpo de los niños. (Popov S, N. 1988. p. 276).

- Retraso en el crecimiento y maduración.
- Enfermedades hemorrágicas.
- Ausencia de un órgano par (pulmón, ojo, riñón, testículo).

- Disminución acusada de la visión y la audición-
- Organomegalias (hígado, bazo, riñón).
- Hernias abdominales.
- Enfermedades metabólicas (hipertensión, osteoporosis, obesidad, diabetes)
- Alteraciones musculo-esqueléticas que dificulten la actividad motriz necesaria para la práctica deportiva.
- Antecedentes de haber sufrido traumatismos craneales.
- Enfermedades convulsionantes no controladas.
- Testículo no descendido.
- Anomalías congénitas del corazón que producen una cianosis expresada y perturbaciones de compensación.

Es importante que el profesor de educación física tenga conocimiento acerca de las patologías que pueden presentar los niños, las cuales pueden implicar contradicciones relativas en relación al ejercicio físico. Es crucial que el profesor determine qué actividades son apropiadas y cuáles podrían ser perjudiciales, con el fin de establecer un control continuo sobre el niño. Además, el profesor de educación física debe seguir una serie de recomendaciones durante las clases.

Es responsabilidad del maestro de educación física monitorear y abordar cualquier problema que los niños puedan presentar. En muchos casos, el médico de estos niños reduce naturalmente la actividad motriz, lo que resulta en una disminución de los movimientos en comparación con el nivel previo a la enfermedad. Sin embargo, al reintegrar a estos niños a la actividad física, en general se les debe proporcionar una carga física adecuada para evitar posibles deformidades musculares.

Por lo tanto, no se recomienda la ausencia total de actividades físicas. Además, durante el proceso de la enfermedad y el período de convalecencia, los niños pueden experimentar alteraciones en los procesos de termorregulación.

Es fundamental que los adultos sepan cómo realizar los ejercicios con los niños que están convalecientes, y se informen y consulten con el médico sobre la dosificación adecuada de las cargas de ejercicio.

Tipos de ejercicios físicos básicos.: son ejercicios que tiene el objetivo de los Desarrollo de las habilidades motrices y se clasifican en ejercicios locomotores, no Locomotores, ejercicios de manipulación y en ejercicios de movimientos naturales.

Ejercicios locomotores: Estos ejercicios específicamente utilizan desplazamiento dentro del espacio (marchas, trotar, danzar, brincar, saltar, gatear, otros).

No locomotores: Se realizan en lugares sin desplazamientos (flexiones de tronco, brazos, piernas extensiones, torsiones, inclinaciones, elongaciones, otras).

Ejercicios de manipulación: son realizados con elementos livianos, de fácil acción como son: aros, cuerdas, bastones, pelotas, cintas, globos etc.

Esta tarea requiere una constante adecuación espacio-temporal de cuerpo, que supone la superación de la fuerza de la gravedad, y da lugar a la brusquedad constante de una estabilidad estática y dinámica.

Ejercicios de movimientos naturales: El objetivo fundamental de estos ejercicios es el trabajo convivencia de actividades, con expresión corporal, con juegos y ejercicios variados.

Luego se realizarán juegos en que los niños deberán identificar las partes y segmentos del cuerpo de distintas formas. (López, P. 2011. P. 47)

Buktenica, citado por Quiroz, D y Scherager (1987). Entiende que los es ejercicios de proceso mediante el cual el organismo trasmite la excitación de los receptores

sensoriales y la intervención de otras variables, adquiere conciencia parcial del para poder reaccionar de modo 25 adecuado con respecto a objetos, cualidades y hechos que lo caracterizan. Normalmente sucede a nivel visual.

El alumno debe de ser capaz no solo de ser consciente de sus movimientos, sino de percibir los del compañero que pueden variar el espacio y el tiempo de acción desarrollando la capacidad de producir resultados con el máximo de acierto y a menudo con el mínimo gasto de tiempo, pérdida de energía o de habas cosas a la vez. Se dice que el niño al ejecutar el ejercicio con el menor número de posibilidades de errores y de la mejor manera para alcanzar el objetivo establecido A desarrollado mecanismo de la percepción.

La percepción una estructura mental que organiza y orienta la actividad de las sensaciones integrantes, teniendo una configuración más elevada que ellas. En conclusión, puede admitirse siguiendo que la percepción es una de las etapas del proceso comunicativo y del conocimiento del entorno. (Bolaños, D.2006.p. 68)

## 2.4 Supuesto o hipótesis

1. Hipótesis de la maduración neuromuscular: Esta hipótesis sugiere que el desarrollo psicomotor en preescolares está principalmente influenciado por la maduración del sistema nervioso central y el desarrollo de los músculos. Según esta perspectiva, a medida que los niños crecen y maduran, adquieren habilidades motoras más complejas y refinadas.

2. Hipótesis del aprendizaje motor: Esta hipótesis enfatiza la importancia del aprendizaje y la experiencia en el desarrollo psicomotor de los preescolares. Según esta perspectiva, a través de la práctica, la exploración y la interacción con el entorno, los niños adquieren y mejoran sus habilidades motoras.

3. Hipótesis del enfoque ecológico: Esta hipótesis sostiene que el desarrollo psicomotor en preescolar es el resultado de la interacción entre el niño y su entorno físico y social. Según esta perspectiva, los factores ambientales, como el acceso a oportunidades de juego y movimiento, la calidad de la estimulación sensorial y las interacciones sociales, tienen un impacto significativo en el desarrollo motor.

4. Hipótesis del desarrollo secuencial: Esta hipótesis postula que el desarrollo psicomotor en preescolar sigue una secuencia predecible y ordenada de adquisición de habilidades motoras. Según esta perspectiva, los niños pasan por etapas específicas de desarrollo, en las que adquieren habilidades motoras básicas antes de avanzar hacia habilidades más complejas. Por ejemplo, los niños primero desarrollan habilidades de gateo y luego pasan a caminar y correr.

## **CAPÍTULO 3 MARCO METODOLÓGICO**



### 3.1 Metodología de la enseñanza

El concepto de método, visto desde un punto de vista general, alude al proceso que se sigue para realizar una acción. La Real Academia Española de la Lengua conceptualiza a este término, acorde a sus raíces etimológicas (del lat. *methōdus*, y este del gr. *μέθοδος*), como el camino para llegar a un fin. En el ámbito educativo, el método es una síntesis práctica de opciones psicológicas, didácticas y filosóficas en el cual confluyen todos los elementos de la enseñanza que configuran el currículum en la práctica.

El método no solamente es un camino para lograr un propósito educativo sino también el reflejo del modo en que se comprende el currículum (Pérez y Devis, 2009). Específicamente en la metodología de nuestra disciplina, el concepto de estilos de enseñanza, impulsado por Muska Mosston en su libro *La Enseñanza de la Educación Física* publicado originalmente en inglés en el año 1966, ha influenciado a tal grado que ha orientado en todo el mundo la actividad profesional de los docentes, desde la formación inicial hasta la investigación sobre metodología (Sicilia, 2002).

A la luz de los nuevos planteamientos pedagógicos abonamos por la necesidad de realizar una revisión reflexiva de éste y otros vocablos que de manera simultánea se utilizan en nuestro medio. Se prevé en el futuro incorporar nuevas visiones en el apasionado campo del método que apunten hacia una racionalidad crítica en el modo de plantear la teoría y la práctica de nuestra disciplina.

**Estrategias Didácticas:** De manera general, la palabra estrategia procede del ámbito militar y significa el arte de proyectar, ordenar y dirigir los movimientos marciales para conseguir la victoria.

En el entorno educativo, las estrategias son medios, recursos o procedimientos de enseñanza que el docente utiliza de forma reflexiva y flexible para prestar ayuda pedagógica y con ello promover el logro de aprendizajes significativos en los educandos. Una estrategia es un plan de actuación didáctica que diseña las

transacciones que se van a realizar entre un alumno y un profesor en el curso de la enseñanza de una disciplina concreta.

Sus características principales son: 1) la utilización de la Educación Física en Preescolar. Una Propuesta desde la Perspectiva Crítica. Mtro. Ausel Rivera Villafuerte 8 reflexión, 2) se usan de manera consciente e intencional, 3) conllevan un propósito de aprendizaje. Para el caso específico de la disciplina de educación física existen diferentes estrategias metodológicas de enseñanza que se han desarrollado y experimentado en los diferentes niveles educativos.

Cuadros del programa 2011 de educación física Anexo 1, 2, 3

Características sociales, psicológicas y físicas del niño en edad preescolar. Anexo 4

Ejercicios físicos básicos.

Son ejercicios básicos son aquellos que hacen trabajar a la vez gran cantidad de músculos por intermedio de movimientos que constituyen un sinnúmero de aprendizajes del ser humano, la práctica diaria de estos ayudan a formar las habilidades y destreza y la estructura del corporal de las personas.( López, A.. 2006. p. 131)

El ejercicio físico se refiere a una serie de acciones motoras musculares y esqueléticas. Comúnmente, se utiliza para describir cualquier actividad física que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de una persona. Se lleva a cabo por diversas razones, como fortalecer los músculos, mejorar el sistema cardiovascular, desarrollar habilidades atléticas, practicar deportes, perder grasa o mantenerse en forma, así como para actividades recreativas.

Estas acciones motoras pueden agruparse según la necesidad de desarrollar ciertas cualidades físicas, como la fuerza, la velocidad, la resistencia, la coordinación, la elasticidad o la flexibilidad.

El ejercicio físico también puede estar dirigido a abordar problemas motores específicos. Además de los beneficios físicos, el ejercicio mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la agilidad, la imagen corporal y la sensación de bienestar. Se produce una estabilidad en la personalidad, caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.

Los programas de actividad física deben incluir componentes de relajación, resistencia, fortaleza muscular y flexibilidad. A través de la interacción del cuerpo con el espacio y el tiempo a través del movimiento, se adquieren numerosos aprendizajes fundamentales para los seres humanos.

Este proceso de construcción se logra mediante la exploración, la práctica y la interiorización, lo que ayuda a desarrollar el esquema corporal. La práctica regular y frecuente de ejercicio físico estimula el sistema inmunológico, lo que ayuda a prevenir enfermedades relacionadas con el estilo de vida moderno, como enfermedades cardíacas, cardiovasculares, diabetes tipo 2 y obesidad. Además, mejora la salud mental, ayuda a prevenir estados depresivos, desarrolla y mantiene la autoestima, e incluso puede aumentar la libido y mejorar la imagen corporal.

