

PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA EL DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LOS NIÑOS DE LA ENSEÑANZA PREESCOLAR DEL CONSEJO POPULAR PLAYA GIRÓN, DEL MUNICIPIO CIÉNAGA DE ZAPATA.

Lic. Manuel Alvarado Franco, MsC. Roberto Nicolás Rodríguez Reyes

*Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, Vía Blanca
Km.3, Matanzas, Cuba.*

Resumen:

La presente investigación consistió en la constatación de la efectividad de un programa de ejercicios confeccionado para el desarrollo de la psicomotricidad en los niños de la enseñanza preescolar, el cual fue aplicado en la escuela primaria Félix Edén Aguada Gerardo, situada en el Consejo Popular Playa Girón, del municipio Ciénaga de Zapata. Durante la misma, se pudo constatar además el poco desarrollo que tenían los programas encaminados al tratamiento de el fenómeno estudiado; así como la inexperiencia predominante en la casi totalidad de profesores de Educación Física del municipio. Para materializar el trabajo, se tomó como muestra a la totalidad de alumnos del grado preescolar de la escuela mencionada anteriormente. Como métodos de investigación se utilizaron los teóricos y empíricos. El programa de ejercicios confeccionado fue aplicado por un período de ocho meses, al término del cual pudo constatarse la pertinencia y efectividad del mismo.

Palabras claves: *Psicomotricidad. Programa de ejercicios.*

INTRODUCCIÓN.

(Myers, 1995) destaca que dentro de la educación, la preescolar es la que ha experimentado el mayor crecimiento durante los últimos 15 años en toda América Latina en su conjunto y en la mayoría de los países de la región. Si se agregan los programas de atención infantil que incluyen una componente educacional a los programas preescolares formales y no formal, es claro que se está difundiendo ampliamente la necesidad de prestar atención a los niños durante sus primeros años de vida. Se está desarrollando una visión más amplia de la educación preescolar, que abarca la educación o el aprendizaje durante todo el período que va desde el nacimiento hasta el ingreso a la escuela, en una amplia gama de ambientes formales y no formales, tales como:

1. Programas preescolares convencionales, administrados o autorizados por el gobierno.
2. Programas no formales, que a veces son administrados por el gobierno pero que también son manejados por organizaciones no gubernamentales o por las comunidades;

3. Programas de atención infantil y desarrollo integral que incluyen una componente educacional o de desarrollo psicosocial. (En algunos casos, estos programas operan fuera del sector educacional como parte, por ejemplo, de un sistema de seguridad social, pero reciben apoyo técnico de la educación. La organización responsable puede ser una agencia de gobierno, una ONG o una organización comunitaria).

4. Programas de capacitación de padres o adultos destinados a capacitarlos para que mejoren sus habilidades como "primeros profesores" de sus niños, en los cuales la educación de los niños se produce en los hogares. (Myers, 1995; citado por Monje Alvarado, 2007)

Al realizar el análisis del Programa de Educación Física de la enseñanza preescolar en el municipio Ciénaga de Zapata, se constataron insuficiencias en relación con la estructuración psicopedagógica para el proceso de formación psicomotriz general que tiene lugar en la enseñanza preescolar. Esta situación ha provocado dificultades durante la realización de diferentes actividades y ejercicios en el desarrollo psicomotor de los niños de este grupo de edad, pertenecientes al Consejo Popular Playa Girón, lo que atenta además contra la correcta evolución y posterior proceso de interacción social de estos niños.

El ser humano es una unidad psico-afectivo-motriz. Su condición corporal es esencial. La psicomotricidad no sólo se fundamenta en esta visión unitaria del ser humano, corporal por naturaleza, sino que cree haber encontrado la función que conecta los elementos que se pensaba separados del individuo humano, el cuerpo y el espíritu, lo biológico y lo psicológico. Esta función es el tono. "El tono debe ser considerado en su importancia fundamental porque, siendo el punto de referencia esencial para el individuo en la vida de relación, biológica, psicológica e incluso en la toma de conciencia de sí mismo, especifica una de las diferencias fundamentales que distinguen al ser vivo del ser no vivo.

El tono (la tensión o distensión) y los reflejos arcaicos, junto a los recursos sensoriales, son los instrumentos de partida del recién nacido que, sobre la base de un programa genético que va desarrollándose, suponen el comienzo de un proceso individual de crecimiento, maduración y desarrollo. El crecimiento se refiere a los aspectos cuantitativos de la evolución (el aumento en tamaño), la maduración se refiere a los aspectos cualitativos de la evolución (potencialidades genéticas que van surgiendo) y el desarrollo es la sucesión de cambios que se producen por la conjunción de los anteriores con la influencia de factores ambientales. Crecimiento, maduración y desarrollo infantil no pueden entenderse sin la necesaria condición corporal de nuestra existencia.

La psicomotricidad no puede reducirse a un simple método, se trata más bien de un peculiar modo de acercamiento al niño y a su desarrollo

El objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas (del individuo en su globalidad) a partir del cuerpo, lo que lleva a centrar su actividad e investigación sobre el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, educación, aprendizaje, etc.

Así pues, la educación psicomotriz gira principalmente en torno a algunos temas específicos referidos a la experiencia vivida que parten del cuerpo para llegar, mediante el

descubrimiento y uso de diversos lenguajes (corporal, sonoro-musical, gráfico, plástico, etc.), a la representación mental, al verdadero lenguaje y específicamente: a la emergencia y elaboración de la personalidad del niño, de su 'yo' como fruto de la organización de las diferentes competencias motrices y del desarrollo del esquema corporal, mediante el cual el niño toma conciencia del propio cuerpo y de la posibilidad de expresarse a través de él; a la toma de conciencia y organización de la lateralidad; a la organización y estructuración espacio-temporal y rítmica; y a la adquisición y control progresivo de las competencias grafo motrices en función del dibujo y la escritura

Esta situación condujo a la formulación del siguiente **Objetivo general:**

Incrementar el desarrollo psicomotor en los niños de la enseñanza preescolar del Consejo Popular Playa Girón, perteneciente al municipio Ciénaga de Zapata.

DESARROLLO.

La psicomotricidad. Definición y orígenes. Importancia. Tipos. Vías de desarrollo. Educación preescolar.