Otro objetivo del ejercicio físico es lograr un ajuste postural, que implica mantener una postura armoniosa del cuerpo en diversas posiciones, manteniendo estable el centro de gravedad. Este aspecto requiere madurez y progresión educativa.

Objetivos de la educación del ejercicio física.

En el nivel inicial Que el niño alcance un nivel óptimo en la formación física correspondiente a sus gradientes de crecimiento, maduración, funcionalidad orgánica y buena salud. Las actividades físicas que estimulen el desarrollo físico de los niños deben procurar la salud de este cuidado de no someteos a esfuerzos tan exigentes.

En esta edad no se requiere de ni se debe estimular sus capacidades orgánicas pues lo que realmente interesa es crear una educación física multifacética, es decir combinar movimientos de los diferentes segmentos corporales que acompañen a la

evolución natural de su crecimiento, desarrollo y maduración funciona, Así como integrar aspectos referidos a la imagen y concepto corporal. (Lady E. González y Jorge L. Gómez, 2009.p. 21).

Que el niño desarrolle su capacidad sensorio-perceptiva. Como planteó Piaget, el primer estadio de desarrollo de la inteligencia es el sensorio motor.

Esta capacidad requiere de un estímulo continuo pues constituye la clave para la captación de información en relación con su entorno a través de sus sentidos y sus sensaciones interoceptivas, y propioceptivas.

El estimular sus sentidos merece dedicación y tiempo pues a través de esta la información que reciba será asimilada e interiorizada significativamente para desarrollar aspectos progresivamente más específicos.

Que el niño acreciente su acervo motor con la integración de nuevas habilidades motrices y el ajuste de su motricidad. Se debe orientar actividades que diversifiquen su capacidad de acción, es decir proponer estímulos extensamente variados que le permitan conocerse y explorar las múltiples maneras de movimiento corporal.

Pero dicho aprendizaje debe llevar una secuencia y un orden preciso para que, a partir de esta base motriz, se sustente el aprendizaje específico que lo ayudara a desenvolverse en su vida cotidiana.

Que el niño integre adecuadas conductas socio motrices. El juego, por su naturaleza tiene sentido motivador, pero debemos aportar un toque de carga motivacional que permita que los niños establezcan relaciones sociales con sus compañeros para que adquieran y desarrollen una personalidad autónoma y segura.

Que el niño desarrolle su capacidad intelecto-cognoscitiva en relación con las tareas motrices.

También, dadas las características de los juegos y actividades motrices provocan una intensa actividad intelectual pues requieren de percepciones globales e intuitivas y de

respuestas rápidas a los estímulos de diverso tipo, apareciendo la necesidad de elaborar datos provenientes del entorno y del esquema corporal a fin de responder exitosamente.

Se habla también de la capacidad creativa como la capacidad de una persona para conseguir fluidez mental, flexibilidad espontánea, productos originales en respuesta a un problema o estímulo.

Que el niño se exprese a través de su cuerpo y su movimiento. Es importante estimular la capacidad de expresión motriz pues es un canal natural para reflejar nuestros sentimientos y sensaciones.

El docente debe proporcionar estímulos que ayuden a que los niños encuentren su propia gestualidad, sin estereotipos. Esto se podrá realizar con mayor facilidad si se les crea un ambiente afectivo y favorable para el desarrollo de su creatividad.

Que el niño se integre positivamente a la vida en la naturaleza. El preescolar es caracterizado por ser las primeras aperturas del niño hacia su entorno fuera del hogar.

La educación física, apoyará a que el niño conozca su entorno considerando la prevención de riesgos de accidente, el encuentro, la apreciación de la belleza de la naturaleza y o esencial que es para vivir y subsistir. (Lady E. González y Jorge L. Gómez, 2009.p. 23).

## CATEGORÍAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE.

En la literatura se menciona que el término "desarrollo" se atribuye al significado de "maduración", pero es importante tener en cuenta que el primero es más amplio e inclusivo. El desarrollo engloba otros procesos además de la maduración, por lo tanto, no puede ser utilizado como sinónimo. Lo que se puede afirmar de manera categórica es que el desarrollo motor abarca todos los cambios que ocurren en la actividad motriz de un individuo a lo largo de su vida. Asimismo, se puede afirmar que el desarrollo motor es resultado de tres procesos: maduración motora, crecimiento y aprendizaje, por lo tanto, es conveniente abordar el estudio de cada uno de ellos.

La maduración motora, según Frostig (1987), se puede definir como el proceso fisiológico genéticamente determinado mediante el cual un órgano o conjunto de órganos permiten ejercer libremente una función con la máxima eficiencia. Los seres humanos, al igual que otros organismos, no pueden realizar todas las funciones características desde el momento de su existencia.

De manera gradual y siguiendo un ritmo determinado por la dotación genética de cada individuo, el organismo en general y cada órgano en particular van desempeñando sus funciones específicas. Por ejemplo, el sistema digestivo poco a poco puede digerir nuevos tipos de alimentos, y los músculos, de forma gradual, ganan fuerza y capacidad para desplazar cargas pesadas.

Desde una perspectiva biomecánica y fisiológica, se puede decir que los órganos y el sistema del ser humano maduran, es decir, no están completamente desarrollados en el momento del nacimiento. En el proceso de maduración motora, los sistemas musculares y nerviosos son los más relevantes, aunque casi todos los órganos y sistemas del cuerpo (digestivos, cardio-respiratorios, endocrinos, etc.) participan en la motricidad (Bolaños, D y Gámez, R., 2006, p.36).

Maduración del sistema muscular. Es ampliamente reconocido que la función característica de los músculos, es su Capacidad de contraerse y distenderse con lo cual se logra el movimiento (resulta de la unión neuromuscular –sinapsis entre el botón terminal de una neurona motora y la membrana de una fibra muscular).

Los primeros esbozos de funcionamiento aparecen a los 8 ó 9 semanas de la gestación, momento en que se verifican ya los primeros movimientos reflejos en el feto. En el nacimiento ya los grupos musculares ya realizan la función que les es primordial; el movimiento, aunque de forma automática, “anárquica” o instintiva. (Bequer G. 2000. p. 36).

Maduración del sistema nervioso. Si desde antes del nacimiento se dispone de la contracción muscular entonces, es de suponer que las diferencias existentes entre el movimiento de un niño mayor y el 36 movimiento del recién nacido no radica en los

músculos, sino en el sistema nervioso que es el que trasmite las órdenes y dirige el movimiento.

**Proliferación Dendrítica.** Las células nerviosas necesitan establecer contacto (sinapsis) con otras células para transmitir el impulso nervioso. Para ello han de manifestarse una serie de alargamientos dendritas que lo permitan. Uno de estos alargamientos es más pronunciado y se denomina axón. Todo este proceso termina alrededor del cuarto año de vida.

**Mielinización.** Establece conexión con otras neuronas es condición necesaria, pero no suficiente para la transmisión correcta de los impulsos nerviosos. Para que el estímulo nervioso sea transportado con mayor velocidad a través de los nervios es necesario que se produzca el proceso de mielinización el cual consiste en el recubrimiento de las prolongaciones o alargamientos con una vaina aislante denominada mielina. Este proceso comienza antes del nacimiento y se mantiene hasta la adolescencia (Bolaños, D y Gámez, R. 2006. p. 38)

Los principios generales de la maduración se refieren a una serie de declaraciones que describen de manera general el proceso de maduración en todos los individuos de la especie.

El principio de orden establece que la maduración es un proceso secuencial y no aleatorio, en el cual los pasos se suceden en una secuencia fija, aunque no necesariamente al mismo tiempo. Es decir, algunos pasos siempre ocurren antes que otros y no pueden ocurrir en un orden contrario.

El principio de las diferencias individuales indica que todos los individuos atraviesan la misma secuencia general de eventos en la maduración, pero la velocidad y el ritmo pueden variar enormemente de una persona a otra. Mientras que un individuo puede tomar cierto tiempo para completar un paso, otro individuo puede requerir un tiempo diferente para ese mismo paso.

El principio céfalo-caudal señala que la maduración del sistema nervioso sigue una dirección de arriba hacia abajo, desde la cabeza (céfalo) hasta la parte inferior (caudal). Esto implica que el control voluntario de la motricidad se desarrolla progresivamente desde la cabeza hacia los pies.

Principios próximos distales. Las funciones motrices maduran antes de las zonas más cercanas a la línea media del cuerpo (proximal) que las más lejanas (distales). Esto supone que el control voluntario del movimiento se efectúa antes de los músculos del tronco y partes cercanas o mediales que en los 37 extremos de los extremos corporales.

Principios de lo general a lo específico. El control de la musculatura se adquiere primero en agrupaciones, en conjuntos de músculos o en grandes grupos musculares; posteriormente, se va especificando el control para cada músculo individualmente. Principios del periodo crítico. Se dan periodos de tiempo en los que el organismo es especialmente sensible a la presencia o ausencia de algunos estímulos. Para el caso del sistema nervioso, la ausencia de actividad durante los periodos críticos puede hacer imposible puede hacerse imposibles, o disminuir, la adquisición de un patrón o destreza motora.

Es así como puede suceder que un estímulo determinado provoque efectos profundos sobre un sujeto, mientras que, en otro momento, dicho estímulo, también aplicado sobre ese mismo, apenas produzca efectos apreciables. La duración de los periodos críticos es muy variable y depende varios factores entre ellos la función concreta a que se refiere (Bolaños, D y Gámez 2006. P. 39).

Según Frostig, la educación psicomotriz proporciona un entorno natural para mejorar los procesos de asociación tanto en niños sin dificultades de aprendizaje como en aquellos con dificultades. El movimiento y la visión están estrechamente relacionados, y es común hablar de tareas visomotoras y coordinación visomotriz. Estos aspectos se consideran de gran importancia en la función sensoriomotriz y a veces se consideran los únicos relevantes desde una perspectiva educativa.



Algunos programas que se enfocan en prevenir y abordar dificultades de aprendizaje han sido influenciados en gran medida por la óptica, sin tener suficiente participación de profesionales de la educación física y el deporte.