Definición y orígenes.

El término psicomotricidad constituye en sí mismo, partiendo por su análisis lingüístico, un constructo dual que se corresponde con la dualidad cartesiana mente-cuerpo. Refleja la ambigüedad de lo psíquico (psico) y de lo motriz (motricidad) así como de las complejas relaciones entre estos dos polos. Una definición consensuada por las asociaciones españolas de psicomotricidad ha arribado a la siguiente formulación:

Basado en una visión global de la persona, el término psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensomotrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico. Estas prácticas psicomotrices han de conducir a la formación, a la titulación y al perfeccionamiento profesionales y constituir cada vez más el objeto de investigaciones científicas.

A principios del siglo XX el neurólogo Ernest Dupré puso de relieve las relaciones entre las anomalías neurológicas y psíquicas con las motrices. Este médico fue el primero en utilizar el término Psicomotricidad y en describir trastornos del desarrollo psicomotor como la debilidad motriz. Más adelante dentro de la neuropsiquiatría infantil sus ideas se desarrollaron con gran profusión.

El psicólogo e investigador francés, Henri Wallon, remarcó la psicomotricidad como la conexión entre lo psíquico y lo motriz. Plantea que la importancia del movimiento para el desarrollo del psiquismo infantil y por tanto para la construcción de su esquema e imagen corporal; según él, el psiquismo y la motricidad representan la expresión de las relaciones del sujeto con el entorno.

(Ajuriaguerra, 1978) y la escuela de psicomotricidad desarrollada en el hospital Henri Rouselle plantean un enfoque que pone el acento en la relación del tono muscular con la motricidad. Según sus estudios el análisis de los procesos de interacción en la familia, la escuela y la sociedad permitiría comprender que la enfermedad mental, a pesar de los condicionantes biológicos, es un proceso que encuentra su sentido en el contexto de las relaciones.

Lo que aporta la Psicomotricidad a los niños: ventajas, beneficios.

Se trata de que el niño viva con placer las acciones que desarrolla durante el juego libre. Esto se logra en un espacio habilitado especialmente para ello (el aula de psicomotricidad); en el que el niño puede ser él mismo (experimentarse, valerse, conocerse, sentirse, mostrarse, decirse, etc.) aceptando unas mínimas normas de seguridad que ayudarán a su desarrollo cognitivo y motriz bajo un ambiente seguro para él y sus compañeros. En nuestra práctica psicomotriz se tratan el cuerpo, las emociones, el pensamiento y los conflictos psicológicos, todo ello a través de las acciones de los niños: de sus juegos, de sus construcciones, simbolizaciones y de la forma especial de cada uno de ellos de relacionarse con los objetos y los otros. Con las sesiones de psicomotricidad se pretende que el niño llegue a gestionar de forma autónoma sus acciones de relación en una transformación del placer de hacer al placer de pensar.

Consecuencia directa del reconocimiento de la importancia de estos primeros años es la valoración de la acción educativa que se realice en ellos, y en concreto la necesidad de una oportuna intervención en edades tempranas, como las que corresponden al Ciclo Inicial, Ciclo de Transición y primeros años de Primaria. Esta intervención abarca unos años esenciales en el desarrollo del niño y su función principal, es la de promover un adecuado progreso en la construcción de la personalidad, lo que significa un normal proceso de maduración, de desarrollo evolutivo y educativo. La importancia reside en que su acción se lleva a cabo sobre un sistema nervioso en formación, un psiquismo en construcción y una personalidad en elaboración.

Son muchos los autores que abogan por una adecuada intervención educativa en estas edades como el camino más eficaz para prevenir problemas del desarrollo considerada como un intento programado de cambio que implica el curso del desarrollo, no sólo debe ser una estrategia preventiva sino también enriquecedora, es decir, potenciadora y optimizadora del desarrollo humano, destaca (Baltes y Danish 1980; Alcantud, 1998; Viñals, 2000; Domínguez, 2000).

(Bruner, 1988), indica que el ser humano necesita para desarrollarse, además de las instrucciones contenidas en su herencia genética, las que le proporciona su herencia cultural por medio de las prácticas educativas. La función de la educación, entonces, no es otra que la de promover, crear o generar desarrollo, por lo que su contribución a ese desarrollo no se puede considerar como accesorio, sino esencial. (Myers, 1995)

De esa acción favorable de una intervención educativa desde las primeras edades, debe participar también una de las áreas básicas del desarrollo humano, como es el desarrollo psicomotor, sobre el cual va a estar centrado nuestro interés en este trabajo.

Según Brazelton (citado por la Fundación Bernard Leer, 1994) las experiencias del niño en sus primeros meses y años de vida determinan si ingresará a la escuela con deseos de aprender o no. Cuando el niño llega a la edad escolar, su familia y las personas encargadas de su atención ya han preparado al niño para su posterior éxito o fracaso. A esa altura la comunidad ya ha facilitado o entorpecido la capacidad de la familia de alentar el desarrollo del niño.

Los efectos del cuidado de salud, la nutrición y el estímulo mental en el crecimiento intelectual y emocional del niño, reflejado en su capacidad de vencer actividades cada vez más complejas y su crecimiento físico son sinérgicos y no pueden dividirse en categorías separadas. Por ende, los programas integrados procuran abordar todas las necesidades básicas del niño. Además de los alimentos, la protección y la atención de salud, los programas de cuidados infantiles también deben proporcionar afecto, estímulo intelectual, interacción humana en un ambiente de apoyo, oportunidades y actividades que promuevan el aprendizaje.

Las investigaciones médicas y educacionales han demostrado que el crecimiento mental o sea, el desarrollo de la inteligencia, la personalidad y el comportamiento social ocurre más rápidamente en los seres humanos durante la primera infancia.

Según la satisfacción de las necesidades de los niños pequeños:

- El desarrollo del cerebro es mucho más vulnerable a la influencia del ambiente de lo que se sospechaba. La nutrición inadecuada antes del nacimiento y en los primeros años de vida puede dificultar seriamente su desarrollo y ocasionar trastornos neurológicos y conductuales como discapacidades del aprendizaje y retraso mental.
- La influencia que ejerce el ambiente de los primeros años en el desarrollo del cerebro es perdurable. Hay pruebas considerables que indican que los lactantes expuestos a buena nutrición, juguetes y compañeros de juego tenían una mejor función cerebral cuantificable a los doce años de edad que los criados en un ambiente menos estimulante.
- El ambiente afecta no sólo el número de (células cerebrales) neuronas y el número de conexiones entre las mismas, sino también la forma en que éstas se afirman o cablean. El proceso de eliminación del exceso de neuronas y sinapsis del cerebro denso e inmaduro, que continúa ya avanzada la adolescencia, es más notable en los primeros años de vida, y se guía en gran medida por la experiencia sensorial que tiene el niño del mundo exterior.
- El estrés en la primera infancia puede afectar la función cerebral, el aprendizaje y la memoria, en forma negativa y permanente. Las nuevas investigaciones aportan una base científica para el hecho reconocido desde hace tiempo de que los niños que presentan excesivo estrés en sus primeros años están en mayor riesgo de desarrollar dificultades cognitivas, conductuales y emocionales en etapas posteriores de su vida. Cuanto más joven es el niño, más difícil es identificar con precisión qué factores fisiológicos y psicológicos dominan su salud y sus necesidades; en este sentido, cambian a medida que pasan de ser lactantes a niños pequeños y de preescolares a niños de escuela primaria.

Los siguientes beneficios han estado vinculados sólidamente a las intervenciones integradas en la primera infancia:

- *Mejor nutrición y salud.* Al proporcionar el estímulo psicosocial, los programas de desarrollo para la primera infancia pueden mejorar la eficacia de la atención sanitaria y las iniciativas nutricionales.
- *Mayor inteligencia.* Los niños que participaron en las intervenciones en la primera infancia sacaron mejor puntuación, en promedio, en las pruebas de aptitud intelectual frente a los niños que no participaron.
- *Menos repetición.* Los niños que asistieron a un programa durante su primera infancia repitieron menos grados y avanzaron más en la escuela que los que no participaron en circunstancias similares
- *Menos deserciones.* Las tasas de deserción fueron bajas para los niños del programa en tres de cuatro estudios

(Domínguez 2000) dice que las concepciones más actuales en materia de intervención temprana refieren procedimientos terapéuticos que preconizan la armonía entre los objetivos a lograr en áreas fundamentales del desarrollo del niño en edad temprana, que recogen por consiguiente actividades motoras, cognitivas y socio-comunicativas creando una estructuración dinámica en el proceso que garantiza la asimilación cada vez más consciente de las habilidades correspondientes a cada edad.

Importancia del trabajo psicomotriz y predeportivo en los niños de edad preescolar (4-7 años) para una óptima especialización deportiva futura.

Siempre nos ha preocupado e interesado el saber como se forman los talentos deportivos, cual es el camino para llevar a lo más alto a un niño de una forma prudente, o si están determinados ciertos niños a ser talentos. A pesar de lo complejo que es el tema sobre la detección y formación de talentos deportivos, sabemos que existen una serie de parámetros que nos conducen a un perfil de talento deportivo, estos, pueden ser:

- Influencia genética (porcentaje de fibras rápidas o lentas, actividad enzimática muscular, medidas antropométricas ideales para cada deporte, etc.)
- Maduración biológica frente a la edad cronológica. Un niño que presenta un desarrollo morfológico destacado para su edad, tendrá más facilidad para soportar cargas de entrenamientos, prevenir lesiones, etc.
- Carácter del proceso de enseñanza - aprendizaje adquirido por el deportista (influirá mucho el método utilizado por el profesional o educador para enseñar las conductas motrices); por desgracia nuestra profesión, está sometida a un alto grado de intrusismo, por personas incompetentes y carentes de unos conocimientos técnicos, fisiológicos, metodológicos, etc. No olvidemos que muchas personas que están trabajando en escuelas deportivas, carecen de las características básicas que

describen al profesional, tales como: preparación específica en un campo, compromiso de actualización, delimitación de un ámbito propio de actuación, etc.

- Factores psicológicos (ansiedad, capacidad de sufrimiento, estrés, nerviosismo, personalidad etc.)
- Entorno del niño. Tanto a nivel demográfico (si está en el medio rural o en la ciudad, si tiene posibilidades al acceso de unas buenas instalaciones, un buen entrenador, atención médica, tiempo libre, etc.), como a nivel familiar (apoyofamiliar), escuela (hábitos deportivos, etc.) y amigos (apoyo, compañerismo, comunicación, etc.).
- Duración del trabajo psicomotriz y predeportivo antes de los 8 años. Obviamente aunque se realice un trabajo de psicomotricidad con los niños durante 3-4 años, no podemos asegurar un futuro talento, pero si podemos afirmar la ausencia de fracaso.

Tipos de psicomotricidad.

Practica Psicomotriz Educativa (preventiva).

Los infantes a través de sus acciones corporales: como jugar, saltar, manipular objetos, etc. consiguen situarse en el mundo y adquieren intuitivamente los aprendizajes necesarios para desarrollarse en la escuela y en la vida. De esta forma lúdica y casi sin enterarse trabajan conceptos relativos al espacio (arriba/abajo, delante/detrás, derecha/izquierda,...), al tiempo (rapidez, ritmo, duración,...), destrezas motrices necesarias para el equilibrio, la vista, la relación entre otros niños, etc. con los consiguientes efectos sobre la mejor capacitación y emergencia de la escritura, la lectura y las matemáticas, indispensables hoy en día para el éxito académico.

Práctica de Ayuda Psicomotriz (terapéutica)

Se realiza en centros privados o en colegios, tanto en grupo como en individual pero desde un enfoque que tiene en cuenta las especiales características de los niños o de las personas adultas con problemas o patologías. Se trata de ayudar a comunicarse a aquellos que tienen dificultades para relacionarse con los demás y el mundo que les rodea.