Estos programas deben centrarse en tareas visoperceptuales y visomotoras, especialmente en la coordinación visomotriz, incluyendo ejercicios físicos y actividades perceptuales como escribir o dibujar en pizarras. Si bien es cierto que la capacidad de asociación debe desarrollarse óptimamente, es importante tener en cuenta que el movimiento no siempre está guiado por la visión.

Por ejemplo, las personas ciegas se mueven con habilidad, lo que demuestra que los estímulos cenestésicos, que se refieren a la percepción corporal interna, son incluso más importantes que la visión en la guía y ejecución de los movimientos.

La importancia de las actividades manipulativas y las coordinaciones ojo-mano, así como los movimientos corporales guiados por la visión, no se ve disminuida en absoluto por este hecho. Estas actividades deben formar parte de los programas educativos y son especialmente necesarias para niños con dificultades de aprendizaje. La visión desempeña un papel crucial en guiar la mano en casi todas las conductas. Es importante destacar que los procesos asociativos se dividen en tres categorías principales.

En primer lugar, está la asociación de diferentes percepciones como respuestas motoras, por ejemplo, en actividades visomotoras como jugar a la "rayuela" o realizar lanzamientos. También están presentes las asociaciones audio-motoras, que se utilizan para seguir instrucciones, y las asociaciones motocinestésicas, que están involucradas en todas las actividades motoras, especialmente aquellas que requieren conciencia del movimiento.

En segundo lugar, se encuentra la integración de percepciones de múltiples órganos sensoriales. Por ejemplo, trepar requiere la integración de sensaciones cenestésicas, táctiles y visuales, mientras que realizar un movimiento de danza con música requiere la integración visual, auditiva y cenestésica.

Por último, está la asociación de estímulos presentes con experiencias anteriores, lo que otorga significado a los estímulos actuales. También se incluye la asociación motora y táctil, donde los estímulos táctiles desempeñan un papel importante en la ejecución de muchos movimientos académico-cognitivos, como el calado. En actividades de este tipo, se integran estímulos cenestésicos en la percepción de la superficie. Los niños deben aprender a dirigir sus movimientos utilizando estímulos táctiles, como subir una escalera, desplazarse por una red, deslizarse por un tobogán o correr al sentir el contacto. (Bolaños, D y Gámez. 2006. pp. 174).

Procesos de aprendizaje psicomotriz.

Al educar a un niño, es importante tener en cuenta su edad y sus intereses, en lugar de enfocarse en postulados específicos o aprendizajes privilegiados o en una programación estandarizada. Se debe considerar al niño como un ser completo: solo a través de la educación integral de su ser se puede favorecer un desarrollo armonioso en todos los aspectos de su personalidad.

Desde una perspectiva educativa, la educación motriz, psicomotriz y del movimiento se concibe como una educación general del ser a través de su cuerpo, mientras que, desde una perspectiva de reeducación, se considera una acción pedagógica y psicológica que utiliza la acción corporal para mejorar o normalizar el comportamiento general del niño, facilitando el desarrollo de todos los aspectos de su personalidad.

En relación con la educación psicomotriz y otros aspectos de la educación física, la educación psicomotriz encuentra dificultades para encajar en las tradicionales condiciones de coordinación escolar, donde la educación física se considera una materia más y con una disminución progresiva de horas de dedicación. Sin embargo, se integra de manera armoniosa en las corrientes actuales de la pedagogía.

Actualmente, se pueden considerar tres aspectos de la educación física y corporal en función de diferentes campos y formas de relación: la relación consigo mismo, con el mundo de las cosas y con el mundo de los demás (como la idea de otro generalizado o el mundo social). Esta acción educativa puede abarcar diversas tonalidades, que van

desde el juego libre hasta la actividad laboral, como el entrenamiento deportivo, tanto en acciones individuales como en grupo, en equipo o en oposición unos con otros. (Bolaños, D y Gámez 2006.p. 178).

## Motricidad

El desarrollo de los patrones de movimiento está influenciado por la maduración del sistema nervioso y la evolución del tono muscular. Un buen desarrollo de las capacidades psicomotrices debería llevar a un mejor desempeño físico del niño y a un proceso de aprendizaje integral que abarque el desarrollo y utilización de todas las habilidades cognitivas, mentales y motoras. Tradicionalmente, la motricidad se ha dividido en motricidad gruesa y motricidad fina (Bolaños, D y Gámez 2006.p. 62).

La motricidad gruesa, según Gonzáles (2005), se refiere a los movimientos amplios que involucran todo el cuerpo, como gatear, caminar, saltar, entre otros. Estos movimientos requieren un control motor y ajuste postural adecuados. La postura es el patrón motor fundamental que asegura la relación entre los movimientos tanto gruesos como finos. Además, la motricidad gruesa engloba habilidades que se van desarrollando a medida que el niño crece, como trepar y correr (Vidarte, J. 2010.p.55).

## Motricidad fina.

La motricidad fina implica la capacidad de manipular objetos, ya sea utilizando toda la mano o el pie, o realizando movimientos diferenciados y precisos en grupos musculares pequeños, como los dedos.

El proceso de desarrollo de la motricidad fina se puede describir de la siguiente manera: inicialmente, en los primeros meses, se observa la presión palmar y movimientos de balanceo en la cabeza para lograr el control oculomotor.

Luego, la habilidad manipuladora se fortalece con el control del tronco en posición sentada, mejorando la presión y comenzando la actividad gráfica durante el primer año de vida, con los primeros trazos.

Posteriormente, se desarrolla la habilidad de escritura, donde inicialmente, alrededor de los dos años, se realizan trazos no representativos de manera libre, y a partir de los 3 años y medio o cuatro comienza el grafismo, que implica representar las palabras escritas de un lenguaje o idioma mediante trazos voluntarios, con o sin contenido simbólico.

Durante todo su proceso de desarrollo, los niños combinan sus habilidades motoras gruesas y finas. Estas etapas son de exploración sensorioespacial activa, donde el niño detecta muchos estímulos en su entorno y posee las habilidades motoras para explorarlos.

Dependiendo de la etapa en la que se encuentre el niño, su habilidad motora se caracterizará por movimientos rígidos y desiguales, con una base de sustentación amplia tanto en la marcha como en la carrera, en términos de su motricidad gruesa.

En el proceso de desarrollo psicomotor, el niño comienza a agarrar objetos y mover los brazos con menos frecuencia. A los dos meses, el niño abre la mano antes de agarrar el objeto debido a una falta de representación clara de los tamaños. Luego, el dedo índice se independiza de los demás y, con los dedos, el niño percibe la forma, lo que le permite generar conciencia externa y ajustar la forma de la presión en la mano. Otro aspecto importante para destacar es que el niño comienza a agarrar y soltar objetos a voluntad.

Componentes de la motricidad gruesa y fina.

A continuación, se presentan y explican los elementos que componen la motricidad:

- **Disociación:** se refiere al control suficiente para mover una o más partes del cuerpo de forma independiente. Esto permite el dominio de los elementos espaciales, el perfeccionamiento del control motor y el dominio temporal. La disociación es una muestra de un mayor dominio del control neuromuscular y se traduce en movimientos más rítmicos, ejecución más precisa, posición de los brazos y control del movimiento.

También permite una mayor liberación de los brazos con respecto al cuerpo y una Exploración de los diferentes planos del espacio.

Si se logra una disociación en los movimientos, esto indica estabilidad, es decir, es necesario que un segmento del cuerpo se mantenga estable para permitir que otro segmento se mueva. Por ejemplo, se pueden realizar diversos movimientos de hombro y antebrazo que nos permiten alcanzar objetos, variando los patrones de alcance, flexionando y estirando los brazos por encima de la cabeza, en resumen, disociando los movimientos de los brazos del tronco.

Equilibrio o estabilidad se refiere a la capacidad de tomar y mantener la posición del cuerpo contra la gravedad. Esto implica realizar ajustes y adaptaciones necesarias para mantener una posición específica, ya sea estática o dinámica.

La estabilidad es un componente fundamental del movimiento y es un requisito previo para cualquier acción motora eficiente. Debe considerarse como una parte esencial de todas las habilidades motrices fundamentales. Implica lograr y mantener el equilibrio en relación con la fuerza de gravedad cuando el cuerpo adopta diferentes posiciones, así como la capacidad de compensar rápidamente y con precisión los cambios en el equilibrio mediante movimientos corporales apropiados y controlados. El equilibrio desempeña un papel importante en el aprendizaje, ya que proporciona al niño una posición adecuada y control de su postura, lo cual contribuye a mejorar la concentración.

La educación física desempeña un papel crucial desde edades tempranas, ya que introduce al niño en la práctica de actividades que contribuyen al desarrollo de capacidades físicas, habilidades motrices y cualidades psíquicas, así como a la adquisición de conocimientos. Es por esto que el trabajo de estimulación motriz comienza desde la etapa posnatal e incluso prenatal, con el objetivo de progresar gradualmente en la experiencia motriz y cumplir con las tareas fundamentales de la educación física en la etapa preescolar. Es importante tener en cuenta que no todas las capacidades pueden ser apreciadas a corto plazo en la edad preescolar, algunas se estimulan y se trabajan de manera específica en edades más avanzadas. El

desarrollo del niño depende de sus características morfofuncionales, maduración y proceso psíquico.

Las capacidades motrices se clasifican en:

- Capacidades condicionales.
- Capacidades coordinativas.
- Capacidad de flexibilidad.

Las capacidades condicionales están determinadas por factores energéticos que se encuentran en los procesos de intercambio de sustancias en el organismo debido al trabajo físico. Son cualidades energético-funcionales del rendimiento que se desarrollan como resultado de la acción motriz consciente del alumno y al mismo tiempo son condiciones para esas acciones motrices y otras por desarrollar. Estas capacidades incluyen fuerza, resistencia y velocidad. Sin embargo, en la edad preescolar no se plantean ejercicios específicos para el desarrollo de estas capacidades, ya que se logran a largo plazo y el organismo del niño, debido a sus características anatomo-fisiológicas y psicológicas, no está completamente desarrollado. Aunque algunas acciones motoras que se llevan a cabo indirectamente condicionan su desarrollo.

La fuerza se define como la capacidad para superar o resistir una resistencia, independientemente del tiempo empleado. Un principio fundamental establece que, a mayor fuerza, mayor resistencia se puede superar. En el caso del desarrollo de la fuerza en los niños, se ha comprobado que su aumento está directamente relacionado con la coordinación en la aplicación de la fuerza.