Psicomotricidad acuática

La estimulación psicomotriz acuática es útil cuando el bebé necesita vivenciar motrizmente sus capacidades de movimiento. El agua le apoya a elaborar sensaciones y percepciones primeras de peso, volumen, distancia, esquemas e imagen corporal, y sus necesidades, deseos y posibilidades de acción, incorporando también, sensaciones de sostén, apoyo, contención, envoltura y equilibrio, en la constante lucha por la ley de la gravedad. Implementación del Método de Estimulación psicomotriz Acuática. Es el caso de un bebé con una lesión cerebral que le afectó los núcleos de base por dificultades durante el parto. Al tener una hipotonía importante en la zona del cuello, no le permitía tener la cabeza erguida, razón por la cual no logró llegar a sentarse. A instancias de los padres, el neurólogo aprobó la idea de comenzar la estimulación psicomotriz acuática con el bebé y

ellos, como estimuladores naturales durante la sesión. A través de ejercitadores de contacto y posiciones de equilibrio se pudo fortalecer el tono muscular en la zona afectada, llegando a revertir favorablemente la situación. el agua actuaba como estimulador especial, ya que el bebé estaba muy motivado por ingresar, permanecer y no salir desde luego es de suma importancia

Vías para el desarrollo psicomotor. Escuelas y orientaciones en educación psicomotriz.

Una clasificación de las escuelas y tendencias en la educación psicomotriz ha sido propuesta por la investigadora Soledad Ballesteros. Según esta autora, las propuestas de los principales investigadores del área se pueden clasificar en dos corrientes esenciales:

1. Los autores que definen la educación psicomotriz como una técnica que se asemeja a la psicoterapia, donde el educador psicomotrista tiene una actitud más bien pasiva, encaminada a facilitar que sea el sujeto mismo el que movilice los recursos para salir de la situación en que se encuentra.
1. Los autores que definen la educación psicomotriz como una técnica activa en la que se plantean situaciones de aprendizaje por medio de las actividades psicomotrices.

El trabajo de educación psicomotriz se propone como meta reeducar o reconstruir las funciones que debieron ser adquiridas en ciertas etapas del desarrollo psicomotor del niño, supone, por tanto, un diagnóstico preciso de ese desarrollo y una definición de las etapas.

La escuela dinámica, por el contrario, pondrá el acento en lo psíquico y no solamente en los aspectos de pensamiento o cognitivos, sino también en los aspectos inconscientes y pulsionales. Para esta escuela la significación afectiva del movimiento constituye un aspecto central.

La psicomotricidad relacional y vivenciada. Se debe resaltar lo importante que es la realización de un buen trabajo psicomotriz y predeportivo en los primeros años de vida de un niño.

Primero, hemos de saber, qué son los juegos predeportivos o psicomotrices; se puede obtener una respuesta a esta pregunta en pocas palabras, los juegos predeportivos son la base del futuro campeón; sea cualquier modalidad deportiva. Estos juegos llevan consigo una gran cantidad de tareas motrices, proporcionando al niño una gran riqueza motriz, las cuales son aplicables a cualquier deporte que el niño practique de mayor, ya sea un deporte individual, colectivo o de adversario.

La importancia de realizar estos juegos aumenta en niños de edades tempranas (4-7 años), puesto que constituyen el primer contacto del niño con el deporte. Por eso recalco la importancia que se realice una correcta progresión del juego al deporte.

Los juegos predeportivos no son juegos modificados, es decir, no sonó juegos para la enseñanza de distintos deportes, con variaciones en las reglas o material; no buscan una automatización de una serie de movimientos o gestos técnicos ni unos fines de rendimiento a corto plazo, sino que dan rienda suelta al movimiento del niño. Buscarán un rendimiento

a largo plazo, facilitando al practicante una serie de patrones motrices básicos aplicables en el futuro del niño a cualquier deporte.

Pero no se debe olvidar que no sólo se realizan juegos predeportivos con los niños, sino que también son juegos infantiles. El juego infantil es medio de expresión, instrumento de conocimiento, factor de socialización, regulador y compensador de la afectividad, un efectivo instrumento del desarrollo de las estructuras del pensamiento; en una palabra, resulta un medio esencial de organización, desarrollo y afirmación de la personalidad, debemos enfocar correctamente el juego infantil hacia los juegos predeportivos.

Los juegos predeportivos trabajarán estos contenidos, principalmente:

- Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas:

Realizando desplazamientos de todo tipo (para atrás, a cuatro patas, de cuclillas, agarrados al compañero, con pelotas a la pata coja, por encima de colchonetas, por encima de bancos etc.), reptaciones. Transportar objetos (pelotas, aros, conos...) con una mano, con las dos, en la barriga, en la espalda, con los ojos cerrados etc. Manejar objetos (grandes, pequeños, con compañeros etc.); realizar trepas (por espalderas, colchonetas inclinadas...); saltos (con una pierna, con las dos, hacia delante, a un lado, en zigzag...), realizar giros (sobre el eje vertical, sobre el eje horizontal, con pelotas).

La corriente está basada en la educación vivenciada que propone utilizar el movimiento como medio de aprendizaje. Esta tendencia fue fundada por Lapiere y Aucouturier, quienes presentan un modelo de psicomotricidad donde las alteraciones psicomotoras pueden ser síntomas de un problema cuyo origen se sitúa en lo psíquico (en lo afectivo, lo relacional y de la comunicación con el entorno). Estos autores proponen un punto de partida desde lo positivo (lo que el niño sabe y puede hacer) y rechazan los estudios de diagnóstico psicomotor

Formación del psicomotrista.

Es necesaria una formación práctica, reflexiva y vivenciada que posibilite una competencia profesional basada en la escucha activa de las personas, el respeto a sus producciones, sus tiempos, sus emociones y deseos. La sensibilidad y el estar con calidad y disponibilidad al lado de las personas son elementos clave que se desarrollan en la formación del psicomotrista.

Actitudes de un psicomotrista: forma de estar con los niños.