De hecho, en los niños, la fuerza aumenta a un ritmo mucho más rápido que el crecimiento de la masa muscular. Se cree que esto se debe al incremento de habilidad y coordinación en las contracciones musculares máximas, lo que indica una correlación e interrelación entre la fuerza, la coordinación y el rendimiento motor en los niños.

Por lo tanto, el desarrollo de la fuerza supera el crecimiento muscular en términos de rapidez, lo cual se atribuye al aumento de destreza y rendimiento motor en los niños.

Velocidad.

Según Hahn (citado en op. cit. 1988) y Rojas Sánchez (citado en op. cit. 1996), la velocidad se refiere a la rapidez con la que se realiza un desplazamiento del cuerpo o de sus segmentos. Indican que la velocidad depende de los impulsos nerviosos y de factores como la viscosidad muscular, la coordinación y la rapidez de contracción de las fibras musculares. En una etapa inicial, la velocidad se adquiere de manera lenta, ya que la precisión es fundamental para el éxito de los ejercicios de velocidad, y la eficacia de la acción no se ve favorecida por la rapidez.

Solo después de esta etapa, cuando el niño ha automatizado sus movimientos, la rapidez se combina progresivamente con la precisión, y la actividad se vuelve más fácil y flexible.

En los niños en edad preescolar, los ejercicios de velocidad no deben ser una exigencia específica, ya que están en la etapa de buscar la precisión en sus movimientos. Imponerles un tiempo determinado de ejecución puede ser contraproducente para la estabilización de los mecanismos motores en desarrollo.

Según Josefa Lora, después de los 6 años, cuando la maduración nerviosa está más avanzada, el niño puede ajustar sus movimientos a un tiempo determinado, buscando regularidad en ellos sin interferir en el proceso de mecanización de ciertas acciones motrices.

Es importante considerar que cualquier exigencia que no esté acorde con el nivel de madurez del niño se reflejará en el plano motor, manifestándose en movimientos cinéticos que están en proceso de eliminación y que reaparecen como resultado de un esfuerzo que supera sus capacidades.

A partir de los 7 años, cuando el nivel de madurez permite una correcta intervención de los procesos inhibitorios y la precisión del movimiento se ajusta más al objetivo, el

niño puede comenzar a desarrollar sistemáticamente la velocidad en sus movimientos y responder corporalmente a un ritmo impuesto o establecido por él mismo.

En la etapa preescolar, el desarrollo de la capacidad de velocidad se puede observar en la realización de juegos de persecución. Es importante destacar que, además de desarrollar la velocidad, estos juegos también contribuyen al desarrollo de otras capacidades físicas.

Resistencia.

Según Hegedus, la resistencia está estrechamente relacionada con la fatiga y representa la capacidad de un individuo para mantener un esfuerzo durante el mayor tiempo posible. La resistencia conlleva un proceso progresivo de intoxicación de los músculos que afecta tanto al sistema nervioso como a la capacidad funcional general cuando se alcanza un nivel máximo de fatiga.

Los sistemas respiratorio y circulatorio se ven fuertemente comprometidos debido a la repetición sostenida de un esfuerzo activo, como en carreras de larga duración o la repetición prolongada de una acción.

En esta etapa inicial de crecimiento y desarrollo, el organismo experimenta una transformación constante no solo en su morfología general, sino también en la maduración de sus órganos, lo que requiere una cuidadosa orientación de los ejercicios que involucran el esfuerzo prolongado del niño.

Capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son habilidades sensoriomotoras consolidadas que se aplican de manera consciente en la dirección de los movimientos que componen una acción motriz con un propósito específico.

Estas capacidades se caracterizan principalmente por el proceso de regulación y dirección de los movimientos, y se interrelacionan con las habilidades motrices. Al igual que todas las capacidades humanas, las capacidades coordinativas son innatas y se



desarrollan sobre la base de las propiedades funcionales del organismo humano al enfrentarse diariamente al entorno.

Están relacionadas con las cualidades o características del cuerpo que hacen posible el movimiento y, a su vez, se ven favorecidas en su desarrollo a través de la práctica del movimiento.

Piaget e Inhelder (1982), reconocidos en el ámbito de la Psicología Infantil, han destacado la estrecha relación entre la actividad cognitiva y la actividad motriz a lo largo de todas las etapas del desarrollo.

También se ha establecido una conexión con el sistema nervioso, el cual provoca la contracción de los músculos y genera la coordinación necesaria para los movimientos ejecutados por el individuo.

Se sostiene que el gateo desempeña un papel fundamental en el desarrollo motor y la coordinación muscular y nerviosa desde temprana edad. El movimiento constituye una expresión interna del propio cuerpo y conlleva una vivencia de interacción con el entorno que nos rodea.

En cuanto a las áreas relacionadas con la motricidad, se pueden mencionar:

1. Esquema corporal: Según Bowder (1972), se refiere al conocimiento y la relación mental que una persona tiene con su propio cuerpo. El desarrollo de esta área permite a los niños identificarse y conocer su cuerpo, expresarse a través de él y utilizarlo como medio de contacto. Además, sirve como base para el desarrollo de otras áreas y el aprendizaje de nociones espaciales y direccionales, como adelante-atrás, adentro-afuera y arriba-abajo, que están relacionadas con su propio cuerpo.
2. Condemarin (1994) explica que el término "esquema corporal" se refiere a la adaptación automática de las partes óseas y la tensión y relajación de los músculos necesarios para mantener una posición, moverse sin caerse y manipular objetos de manera eficiente. El desarrollo del esquema corporal

ocurre a medida que el niño aprende a mantener posiciones voluntariamente, moverse, gatear, ponerse de pie, caminar y adaptar automáticamente sus partes óseas para mantener el equilibrio mientras su cuerpo cambia de posición o se mueve. Los trastornos del esquema corporal incluyen dificultades con la lateralidad y la direccionalidad. Muchos niños con dificultades de aprendizaje no pueden distinguir entre la derecha y la izquierda. Por ejemplo, pueden tener dificultades para mover la mano derecha y la pierna izquierda al mismo tiempo. Estos trastornos se abordan especialmente mediante procedimientos que aumentan la conciencia del niño sobre los cambios, adaptaciones y regulaciones posturales. Si un niño es consciente de su postura y movimientos, puede adaptarse más fácilmente a diversas tareas y manejar el yo frente a situaciones concretas, además de tomar conciencia de la posición de su cuerpo.

En cuanto a la lateralidad, Kephard (1976) señala que su desarrollo permite comprender las diferentes partes del cuerpo y su totalidad. Al principio, no se debe forzar al alumno a utilizar una parte del cuerpo en detrimento de la otra, ya que esto podría retrasar su capacidad de aprendizaje. Un niño puede presentar ambidextrismo, es decir, un uso indefinido de una u otra parte del cuerpo. En este caso, se debe favorecer el uso de la mano derecha, ya que es mayoritariamente preferido por la cultura. La lateralidad se basa en la organización de esquemas de acción a partir de la asimetría corporal. La práctica deportiva debe caracterizarse por la variabilidad y diversidad de movimientos, sin imponer el uso de una parte del cuerpo en detrimento de la otra. El proceso educativo comienza con la identificación de la lateralidad a través de diferentes pruebas para luego centrarse, si es necesario, en el proceso cronológico de corrección, la consolidación y el desarrollo sensorial en funciones de codificación y descodificación cerebral de la información.

Existen diferentes tipos de lateralidad que se pueden identificar.

La lateralidad homogénea afirmada se presenta cuando el dominio de la mano, el pie, el ojo y el oído corresponde al mismo lado del cuerpo, ya sea derecho o izquierdo. Por otro lado, la lateralidad cruzada se manifiesta cuando la mano, el pie, la vista y el oído predominante no corresponden al mismo lado. En el caso del ambidextrismo, no hay una manifestación clara de dominancia en ningún lado. Por último, la lateralidad contrariada se refiere al uso preferente de la mano derecha en niños zurdos, lo cual indica que la lateralidad funcional no coincide con la lateralidad neurológica.

En el proceso de lateralización, se destaca la importancia del componente perceptivo sobre el motor. Además, los patrones de organización espacio-temporal también juegan un papel relevante. Es fundamental que la lateralidad sea homogénea y esté bien definida, y en los casos en los que esto no ocurra, se debe trabajar en la reeducación.

Una lateralidad bien definida brinda al niño una experiencia profunda de la orientación lateral de su propio cuerpo. Además, influye de manera significativa en todos los procesos de aprendizaje relacionados con la lectura y la escritura, dado que se asume una orientación de izquierda a derecha.

El equilibrio se define como la capacidad de mantener la estabilidad durante la ejecución de diversas actividades motrices, según lo planteado por Wollocott y Shumway-Cook (2002). Este aspecto se desarrolla a través de una relación ordenada entre el esquema corporal y el entorno externo. Implica realizar ajustes y adaptaciones necesarios para mantener una posición específica, ya sea estática o dinámica.

Al trabajar esta habilidad motora, es importante verificar que el niño no presente dificultades anatómo-fisiológicas, como deficiencias vestibulares, pie plano, baro o valgo, entre otras. Asimismo, se requiere mantener una motivación constante para que los movimientos se realicen dentro de los tiempos establecidos. Se recomienda comenzar con posiciones sencillas y luego progresar hacia posiciones más complejas, según las respuestas y adaptación de los niños.

Según Gómez (2004), el equilibrio es un componente del sentido propioceptivo que permite percibir y ubicar la postura correcta de los diferentes segmentos del cuerpo en relación con su centro de gravedad y, a su vez, con su base de sustentación. El equilibrio desempeña un papel fundamental en el desarrollo neuropsicológico del niño, siendo un paso clave para todas las acciones coordinadas e intencionadas que sustentan el aprendizaje motor.

La estructuración espacial, según Liliam Lurcant, se refiere a la capacidad del niño para mantener una constante localización de su cuerpo en relación con los objetos en el espacio, así como para colocar esos objetos en función de su posición. También implica la habilidad para organizar y disponer elementos en el espacio, el tiempo o ambos a la vez. Las dificultades en esta área pueden manifestarse en la escritura o en la confusión entre letras.

Algunos autores destacan su importancia como objetivo a abordar en actividades, especialmente aquellas relacionadas con la educación psicomotriz y el esquema corporal. Se observa que el niño organiza su espacio de acción en base a objetos fijos que sirven como puntos de referencia. Cada objeto estructura el espacio que lo rodea, y el lenguaje permite definir las relaciones de posición con relación a ellos, como encima-debajo, delante-detrás, al lado y alrededor.

Según Engelmayer, las representaciones espaciales desarrolladas por el niño son el resultado de sus numerosas experiencias en contacto con el entorno que lo rodea, adquiridas a través del tacto, el gateo y el caminar, es decir, a partir de su dominio del espacio. El movimiento del niño desempeña un papel fundamental para afianzar su conciencia del espacio. Con el gateo, la marcha y luego la carrera, el niño explora el espacio en profundidad y las relaciones espaciales, como adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, lejos-cerca, se vuelven cada vez más definidas.

Según Frostig (1987), las nociones de tiempo y ritmo se desarrollan a través de movimientos que implican un cierto orden temporal. Esto permite adquirir conceptos temporales como rápido y lento, así como la orientación temporal de antes y después. La estructuración temporal está estrechamente relacionada con el espacio y la

conciencia de los movimientos. Para lograr la coordinación de tiempo y ritmo, es necesario sincronizar los movimientos de diferentes partes del cuerpo. Es importante tener en cuenta que las niñas tienden a tener mejores habilidades para desarrollar esta coordinación.

Su característica principal es un movimiento suave, eficaz y preciso. Antes de abordar la coordinación, es importante evaluar el mecanismo postural y los reflejos del niño. La coordinación está relacionada tanto con el tiempo como con el espacio, por lo que los estímulos deben presentarse en intervalos de tiempo programados y en espacios marcados que faciliten el buen rendimiento del niño.

La capacidad compleja se subdivide en aprendizaje motor y agilidad, aunque no es necesario entrar en detalles sobre cada una, ya que son productos de habilidades coordinativas. La agilidad se define como la capacidad de iniciar, cambiar de dirección o ajustar rápidamente una posición corporal.

Se desarrolla a través de actividades que provocan cambios en la altura y dirección del cuerpo. Implica la habilidad de moverse eficientemente en el espacio mediante una combinación efectiva de coordinación y fuerza.

La agilidad es especialmente importante en disciplinas deportivas, ya que permite cambiar de posición con habilidad y precisión, manteniendo el equilibrio y redirigiendo el movimiento. (Bolaños, D. y Gámez, R., 2006, p. 137).

La coordinación y el ritmo, según Manno (1991), son características inherentes a todo movimiento. El ritmo es fundamental para la coordinación y se considera una parte integral de esta capacidad.

Los movimientos básicos que requieren coordinación y ritmo, como saltar, golpear o realizar pasos de danzas folclóricas, se practican con frecuencia al compás de la música. Los ejercicios destinados al desarrollo de la coordinación y el ritmo implican la sincronización del movimiento, ya sea mediante el ritmo interno natural e individual o

mediante la música u otros sonidos. Los ejercicios en los cuales cada niño sigue su propio ritmo interno son de gran importancia. (Vidarte, A., 2010, p. 82).

#### La capacidad de movilidad o flexibilidad

Se refiere a la habilidad de realizar una amplia gama de movimientos variados y alcanzar máximos desplazamientos de las articulaciones, sin estar relacionada con las capacidades coordinativas y condicionales.

La flexibilidad tiene como objetivo principal brindar elasticidad a los músculos para favorecer el movimiento articular. Los ejercicios recomendados incluyen tanto acciones activas como movimientos de estiramiento, enfocándose en la movilidad articular y el estiramiento.

Algunas actividades posibles son estiramientos mediante ejercicios o movimientos pasivos (realizados mediante fuerzas externas) y movimientos activos (generados por la propia fuerza de contracción muscular de forma voluntaria). Estas modalidades de actividades pueden variar entre movimientos forzados con resistencia, algunos más libres y relajados. (Bequer, G., 2000, p. 46).

Según Viscarro, T. (1994), el desarrollo de la conciencia corporal se puede lograr mediante ejercicios realizados con música u otros ritmos externos. El objetivo de este tipo de educación es lograr precisión en las pausas, el ritmo y la duración de los movimientos. (Torres, J., 2008).

Las 5 habilidades psicomotrices gruesas se pueden definir de la siguiente manera:

A) En el concepto de "psicomotricidad", se integran las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotrices en la capacidad de ser. Esta concepción da lugar a diferentes formas de intervención psicomotriz aplicables en contextos preventivos, educativos, reeducativos y terapéuticos. La psicomotricidad se enfoca en el desarrollo de las habilidades motoras, expresivas y creativas a partir del cuerpo, abarcando disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, entre otros aspectos. (Berruelo, 1995).

B) La "motricidad" se define como el conjunto de funciones nerviosas y musculares que permiten la movilidad y coordinación de los miembros, así como el movimiento y la locomoción. Los movimientos se realizan mediante la contracción y relajación de grupos musculares específicos. Los receptores sensoriales de la piel y los receptores propioceptivos de los músculos y tendones informan a los centros nerviosos sobre el desarrollo adecuado del movimiento o la necesidad de ajustarlo. Los principales centros nerviosos involucrados en la motricidad son el cerebelo, los cuerpos estriados (pallidum y putamen) y varios núcleos talámicos y subtalámicos. El córtex motor, ubicado en la parte frontal de la cisura de Rolando, también desempeña un papel fundamental en el control de la motricidad fina. La motricidad se puede clasificar en motricidad fina y motricidad gruesa. (Ruiz et al., 1997).

C) La "motricidad gruesa" o "global" se refiere al control de los movimientos musculares generales del cuerpo, también conocidos como movimientos en masa, que permiten al niño pasar de la dependencia absoluta a moverse de forma autónoma. Estos movimientos incluyen el control de la cabeza, sentarse, girar sobre sí mismo, gatear, mantenerse de pie, caminar, saltar y lanzar una pelota. El control motor grueso es un hito en el desarrollo de un bebé, ya que le permite refinar los movimientos descontrolados, aleatorios e involuntarios a medida que su sistema neurológico madura. A medida que se desarrolla el control motor grueso, el niño pasa a desarrollar un control motor fino, perfeccionando movimientos pequeños y precisos. La motricidad gruesa está relacionada con el sistema nervioso, que provoca la contracción de los músculos y genera coordinación en los movimientos ejecutados por el individuo. Se ha observado que el gateo es fundamental para un buen desarrollo de la motricidad en la infancia, ya que contribuye a una mejor coordinación muscular y del sistema nervioso. (Garza Fernández, F., 1978).

Los beneficios de las habilidades psicomotrices gruesas se respaldan en diversos estudios nacionales e internacionales que demuestran cómo el ejercicio físico contribuye al desarrollo integral de los niños, reduciendo el riesgo de sobrepeso y obesidad. Al participar en clases de educación física y realizar actividades físicas y lúdicas, los niños crecerán de manera más saludable. Esto se debe a que fortalecerán

sus músculos y huesos, lo que a su vez disminuirá el riesgo de sufrir lesiones. Además, la actividad física y las habilidades psicomotrices gruesas desempeñan un papel importante en el aprendizaje y el desarrollo cognitivo, brindando a los niños un mejor conocimiento del entorno. Asimismo, al desarrollar su equilibrio y coordinación, lograrán movimientos mucho más complejos (FERREIRO, R., 1984, p.250).

Por otro lado, los problemas relacionados con las habilidades psicomotrices gruesas pueden ser graves en los niños, ya que no solo afectan su condición física, sino también su desarrollo psicológico y social. La capacidad motora, es decir, la capacidad de moverse influye en la mayoría de las actividades humanas. Cualquier movimiento, por más simple que sea, se basa en procesos complejos en el cerebro que controlan la interacción y ajuste preciso de ciertos músculos. Cuando un niño presenta un deterioro en este desarrollo, se habla de problemas de motricidad, los cuales pueden tener consecuencias significativas.

Estos problemas pueden provocar consecuencias graves en los niños, ya que un niño que no se está desarrollando adecuadamente para su edad puede ser objeto de burlas por parte de otros niños en la escuela, lo que afectará su confianza y autoestima. Esto puede generar estrés emocional y manifestarse en comportamientos agresivos o dificultades de aprendizaje. Para romper este círculo vicioso, es necesario contar con el apoyo y la ayuda de expertos. Los tratamientos ajustados tienen como objetivo posicionar correctamente los movimientos corporales (González, V., 1983, p.243).



## 3.2 propuesta de intervención

El desarrollo psicomotor en la etapa preescolar juega un papel fundamental en el crecimiento integral de los niños, ya que influye en su capacidad para explorar el entorno, adquirir habilidades físicas y cognitivas, así como en su desarrollo socioemocional. Esta propuesta de intervención tiene como objetivo mejorar la ejecución del desarrollo psicomotor en los niños en edad preescolar, proporcionando un enfoque centrado en actividades lúdicas y educativas.

Objetivos de la intervención:

1. Promover el desarrollo de habilidades motoras gruesas y finas en los niños preescolares.
2. Mejorar la coordinación, equilibrio y destreza física de los niños.
3. Estimular el desarrollo cognitivo a través de actividades que involucren la motricidad.
4. Fomentar la socialización y el trabajo en equipo a través de juegos y actividades físicas.
5. Potenciar la autoestima y confianza en sí mismos de los niños a través de logros en el ámbito psicomotor.

Estrategias de intervención:

1. Diseño de un plan de actividades psicomotoras adecuadas a la edad y nivel de desarrollo de los niños preescolares.
2. Incorporación de juegos y actividades lúdicas que promuevan el desarrollo de habilidades motoras gruesas, como correr, saltar, trepar y lanzar.
3. Implementación de ejercicios de equilibrio y coordinación, como caminar en línea recta, mantener el equilibrio en una pierna y realizar movimientos coordinados con brazos y piernas.

5. Realización de actividades grupales que fomenten la colaboración y el trabajo en equipo, como juegos de relevos, circuitos y bailes en grupo.

6. Evaluación continua del progreso individual de cada niño y adaptación de las actividades en función de sus necesidades y capacidades.