Es muy importante partir de un gran autoconocimiento personal, saber los propios límites y posibilidades, reflexionar sobre lo que hacemos y lo que somos y después estar abiertos a la mirada y forma de ser de todos y cada uno de los niños. De la verdadera, sentida y transmitida aceptación va a depender el bienestar y el posible desarrollo del niño. Por eso, hemos de tratar no proyectar en los niños nuestros deseos y preferencias. Muchas veces lo que nos molesta de un niño depende de la lectura que hagamos. Si interpretamos su conducta como una agresión, entonces él será agresivo para nosotros. Incluso la movilización de su imaginario también moviliza el nuestro por eso es tan importante no

dejarse invadir y saber delimitar que es suyo y que es nuestro. Una buena actitud del psicomotrista es no culpabilizar al niño, este necesita identificarse con el agresor o destruir para que los demás vean que existe. Hay que decirle “tú no eres malo, haces como si fueras malo pero no lo eres”. Tampoco sirve el forzar un salto cuando un niño no está preparado. La actitud es darle seguridad, decirle yo te ayudo, dame la mano y si aun así no quiere no obligarle. El niño desde su individualidad, desde su yo; experimenta, juega a lo que quiere y necesita para comprender, elaborar y transformar la realidad. Por eso el psicomotrista no juzga ni evalúa sus juegos y su especial forma de ser, sólo observa y constata lo que ve. Tiene una visión lo más objetiva posible sobre el niño con las menos proyecciones posibles. En definitiva que hemos de fijarnos en lo que hace no en si es majo o simpático. El psicomotrista acepta y asume los juegos observados pero al mismo tiempo cuestiona su espacio y su tiempo haciéndole preguntas: ¿y a dónde vas? ¿Y luego que haces? ¿Y donde estas?, tienen que tener un referente de realidad. El psicomotrista, mediante la escucha, se ajustará con los pequeños y permitirá que el grupo no se estanque y evolucione. Hablamos pues de la empatía tónica que es una forma de estar, de sentir, de comunicar y de dialogar con el otro desde el cuerpo (comunicación no verbal) e incluso añadiríamos verbal también, pues la forma total de presencia del psicomotrista es la que le permitirá entender y acercarse más a los niños, para así acomodarse y adaptar las sesiones de práctica psicomotriz a lo que más convenga en cada momento. El poder ajustarse significa también saber observar, hacer significaciones simbólicas adecuadas, sentir el disfrute de los niños y su displacer, conocer sus lugares preferidos, el tiempo que dedica a cada actividad, con quien se relaciona, conocer la expresividad de su cuerpo, saber leerle con facilidad para respetarle y ayudarle a progresar. Y es que el cuerpo es la vía de relación y comunicación con el exterior, donde aflora lo consciente y lo inconsciente manifestándose a través de las representaciones que suceden en la sala. Dentro de aula, el psicomotrista debe ejercer como compañero simbólico, es decir: debe acompañar a los niños en su juego pero nunca cayendo en un rol concreto pues, si esto se diera, caería dentro del juego infantil y su papel como figura segurizante se vería desvalorizada. Al finalizar la sesión es necesario que el psicomotrista les devuelva una imagen de seres de acción: “Te he visto que has jugado muy bien”, “has saltado más alto que el otro día”.

La sala, materiales y función.

Debe estar acondicionada con un mobiliario mínimo que serian: espalderas, un espejo amplio y cajones para tener el material ordenado, bancos suizos (algunos con ganchos para sujetarlos firmemente a las espalderas y así puedan subir por ellos), una plataforma a modo de escalera para que puedan subir los niños a una altura predeterminada, quitamiedos, colchonetas de distintas medidas, grosores y formas.

El material que utilizaremos en el espacio sensomotor son: espalderas, quitamiedos, colchonetas, bloques de goma-espuma, toboganes, plataforma de salto (ya sea construida o formada por una mesa), etc. Nuestra intención es que con la disposición espacial de este material favorezcamos las caídas, los saltos, los desequilibrios/equilibrios, los deslizamientos, las carreras,... En el tiempo de lo simbólico el material utilizado se compone de: Bloques de goma espuma, telas, cuerdas, muñecos, aros, palos (madera-plástico-goma espuma), pañuelos, pelotas, etc. Nuestro propósito es que juegue a “como si...”, que invista el material. Por último, dentro del espacio representacional les

ofreceremos el siguiente material: pinturas, folios, plastilina, lápices de colores, rotuladores, pizarra y tizas, bloques de madera, y demás material con el que puedan dedicarse a dibujar, construir y modelar.

Al material se le podría dividir en dos grandes bandos por su cualidad y simbología. Blando (les acoge, les envuelve y les da placer): bloques de espuma, pelotas de espuma, cojines, telas,... y duro (el niño tiene que enfrentarse al reto, al principio de realidad): espalderas, maderas de construcción, cubos de plástico, palos, banquetas.

Dispositivo.

El dispositivo de la sesión se divide en dos espacios y tres tiempos con materiales distintos. En el espacio para la expresividad motriz los niños pueden vivenciar el placer del movimiento a través de actividades espontáneas con la utilización de su cuerpo, el espacio y los materiales. Esta fase es imprescindible para la formación de una buena imagen corporal. El otro espacio es el de la expresividad plástica y el lenguaje. Aquí se para el cuerpo y sus acciones por las representaciones en forma de dibujos, construcciones, etc. Esto se complementa con la organización temporal de la sesión. Hay tres tiempos centrales a las que se añaden el ritual de entrada y el de salida. El primer tiempo es el dedicado a la expresividad motriz y en él se da rienda suelta al cuerpo y al imaginario infantil. Al principio se lanzan al frenesí corporal y emocional para después aparecer el juego simbólico a través de los materiales que les proponemos. El segundo tiempo es el del cuento, con la intencionalidad clara de movilizar imágenes con el cuerpo parado. Esto nos ayuda a la descentración (la capacidad del niño de poner distancia de sus emociones y poder ponerse en el lugar del otro).

Por último, el tercer tiempo es el de la expresividad plástica, el dibujar, construir o trabajar con plastilina. Su sentido es el de permitir a los niños alejarse de las intensas emociones vividas y representar con lo cognitivo.

Fases una sesión psicomotriz.

Ritual de entrada.

El ritual de entrada sirve como preparatorio en el que los niños reconocen un cambio de ambiente, permitiéndoles un espacio nuevo en el que pueden hacer cosas distintas del aula. Además, este ritual de entrada sirve como recibimiento en el que el educador reconoce personalmente a cada niño pues le saluda dirigiéndose a él con su nombre y dándole la mano para acogerle. En este momento los niños se quitarán los zapatos y pasarán unos minutos hablando con el psicomotrista antes de pasar a la acción. Esto les servirá para compartir las novedades que han sucedido en su vida e intercambiar un momento de diálogo con sus compañeros. También puede ser adecuado que el psicomotrista recuerde las normas del aula de psicomotricidad para que después, en el momento que se inicie la sesión en los diferentes espacios, todo se desarrolle bajo un nivel correcto de seguridad.