### 3.3 Evidencias trabajo de campo

<b>Área de desarrollo personal y social:</b> Educación física			
<b>Organizador curricular 1:</b> Competencia Motriz.		<b>Organizador curricular 2:</b> Desarrollo de la motricidad.	
<b>Propósito general:</b> Emplear su creatividad para solucionar de manera estratégica situaciones que se presentan en el juego, establecer formas de interacción motriz y convivencia con los demás, y fomentar el respeto por las normas y reglas		<b>Propósito específico:</b> Tomen conciencia de las posibilidades de expresión, movimiento, control y equilibrio de su cuerpo, así como de sus limitaciones; practiquen acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable	
<b>Aprendizaje esperado:</b> Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos.			
<b>Modalidad:</b> Secuencia didáctica		<b>Estrategia:</b> Aprendizaje a través del juego	
<b>Tiempo:</b> 40 minutos	<b>Espacio:</b> Patio	<b>Organización del grupo:</b> Individual	
<b>Actividades para iniciar el día:</b> Saludo con guiñol y canción "Hola, ¿Cómo estás?"		<b>Actividades permanentes:</b> Pase de lista Colocar fecha Lavado de manos	<b>Actividades de apoyo:</b> Promotor de artes Promotor de educación física Promotor de salud USAER
<b>Secuencia didáctica "Semáforo"</b>		<b>Secuencia didáctica "Círculo locomotor"</b>	
<b>Inicio:</b> Salir al patio para realizar un calentamiento previo a la actividad, haciendo junto con ellos los ejercicios para un mejor resultado, dando indicaciones a los alumnos como, mover cabeza de un lado a otro, levantar brazos uno por uno a la vez, mover el tobillo derecho y después el tobillo izquierdo, mover cadera, marchar en su lugar, tocar el piso con las manos y saltar, después con la canción "El monstruo de la laguna" terminamos la fase de calentamiento. <b>Desarrollo:</b> Indicar a los alumnos que se deben desplazar por el patio de acuerdo con la indicación, por ejemplo, caminar por el patio con pasos de gigantes (pasos		<b>Inicio:</b> Salir al patio para realizar un calentamiento previo a la actividad, haciendo junto con ellos los ejercicios para un mejor resultado, dando indicaciones a los alumnos como, mover cabeza de un lado a otro, levantar brazos uno por uno a la vez, mover el tobillo derecho y después el tobillo izquierdo, mover cadera, marchar en su lugar, tocar el piso con las manos y saltar, después con la canción "El monstruo de la laguna" terminamos la fase de calentamiento. <b>Desarrollo:</b> Previamente se coloca el circuito de locomoción, el cual consiste en formar a los alumnos en equipos de 4, cada equipo se identifica con un color, azul,	

<p>grandes), desplazarse por el patio como rana (Salto desde abajo), desplazarse a la velocidad de un caracol (caminar lento), etc.</p> <p>Se indica que se tomen de las manos y formen un círculo, se suelten y se sienten para darles las indicaciones del juego "semáforo" el cual consiste en que cuando diga verde deben correr, amarillo deben caminar y rojo no se deben mover.</p> <p>Variantes: Caminar al ritmo del pandero, al dejar de sonar el pandero hacer alto y saltar.</p> <p>Caminar al ritmo del silbato al dejar de sonar hacer alto y lanzar la pelota hacia arriba.</p> <p>Por parejas caminar al ritmo del pandero al dejar de sonar hacer alto y lanzar la pelota al frente.</p> <p>Al escuchar el sonido del pandero por parejas pasar la pelota por atrás de la espalda al compañero.</p> <p>Al escuchar el pandero caminar al dejar de sonar en parejas poner la pelota en el estómago de ambos y llevarla hasta la meta, después espalda con espalda, frente con frente, etc.</p> <p><b>Cierre:</b> Para finalizar antes del ejercicio de relajación los alumnos se colocan en niños en un escalón que será la tierra, y la parte de abajo será el agua, al escuchar patos al agua el niño tendrá que saltar hacia el agua, el que no lo haga sale del juego a auxiliar al profesor en la actividad. Después en círculo hacemos ejercicios de estiramientos y relajación.</p>	<p>naranja, verde, rojo, color que les ayuda a identificar el camino que debe seguir y con ayuda de imágenes van a saber que ejercicio deben ejecutar.</p> <p>Formados se indica que el primer ejercicio que se debe realizar es en la colchoneta deben de llegar a la siguiente fase reptando, llegando se ponen de pie y deben pasar saltando con los pies juntos de un aro a otro hasta llegar a la siguiente fase, llegando pasa a la zona de conos, toma una pelota del color que le corresponde para poder ir caminando con los talones en zigzag y la pelota en la mano sin caerse, si se cae la pelota regresa al inicio de los conos, al llegar a la línea de meta debe lanzar la pelota para que se quede en la caja correspondiente de su color, regresa corriendo a su fila para darle la mano a su compañero y repetir el circuito hasta que pasen todos.</p> <p><b>Cierre:</b> Para finalizar se realiza ejercicio de relajación estirando el cuerpo en diferentes posiciones, por ejemplo, estirar las manos lo más que puedan, tocar con los dedos las puntas de los pies, abrir el compás y estiramos lateralmente, seguimos con ejercicio de respiración, inhalamos y exhalamos durante tres tiempos, para cerrar bailamos "el baile de los pingüinos" para relajar el cuerpo y evitar lesiones.</p>
<p><b>Indicador de Evaluación (Niveles de dominio):</b></p> <p><b>Destacado:</b> Realiza movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.</p> <p><b>En proceso:</b> Realiza algunos de los movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.</p> <p><b>Requiere apoyo:</b> Requiere ayuda para realizar movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.</p>	
<p><b>Recursos:</b> 6 conos de cada color (Azul, verde, naranja y rojo) Silbato Pelotas</p>	<p><b>Evidencias:</b> fotografías de la ejecución de los ejercicios.</p>

## Cuadro de planificación de los ejercicios de desplazamiento



Figura ejercicios de desplazamiento en circuito

Área de desarrollo personal y social: Educación física			
<b>Organizador curricular 1:</b> Competencia Motriz		<b>Organizador curricular 2:</b> Desarrollo de la motricidad.	
<b>Propósito general:</b> Emplear su creatividad para solucionar de manera estratégica situaciones que se presentan en el juego, establecer formas de interacción motriz y convivencia con los demás, y fomentar el respeto por las normas y reglas.		<b>Propósito específico:</b> Tomen conciencia de las posibilidades de expresión, movimiento, control y equilibrio de su cuerpo, así como de sus limitaciones; practiquen acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable.	
<b>Aprendizaje esperado:</b> Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos.			
<b>Modalidad:</b> Secuencia didáctica		<b>Estrategia:</b> Aprendizaje a través del juego.	
<b>Tiempo:</b> 40 minutos	<b>Espacio:</b> Patio	<b>Organización del grupo:</b> Individual	
<b>Actividades para iniciar el día:</b> Pase de lista Colocar fecha Saludo		<b>Actividades permanentes:</b> Relajación muscular A favor de la lectura Gimnasia cerebral	<b>Actividades de apoyo:</b> Promotor de artes Promotor de educación física Promotor de salud USAER
<b>*equilibrio y malabares*</b>			
<b>Inicio:</b> Salir al patio para realizar un calentamiento previo a la actividad, haciendo junto con ellos los ejercicios para un mejor resultado, dando indicaciones a los alumnos como, mover cabeza de un lado a otro, levantar brazos uno por uno a la vez, mover el tobillo derecho y después el tobillo izquierdo, mover cadera, marchar en su lugar, tocar el piso con las manos y saltar, después con la canción "El monstruo de la laguna" terminamos la fase de calentamiento.			
<b>Desarrollo:</b> "Hacia la espalda". El alumno lanza la pelota con una mano, desde el frente, hacia la otra mano que la recibirá por atrás.			
"La giro, lanzo y detengo". El alumno gira la pelota en la mano, la lanza hacia arriba y la detiene.			
"Lanzo, corro, giro y atrapo". El niño lanza la pelota hacia arriba y se desplaza realizando un giro para poderla atrapar antes de que caiga.			

La atrapo sentado, hincado, acostado". El alumno lanza la pelota y la atrapa en diferentes posiciones.	
<b>Cierre:</b> Para finalizar se realiza ejercicio de relajación estirando el cuerpo en diferentes posiciones, por ejemplo, estirar las manos lo más que puedan, tocar con los dedos las puntas de los pies, abrir el compás y estiramos lateralmente, seguimos con ejercicio de respiración, inhalamos y exhalamos durante tres tiempos, para cerrar bailamos "el baile de los pingüinos" para relajar el cuerpo y evitar lesiones.	
<b>Indicador de Evaluación (Niveles de dominio):</b>	
<b>Destacado:</b> Realiza movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.	
<b>En proceso:</b> Realiza algunos de los movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.	
<b>Requiere apoyo:</b> Requiere ayuda para realizar movimientos para el desarrollo de su locomoción, manipulación y estabilidad.	
<b>Recursos:</b> Banderas Listón Aros Conos Obstáculos	<b>Evidencias:</b> Fotografía realizando la actividad

Cuadro de planificación de ejercicios de equilibrio y trabajo en equipo



Figura de ejecución de ejercicios de equilibrio

### **3.4 Interpretación de resultados**

Los siguientes resultados fueron favorables de las propuestas de intervención para evaluar los ejercicios del desarrollo psicomotor en el segundo grado grupo “c” del Jardín de Niños Diego Rivera:

1. Mejora en las habilidades motoras: Los niños que participan en la intervención pueden experimentar un desarrollo y mejora significativa en sus habilidades motoras, como el equilibrio, la coordinación, la destreza manual y la locomoción. Esto les permite desenvolverse de manera más efectiva en actividades físicas y cotidianas.

2. Desarrollo de la conciencia corporal: A través de los ejercicios de desarrollo psicomotor, los niños pueden desarrollar una mayor conciencia de su propio cuerpo, incluyendo su postura, movimientos y capacidades. Esto les ayuda a comprender mejor cómo interactuar con su entorno y utilizar su cuerpo de manera eficiente.

3. Estimulación cognitiva: La ejecución de ejercicios del desarrollo psicomotor implica la integración de habilidades motoras y cognitivas. Al involucrar a los niños en actividades que requieren pensamiento estratégico, resolución de problemas y toma de decisiones, se promueve el desarrollo cognitivo y la capacidad de atención.