- El alumno relaciona la información nueva con los conocimientos previos. Establecer relaciones entre elementos potencia la construcción del conocimiento. El alumno da un significado a las informaciones que recibe. La actividad mental

constructiva del alumno se aplica a contenidos que ya están elaborados; es decir, son el resultado de un proceso de construcción a nivel social.. Se necesita un apoyo. El profesor debe ser un orientador que guía el aprendizaje del alumno.

Fase de la expresividad motriz. Tipos de juegos.

En la fase de expresividad motriz el niño pone en movimiento todo su cuerpo sin temor, consiguiendo así descargar grandes cantidades de energía, tensiones, conflictos, viviendo el placer que produce el movimiento del propio cuerpo, el niño logrará sentir una descarga tónica, que, a su vez, le permitirá alcanzar una descarga emocional. A medida que el exceso de deseo motriz se atenúe, el niño comenzará a investir los objetos de la sala, iniciándose en el juego simbólico. En el juego simbólico se pondrán de manifiesto las vivencias personales de cada uno, mostrándose así la trayectoria vivida pues el niño, en su juego, tratará de entender la realidad y las situaciones que ha experimentado a partir de simularlas en su juego.

Así, en la sala de psicomotricidad se dan dos tipos de juegos:

- Juegos puramente motrices. Saltos, desequilibrios/equilibrios, caídas, balanceos, giros, rodar, destruir, esconderse, golpear, llenar/vaciar, reunir/separar, arrastrarse, hacer puntería o encestar, etc. Por ejemplo: “Asier” se deja caer sobre la colchoneta, “Jon” salta de bloque en bloque poniendo a prueba su equilibrio y pericia, “Aitziber” lanza y empuja bloques por la sala,...
- Juegos con carga simbólica. Un perro y su dueño, tiendas, comiditas, papás y mamás, médicos, casitas, superhéroes, etc. Ejemplos: “Luis” se ha puesto una tela a modo de capa y lleva en la mano un palo a modo de espada, representa a todo un caballero. “Igor” en cambio utiliza un bloque como si fuera un caballo mientras “Sonia”, “Judith” y “Antonio” entran y salen de una casa hecha con colchonetas.
- Fase de la historia o cuento. Antes de finalizar el período motor, se anunciará a los niños que en un determinado tiempo se cambiará la actividad, por ejemplo cinco minutos, tampoco puede ser con mucho adelanto. Así, el niño podrá anticipar que después de esta fase de expresividad motriz llegará el cuento. Para dar paso a la actividad, el psicomotrista reunirá al grupo de niños y los sentará frente a él, dando lugar a que paren el cuerpo. De alguna manera, durante la narración de cuento sucederá que el niño pasará del placer de hacer al placer de pensar, es decir, vivirá las emociones sin necesidad de utilizar el cuerpo. En la historia o cuento se vivirán tres momentos: la introducción a la historia y presentación de los personajes, el momento cúspide donde se desarrolla la situación de tensión, y la resolución del conflicto. Es necesario que el niño viva una situación de miedo en la que aparezcan personajes antagonistas que dificulten la tarea del protagonista, pero teniendo en cuenta que la historia siempre debe finalizar con la victoria o triunfo del héroe. Con la solución del problema, el niño conseguirá asegurar sus miedos, sus angustias, sus temores. La estructura y repetición del cuento a lo largo de las sesiones facilitará que el niño anticipe lo que va a suceder en la historia. Al niño esto le encanta y piden una y otra vez que se les cuente el mismo cuento e incluso se adelantan a los

sucesos provocándoles este hecho gran placer. El cuento, en psicomotricidad, tiene una vertiente más terapéutica que lúdica. Con él se pretende que el niño elabore las angustias representadas a través del hilo de la historia y viva el retorno a la seguridad emocional. Durante este proceso los niños serán capaces de vivir una omnipotencia mágica incluso identificarse con los personajes.

Fase de la expresividad plástica o gráfica.

En la fase de representación llega la inmovilidad del cuerpo, es decir, se para la emoción y el niño se adentra en un nivel superior de simbolización. Para ello, el niño usa materiales que le permiten retomar las imágenes mentales construidas en la actividad motora y expresarlas por medio del dibujo o de la construcción. Así, en esta fase el niño deja de ser actor para convertirse en espectador de sí mismo. Durante esta fase se estimula la creatividad del niño puesto que a partir del dibujo, la construcción o la actividad plástica, parará el cuerpo y estará concentrado, inmerso en su producción. Según la edad, se pueden abrir diferentes espacios de representación, dejando así libertad a los niños para escoger. Aún así, se debe procurar que todos accedan a las diferentes opciones para que no se limiten en su desarrollo. Estas representaciones que los niños hacen irán evolucionando con el paso de las sesiones, de manera que los pequeños accederán autónomamente a conocimientos de lógica-matemática como son la perspectiva, el volumen, la forma, el tamaño, la altura, etc. Es muy importante que se ayude a los niños a hablar de su obra, sin ir más allá de interpretarla. Poner palabras les ayudará a alcanzar la descentración.

Ritual de salida.

Este último momento de la sesión se usará para cerrar la sesión y despedir a los niños. Al igual que en el ritual, de entrada se dará pie al lenguaje, permitiendo así que los niños pongan palabras a todas las emociones que han vivido a lo largo de la sesión. Una buena práctica, incluiría en esta fase la recogida del material por los propios niños. Además de despedir a los niños con un saludo, para cerrar esta fase también se podría utilizar una canción de despedida.

Este ritual de salida les prepara para el abandono de la sala y sus resonancias tónico-emocionales disponiéndoles adecuadamente en el camino de regreso al aula normal. Hemos de tener en cuenta que el aula de psicomotricidad es un aula especial y distinta a las demás aulas del colegio por eso la entrada y la salida deben estar enmarcadas en un contexto que ayude a los niños al tránsito.

Desarrollo psicomotor de la primera infancia (0-5 años).

El niño/a es puro movimiento. Es su manera de aprender. Conociendo los pasos que sigue en su evolución motriz, le podremos ayudar. Es por ello que presentamos aquí este perfil de desarrollo, que esperamos que sea de utilidad para padres y educadores.

Una advertencia: no son fases estancas, es decir, que no deben tomarse al pie de la letra. Cada niño/a sigue su propio camino y no tiene por qué ajustarse totalmente al ritmo que aquí se indica. No nos alarmemos si él o ella no han realizado aún alguno de los pasos. Hay que darle su tiempo, facilitándole los medios para que lo consiga por sí mismo. Sin forzar,

ni querer que vaya más deprisa, acompañándole en sus vivencias, fomentando su expresividad psicomotriz, dejándole que explore sus posibilidades y las de los objetos, jugando con él/ella. En definitiva, dejar que sea lo que es: un niño/a.

Conceptos generales de desarrollo:

Puede definirse desarrollo como los cambios que se producen en el niño a raíz de su crecimiento (incremento físico en talla, peso, perímetro craneal, tamaño de diversos órganos, etc.) También se emplea el concepto de desarrollo para referirse a la maduración y al perfeccionamiento de funciones de diversos órganos. En esta exposición nos referiremos al desarrollo de funciones del sistema nervioso. Se trata de un proceso continuo, desde los primeros estudios fetales hasta llegar al final de la pubertad. Cumple con las siguientes características principales:

- Es progresivo. Es irreversible. Sus características persisten solo por una generación. Tiene una secuencia determinada (propia de la especie). Los cambios se refieren a mayor complejidad. Estos cambios determinan una mayor adaptabilidad al medio a través de un mejor funcionamiento en diferentes áreas. El conocimiento de la secuencia determinada del desarrollo neurológico es un elemento básico para lograr un buen examen de desarrollo. Tal secuencia fija permite también en el caso de un niño enfermo planificar etapas exactas de la habilitación o rehabilitación de funciones perdidas. Sería importante retomar aquí que el Sistema Nervioso Central es un órgano de gran plasticidad y que es en el cerebro donde se guarda un programa motor innato que se va manifestando conforme las estructuras cerebrales maduran sobre todo durante los primeros tres años de vida, destaca (Ruíz, 1993)

Esa maduración va a depender de las interacciones que el niño pequeño desarrolle con sus padres, con estímulos sensoriales, con la alimentación, enfermedades, ambiente, y otros. El proceso de desarrollo infantil está muy relacionado con la maduración de las estructuras y funciones del sistema nervioso, cuando el crecimiento y desarrollo del niño se verifican en forma normal, se obtiene un proceso armonioso tanto del cuerpo como del intelecto y la personalidad, con un grado relativamente seguro de predicción, señala (Domínguez, 2000).

Esa maduración es descrita por (Le Boulch 1978) como el conjunto de modificaciones que se producen en el organismo en evolución y que transforma las estructuras potenciales en estructuras funcionales, depende inicialmente de la evolución de estructuras neurofisiológicas y por los estímulos afectivos y las relaciones con el mundo exterior.

La personalidad del niño y sus capacidades de adaptación intelectual y motriz son originadas en la interacción entre su organismo y el medio ambiente sin embargo, mucho antes que se defina su personalidad, se ha estado definiendo su Sistema Nervioso Central y cómo se va a mover cada pequeña parte de su cuerpo, cómo va a usar sus sentidos, qué relaciones va a hacer, cómo guarda su memoria, etcétera. El desarrollo motor descrito por (Ajuriaguerra, 1978) y que (Durivage 1999) resume en el cuadro siguiente, se va dando de manera progresiva y sistematizada de la siguiente forma:

Desarrollo motor en primeras etapas

Primera fase: del nacimiento a los 6 meses	Segunda fase: de los 6 meses a los 4 años	Tercera fase: de los 4 a los 7 años.
Se caracteriza por una dependencia completa de la actividad refleja, especialmente de la succión. Alrededor de los 3 meses, el reflejo de succión desaparece debido a los estímulos externos, que incitan el ejercicio y provocan una posibilidad más amplia de acciones y el inicio de los movimientos voluntarios.	Se caracteriza por la organización de las nuevas posibilidades del movimiento. Se observa una movilidad más grande que se integra con la elaboración del espacio y el tiempo. Esta organización sigue estrechamente ligada con la del tono y la maduración.	La tercera fase corresponde a la automatización de estas posibilidades motrices que, como se ha dicho, forman la base necesaria para las futuras adquisiciones.

Tomado de: (Durivage, J. 1999) Educación y Psicomotricidad. México: Editorial Trillas.

(Piaget, 1975) describe en su etapa sensorio-motriz que la elaboración de la inteligencia depende de la acción concreta del niño, que se inicia a través de los movimientos reflejos y la percepción sensorial, a la vez que es generador de experiencias.

Se resumen a continuación elementos anexos al movimiento inicial, como son:

- 1.- Desarrollo de la personalidad: caracterizado por un estado simbiótico (relación del niño con su madre) y un estado sincrético (como vive su cuerpo en relación al mundo exterior).
- 2.- Percepción sensomotriz que es el conjunto de estimulaciones visuales, auditivas y táctiles.
- 3.- El esquema corporal y la imagen corporal, cuya prioridad es el conocimiento de sí mismo, o como lo describe (Ajuriaguerra, 1978), conocimiento que es posible gracias al diálogo tónico que implica la relación estrecha del individuo con el medio ambiente.
- 4.- Elaboración de la lateralidad: como resultado de la predominancia motriz del cerebro, la cual se presenta sobre segmentos corporales derecho e izquierdo y ésta lateralización va a depender del individuo y las influencias culturales que recibe.
- 5.- Elaboración del espacio: se hace paralelamente a la elaboración del esquema corporal y ambos dependen de la evolución de los movimientos.

6.- Elaboración del tiempo: sigue un proceso semejante a la construcción del espacio, depende de factores como la maduración, diálogo tónico, movimiento y acción.

Inicialmente existe el tiempo vivido ligado al sueño y la vigilia, al hambre y a la comida, etc., donde existen tantos tiempos como acciones. Y después el ahora, antes y después, para distinguir situaciones simultáneas y sucesivas.

2.- Principios del desarrollo.