4. Fomento de la autonomía y la confianza: A medida que los niños logran dominar diferentes ejercicios y experimentan mejoras en sus habilidades motoras, desarrollan un sentido de autonomía y confianza en sí mismos. Se sienten capaces de enfrentar desafíos físicos y se vuelven más seguros en su capacidad para realizar diversas tareas.

5. Mejor integración social: La intervención en el desarrollo psicomotor en preescolar también puede tener un impacto positivo en la interacción social de los niños. Al participar en actividades físicas en grupo, se fomenta la cooperación, el juego colaborativo y el respeto mutuo. Esto contribuye a fortalecer las habilidades sociales y promover un ambiente inclusivo.

6. Estimulación emocional: Los ejercicios del desarrollo psicomotor pueden brindar oportunidades para que los niños expresen y regulen sus emociones. A través del movimiento y la actividad física, pueden liberar tensiones, experimentar alegría y diversión, y desarrollar una mayor conciencia de su bienestar emocional.

En general, fue una propuesta de intervención exitosa en la ejecución de ejercicios del desarrollo psicomotor en preescolar puede llevar a resultados positivos en el desarrollo integral de los niños, promoviendo su crecimiento físico, cognitivo, emocional y social.

### **3.5 Recursos**

Durante la ejecución de las propuestas, se utilizaron diversos recursos que desempeñaron un papel fundamental en el proceso de aprendizaje y estimulación de los niños. Estos recursos incluyeron conos, pelotas, cuerdas, colchonetas, globos y aros, cada uno de los cuales ofreció oportunidades únicas para el desarrollo físico y cognitivo de los niños.

Los conos fueron utilizados como marcadores visuales y obstáculos para promover el desarrollo de habilidades de equilibrio, coordinación y precisión motora. Los niños participaron en actividades como el equilibrio sobre un pie alrededor de los conos, el salto sobre ellos o el recorrido de un laberinto diseñado con conos. Estas actividades ayudaron a mejorar la orientación espacial, el control del cuerpo y la concentración de los niños.

Las pelotas, por su parte, se utilizaron para desarrollar habilidades de lanzamiento, recepción, golpeo y control motor. Los niños participaron en juegos de lanzamiento y recepción de pelotas, tanto individuales como en grupo, lo que les permitió mejorar su coordinación ojo-mano, su precisión y su capacidad de reaccionar ante estímulos visuales.

Las cuerdas fueron empleadas para actividades de saltos, movimientos de balanceo y juegos de coordinación. Los niños se divirtieron saltando a la comba en diferentes ritmos y direcciones, lo que ayudó a mejorar su equilibrio, resistencia y coordinación motora. Además, realizaron movimientos de balanceo y trepa utilizando cuerdas, lo que fomentó el desarrollo de la fuerza muscular y la motricidad global.

Las colchonetas brindaron una superficie segura y acolchada para realizar ejercicios de equilibrio, saltos y movimientos corporales. Los niños pudieron practicar equilibrio sobre una colchoneta, realizar volteretas y saltos, lo que contribuyó a mejorar su confianza, coordinación y control postural.



Los globos se utilizaron para juegos de lanzamiento, golpeo y seguimiento visual. Los niños participaron en actividades como mantener el globo en el aire con diferentes partes del cuerpo, golpearlo con las manos o seguir su trayectoria visualmente. Estas actividades ayudaron a mejorar la coordinación ojo-mano, la concentración y la capacidad de seguimiento visual de los niños.

Finalmente, los aros se emplearon como marcadores y obstáculos en actividades de equilibrio, saltos y movimientos corporales. Los niños realizaron actividades como saltar dentro y fuera de los aros, caminar o correr en línea recta o zigzag a través de ellos, lo que contribuyó al desarrollo de la coordinación motora, la planificación espacial y la orientación corporal.

En resumen, la utilización de conos, pelotas, cuerdas, colchonetas, globos y aros durante la intervención para el desarrollo psicomotor proporcionó a los niños una variedad de experiencias motrices, estimulando su equilibrio, coordinación, fuerza, resistencia y habilidades perceptivo-motoras. Estos recursos permitieron una aproximación lúdica y creativa al aprendizaje, promoviendo un ambiente de diversión y motivación que facilitó el desarrollo integral de los niños.

### 3.6 Cronograma

FASES	OBJETIVO	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
OBSERVACIÓN	Identificar las fortalezas, dificultades, destrezas para realizar la planificación de las actividades	Observación de la ejecución de ejercicios básicos	Materiales Lista de observación	Agosto - Septiembre
PLANIFICACIÓN	Diseñar la guía de ejercicios físicos básicos	-Búsqueda de información de los ejercicios físicos básicos. -Selección de los ejercicios físicos básicos. Estructuración de los ejercicios físicos básicos	Tecnológicos Computador Textos	Septiembre
EJECUCIÓN	Proporcionar a los niños experiencias motrices enriquecedoras que les permitan desarrollar habilidades básicas fundamentales	Circuitos de equilibrio, coordinación, lanzamiento, trabajo en equipo.	Materiales Conos Pelotas Aros Cuerdas Globos Colchonetas	Octubre - Abril
EVALUACIÓN	Monitorear la ejecución de los ejercicios y avance desde la etapa de observación	Circuito general donde estén involucrados todos los ejercicios	Materiales Conos Pelotas Aros Cuerdas Globos Colchonetas	Mayo – Junio

## CONCLUSIONES

El desarrollo psicomotor en preescolar es esencial para el crecimiento y bienestar integral de los niños. Esta propuesta de intervención, basada en actividades lúdicas y educativas, tiene como objetivo mejorar la ejecución del desarrollo psicomotor en los niños preescolares, promoviendo su desarrollo físico, cognitivo, socioemocional y sensorial. Se espera que esta intervención pueda ser implementada de manera efectiva por los docentes y padres de familia, brindando a los niños las herramientas necesarias para su desarrollo pleno y saludable.

Las fichas de observación revelan datos positivos cuando se aplican adecuadamente ejercicios básicos acordes a la edad cronológica de los niños. Estos datos se obtienen al observar el aprendizaje y el dominio corporal y motor de los niños durante la realización de diversas actividades físicas propuestas por el docente.

Es evidente la falta de programación y desconocimiento en la implementación de ejercicios y actividades lúdicas que promueven el desarrollo de habilidades motoras. Esta falta de aplicación adecuada se refleja en un bajo desarrollo motor de los niños en la entidad educativa.

Actualmente, no se están aplicando de manera constante y adecuada las actividades lúdicas y ejercicios físicos básicos, los cuales son de gran importancia para fomentar el desarrollo intelectual y físico en los niños. Estos ejercicios constituyen la base fundamental del desarrollo motor en estas edades.

Los resultados de esta investigación evidencian que los docentes tienen un dominio limitado en el manejo adecuado de las habilidades psicomotrices a través de actividades lúdicas o ejercicios, los cuales son clave para el desarrollo de la inteligencia y la formación motriz.

Los resultados de la hipótesis demuestran que los ejercicios físicos básicos contribuyen al desarrollo de las destrezas y habilidades motoras en los niños en edad

preescolar, siempre y cuando se seleccionen correctamente según la edad de los niños de preescolar.

## BIBLIOGRAFÍA

Berruezo, Pedro P., Y Otros El Cuerpo, El Desarrollo Y La Psicomotricidad. Revista De Estudios Y Experiencias. Nº 49 Vol. 1. España. 1995.

Lázaro L.; Alfonso. El Equilibrio Humano: Un Fenómeno Complejo. Ed.

Paidós, Buenos Aires Argentina 1995. 250 P.

Secretaría De Educación Pública. Programa De Educación Preescolar. Ed. Sep. México 2004. 143 P.

Vayer, P. Educación Psicomotriz, El Dialogo Corporal, Ed. Científico- Médica... Barcelona, 1969. 250 P

Aldaz Tania, Onofre Martha, Castro Iván. Manual De La Modalidad: Creciendo Con Nuestros Hijos. Quito. 2005

Asociación Mundial De Educadores Infantiles. Maestria De Educacion Infantil.

Bequer Diaz Gladys La Motricidad En La Edad Preescolar. Colombia.2000

Bolaños Diego Fernando Desarrollo Motor, Movimiento E Iteracción. Colombia.2010.

Caillois, Roger. Ambito Escolar, Aspecto Curricular Y Actuacion Práctica. Barcelona (España). 1986

Caspersen, Powell Y Christenson .La Actividad Física, El Ejercicio Y La Aptitud Física: Definiciones Y

Distinciones Para La Investigación Relacionada Con La Salud. Usa.1985

## **ANEXOS**

<b>DESARROLLO FÍSICO Y SALUD</b>		
<b>ASPECTOS EN LOS QUE SE ORGANIZA EL CAMPO FORMATIVO</b>		
<b>COMPETENCIAS</b>	<b>COORDINACIÓN, FUERZA Y EQUILIBRIO</b>	<b>PROMOCIÓN DE LA SALUD</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Mantiene el control de movimientos que implican fuerza, velocidad y flexibilidad en juegos y actividades de ejercicio físico.</li> <li>□ Utiliza objetos e instrumentos de trabajo que le permiten resolver problemas y realizar actividades diversas.</li> </ul>

EJES PEDAGÓGICOS					
LA CORPOREIDAD COMO EL CENTRO DE LA ACCIÓN EDUCATIVA EL PAPEL DE LA MOTRICIDAD Y LA ACCIÓN MOTRIZ LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA ESCUELA EL TACTO PEDAGÓGICO Y EL PROFESIONAL REFLEXIVO VALORES, GENERO E INTERCULTURALIDAD					
ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN					
LUDO Y SOCIOMOTRICIDAD PROMOCIÓN DE LA SALUD COMPETENCIA MOTRIZ					
COMPETENCIAS					
MANIFESTACIÓN GLOBAL DE LA CORPOREIDAD EXPRESIÓN Y DESARROLLO DE HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES CONTROL DE LA MOTRICIDAD PARA EL DESARROLLO DE LA ACCIÓN CREATIVA					
BLOQUES DE CONTENIDOS					
1ER GRADO	2° GRADO	3 ER GRADO	4° GRADO	5° GRADO	6° GRADO
Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I	Bloque I
Éste soy yo	Nos reconocemos y comunicamos	Mi cuerpo en el espacio: combinando acciones	No hacen falta alas, saltando ando	La acción produce emoción	La imaginación es el camino de la creación
Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II	Bloque II
Convivimos y nos diferenciamos	Ahora sí, ¡juguemos a los retos!	Laboratorio de ritmos: descubriendo mi cuerpo	Pensamos antes de hablar	Juego y ritmo en armonía	Juego y ritmo en armonía
Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III	Bloque III
Lo que puedo hacer con mi cuerpo en mi entorno	¡Desafiando pruebas!	1, 2, 3, probando probando	Educando al cuerpo para mover la vida	Más rápido que una bala	No soy un robot, tengo ritmo y corazón
Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV
¡Puedes hacer lo que yo hago!	Explorando mi postura	Juego, pienso y decido en colectivo	Cooperar y compartir	Me comunico a través del cuerpo	En donde hay alegría hay creación
Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V	Bloque V