- a. Es un proceso continuo de velocidad no homogénea.
- b. La secuencia del desarrollo es la misma para todos los niños. Lo que varía individualmente es la velocidad del proceso.
- c. El desarrollo no es necesariamente paralelo en todas las áreas.
- d. El desarrollo está íntimamente relacionado con la maduración del sistema nervioso
- e. El desarrollo se produce en dirección céfalocaudal y próximodistal
- f. El desarrollo no es necesariamente paralelo al crecimiento.
- g. Una propiedad del desarrollo es la diferenciación. Consiste en un cambio en un sentido particular apareciendo propiedades específicas y perdiendo otras habilidades.

3. Importancia del desarrollo psicomotor.

El desarrollo psicomotor se puede considerar como la evolución de las capacidades para realizar una serie de movimientos corporales y acciones, así como la representación mental y consciente de los mismos. En este desarrollo hay unos componentes madurativos, relacionados con la maduración cerebral, y unos componentes relacionales que tienen que ver con el hecho de que a través de su movimiento y sus acciones el sujeto entra en contacto con personas y objetos con los que se relaciona de manera constructiva. La meta del desarrollo psicomotor es el control y dominio del propio cuerpo hasta ser capaz de sacar de él todas las posibilidades de acción y expresión que a cada uno le sean posibles, e implica un componente externo o práxico (la acción) y un componente interno o simbólico, la representación del cuerpo y sus posibilidades de acción, señala (Cobos,1995); lo que permite que se vaya construyendo su propia identidad.

Durante los últimos años se ha acrecentado el interés acerca del papel del desarrollo psicomotor en el proceso educativo de los niños, ya que este desarrollo tiene una profunda influencia en el desarrollo general, sobre todo en los períodos iniciales de la vida, pues el tono muscular, la postura y el movimiento son las primeras formas de comunicación humana con el medio. Así mismo, los procesos de aprendizaje humano se establecen sobre el sistema tónico-postural (adquisición del equilibrio y las nociones de esquema e imagen corporal) y la actividad motriz coordinada e intencional, destaca (Quirós, y Schragger, 1979), de ahí que cualquier alteración que afecte al desarrollo psicomotor es potencialmente generadora de una discapacidad de aprendizaje. Por eso, el movimiento se

ve ahora como un facilitador primario del desarrollo cognitivo, afectivo y motor, particularmente durante la infancia y la niñez, épocas éstas en las que estas tres áreas de la conducta humana se encuentran más estrechamente interrelacionadas, por lo que cualquier dificultad en alguna de estas áreas puede afectar negativamente el proceso educativo total del niño.

Hasta no hace mucho tiempo, sin embargo, el desarrollo de habilidades motrices y psicomotrices era dejado al azar, esperando que la maduración y la libre experiencia de los niños serían suficientes para alcanzar un desarrollo psicomotor adecuado. Hoy se sabe que sin experiencias psicomotrices apropiadas, algunos niños no se desarrollarán como sería de esperar. No hay por qué suponer que todos los niños sanos y activos que acceden a la Educación Preescolar poseen conocimiento y dominio adecuado de su cuerpo. Algunos niños de estas edades pueden presentar determinadas dificultades relacionadas con la coordinación, el control postural, la lateralidad o la estructuración espacio-temporal, que afecten de algún modo a su desarrollo, destacan (Frostig, y Maslow, 1984)..

En esta tarea educativa de optimización del desarrollo a través del aprendizaje, debe desempeñar un papel importante el educador como mediador de dicho aprendizaje. Esto hace ver la necesidad de que el educador tenga conocimientos suficientes sobre:

- Aquellas realidades implicadas en el proceso de aprendizaje del cual él es mediador.
- Los medios más adecuados para conseguir cambios conductuales apropiados.
- El niño como agente de su aprendizaje, su nivel de desarrollo, su nivel de competencia y aptitudes, y sus características personales y disposiciones afectivas y emocionales.

Por lo tanto, es necesario destacar la necesidad de que los profesionales de la educación, entre los que hay que incluir a los de la Educación Física, posean una adecuada comprensión del proceso de desarrollo humano y en particular del desarrollo psicomotor. Pero comprender el proceso de desarrollo psicomotor no debe limitarse a un mero conocimiento descriptivo de las diferentes habilidades características de cada etapa evolutiva, sino que se debe procurar conocer también los factores que, junto con los procesos madurativos, intervienen en un desarrollo adecuado de estas habilidades psicomotrices.

Se debe insistir en la necesidad de una oportuna intervención educativa en el desarrollo psicomotor a lo largo de la infancia, dadas las importantes repercusiones que éste tiene en el desarrollo integral del niño. La escuela tiene como función primordial el potenciar el desarrollo del ser humano y también debe estar comprometida en el proceso de optimización del desarrollo psicomotor, por lo que, para poder conseguir este objetivo, ha de disponer de espacios, tiempos, materiales, programas de actuación educativa, y, sobre todo, de profesionales capaces de asumir esta responsabilidad de forma clara, progresiva e imaginativa.

El niño preescolar es un ser en desarrollo que presenta características, físicas, psicológicas y sociales propias, su personalidad se encuentra en proceso de construcción, posee una

historia individual y social, producto de las relaciones que establece con su familia y miembros de la comunidad en que vive.

Importante es en el desarrollo de los programas de educación inicial y ciclo de transición enfatizar las cuatro dimensiones del desarrollo: afectivo, social, cognoscitivo y motriz, los cuales se desarrollan a continuación y deben verse como un proceso integral.

Diseño metodológico.

Población y muestra.

Para la realización de esta investigación la población estuvo constituida por la totalidad de niños de la enseñanza preescolar del municipio Ciénaga de Zapata, de la que fue seleccionada de manera intencional una muestra representada por los 100 niños de la enseñanza preescolar que estudiaban en la única escuela del Consejo Popular Playa Girón. Métodos de investigación. Fueron los Teóricos, Empíricos y Estadísticos matemáticos.

Propuesta de ejercicios para el desarrollo psicomotor en niños de la enseñanza preescolar.

EJERCICIOS	METODOLOGIA.
Abrir y cerrar los ojos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Inflar los cachetes.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las manos, tocándose las yemas de los dedos.
Sacudirse la