EJES PEDAGÓGICOS		
EL SIGNIFICADO DEL CUERPO EL DESEMPEÑO Y LA MOTRICIDAD INTELIGENTESLA ACCIÓN MOTRIZ CON CREATIVIDAD		
ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN		
SALUD Y VIDA SANA COMPETENCIA MOTRIZ INICIACIÓN DEPORTIVA Y DEPORTE ESCOLAR		
COMPETENCIAS		
INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD EXPRESIÓN Y REALIZACION DE DESEMPEÑOS MOTRICES SENCILLOS Y COMPLEJOS DOMINIO Y CONTROL DE LA MOTRICIDAD PARA PLANTEAR Y SOLUCIONAR PROBLEMAS		
BLOQUES DE CONTENIDOS		
1ER GRADO	2° GRADO	3ER GRADO
Bloque I	Bloque I	Bloque I
conocimiento de mí mismo	proyecto y construyo lo que soy	los lenguajes del cuerpo: sentido y significado
Bloque II	Bloque II	Bloque II
aprendamos a jugar en equipo	la importancia de jugar limpio	te invito a jugar: acordemoslas reglas
Bloque III	Bloque III	Bloque III
Todos contra todos y en el mismo equipo	Las estrategias de iniciación deportiva	Ajustes y estrategias en el juego
Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV
El deporte educativo: cómo formular estrategias	Acuerdos para solucionar problemas	Cooperación y confrontaciónen actividades paradójicas
Bloque V	Bloque V	Bloque V
Activo mi cuerpo, cuido mi salud	Todo un reto: mejorar mi condición física	Las actividades físicas y los juegos en mi escuela

CARACTERÍSTICAS SOCIALES, PSICOLÓGICAS Y FÍSICAS DEL NIÑO EN EDAD PREESCOLAR.

Sociales	Psicológicas	Físicas
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Consolidación del sentido de autonomía.</li> <li>-Capacidad de expresar necesidades.</li> <li>-Iniciativa vs culpa (Erickson)</li> <li>-Pensamiento egocéntrico con sus pares.</li> <li>-Absorción de valores y/o lo que se desarrolle en su entorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dominio de Actividades neuromusculares.</li> <li>-Inicio de la socialización.</li> <li>-Logro de autonomía temprana.</li> <li>-Inicio de la tipificación sexual.</li> <li>-Desarrollo del sentimiento de iniciativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aumenta por año de 1.8 a 2.25 kilo, por año.</li> <li>-Crece cerca de 5 a 7.5 cm por año.</li> <li>-Debe tener los 20 dientes primarios, desde los 3 años.</li> <li>-Duerme de 11 a 13 horas al día.</li> <li>-Aumento de las habilidades como: Correr, saltar, lanzamientos y patear.</li> <li>-Desarrollo motor grueso</li> </ul>

## CARTA RESPONSIVA DE AUTORIA INTELECTUAL

Toluca México 30 de junio de 2023.

**C.DRA. MA. DEL CARMEN SALGADO ACACIO  
PRESIDENTA DE LA COMISION DE TITULACIÓN DE LA  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA  
P R E S E N T E:**

Quien suscribe Ibeth Salinas Gonzalez estudiante de octavo semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar, Plan de Estudios 2018, que se identifica con número de matrícula: 191503140000 y credencial de elector número: 1798078176 por medio de la presente manifiesta que es voluntad propia otorgar a la Escuela Normal, la liberación más amplia que en derecho proceda, respecto de la responsabilidad que pudiera derivarse los actos realizados para la integración del trabajo de titulación, que construyó en la modalidad de: tesis de investigación y denominó: Importancia del desarrollo psicomotor en alumnos del segundo grado de preescolar.

Por consiguiente, asume de manera consciente toda la responsabilidad que imponen la Ley Federal de Derecho de Autor y el Código Penal Federal. Así también, declara no haber realizado ningún acto fraudulento o ilícito en la obtención de información para la elaboración de su trabajo de titulación, liberando de esta manera al asesor académico, a la Comisión de Titulación tanto como a la Escuela Normal No. 3 de Toluca de la responsabilidad que pudiera surgir por incumplimiento de su parte a lo establecido en los ordenamientos legales ya señalados e inclusive a la normatividad institucional.

Firma a los 05 días del mes de julio del año 2023.

Atentamente



---

Ibeth Salinas Gonzalez

Anexo. - Copia de identificación Oficial

MÉXICO INSTITUTO NACIONAL ELECTORAL  
CREDENCIAL PARA VOTAR

NOMBRE  
SALINAS  
GONZALEZ  
IBETH

FECHA DE NACIMIENTO  
31/08/2000

SEXO  
M

DOMICILIO  
C GUERRERO 10  
- SAN FRANCISCO ZENTLALPAN 56930  
AMECAMECA, MEX

CLAVE DE ELECTOR SLGNIB00083115M900

CURP SAGI000831MMCLNBA3



AÑO DE REGISTRO 2018 00


ESTADO 15 MUNICIPIO 009 SECCIÓN 0212

LOCALIDAD 0010 EMISIÓN 2018 VIGENCIA 2028




INE

*[Signature]*  *[Signature]*

EDMUNDO SALINAS ROSALES  
SECRETARIO EJECUTIVO DEL  
INSTITUTO NACIONAL ELECTORAL

IDMEX1798078176<<0212122239760  
0008316M2812313MEX<00<<11513<4  
SALINAS<GONZALEZ<<IBETH<<<<<<<



"2023. Año de Septuagésimo aniversario del Reconocimiento del Derecho al Voto de las Mujeres de México"

Toluca, Méx., a 12 de junio de 2023

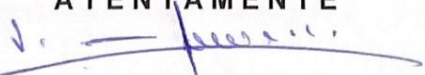
**C. DRA. MA. DEL CARMEN SALGADO ACACIO  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
PRESENTE**

El que suscribe Dr. Doroteo Eliseo Martínez Gómez Asesor de la estudiante Ibeth Salinas Gonzalez matrícula 191503140000 de 8° semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar quien desarrolló el **Trabajo de Titulación** denominado **Importancia del desarrollo psicomotor en alumnos del segundo grado de preescolar** en la modalidad de tesis de investigación; se dirige a esta Comisión a su digno cargo para informar que este documento ha sido concluido satisfactoriamente de acuerdo con lo establecido en los documentos del Plan de Estudios 2018 rectores del proceso de titulación.

Resalto que se solicitó a la estudiante una carta responsiva de autoría intelectual en la que la estudiante libere de forma amplia que en derecho proceda, a mí persona y a la Comisión de Titulación de la responsabilidad que pudiera derivarse de los actos en la realización de los trabajos de mi titulación profesional.

Sin otro particular, le envío un atento y cordial saludo.

**ATENTAMENTE**

  
\_\_\_\_\_  
**Dr. Doroteo Eliseo Martínez Gómez  
ASESOR**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL  
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

"2023. Año del Septuagésimo Aniversario del Reconocimiento del Derecho al Voto de las Mujeres en México".

ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

No. de oficio: 548-1-2/2022-2023

ASUNTO: Autorización del Trabajo de Titulación

Toluca, Méx., a 28 de junio de 2023

**C. SALINAS GONZALEZ IBETH**  
**DOCENTE EN FORMACIÓN**  
**P R E S E N T E**

Por este medio, la **Comisión de Titulación** de la Institución, tiene a bien informarle que la estructura del trabajo que presentó se apega en lo general a las condiciones establecidas en el documento de **Orientaciones Académicas para la Elaboración del Trabajo de Titulación**, publicado por la DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN SUPERIOR PARA EL MAGISTERIO, DE LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA.

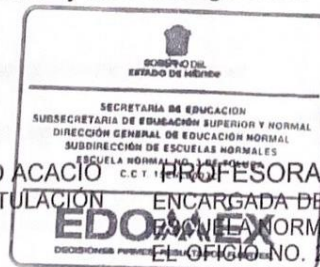
Con sustento en la aprobación emitida a su trabajo de titulación por parte del Asesor Académico, y una vez que ha cubierto los requisitos académico-administrativos (cubrir la totalidad de créditos del plan de estudios, constancia de servicio social y oficio de aprobación del trabajo por parte del asesor académico), se hace de su conocimiento que ha sido **AUTORIZADO** el documento denominado: Importancia del desarrollo psicomotor en alumnos del segundo grado en la modalidad de: **TESIS DE INVESTIGACIÓN**.

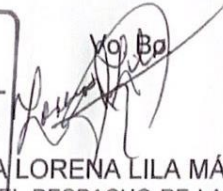
Por lo que puede proceder a la realización de los trámites correspondientes para la sustentación del Examen Profesional.

Se informa a usted para su conocimiento y fines consiguientes.

ATENTAMENTE

  
DRA. MA. DEL CARMEN SALGADO ACACIO  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN



  
PROFESORA LORENA LILA MÁRQUEZ IBÁÑEZ  
ENCARGADA DEL DESPACHO DE LA DIRECCIÓN DE LA  
ESCUELA NORMAL NO. 3 DE TOLUCA DE ACUERDO CON  
EL OFICIO NO. 21013002L/2490/2021, DE LA DIRECCIÓN  
GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL

LMI/MCSA/nps  
c.c.p. Mtro. Joaquín Reyes Gutiérrez- Jefe del Departamento de Control Escolar

"EDUCAR PARA DESARROLLAR UNA CONCIENCIA HUMANITARIA"

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL  
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA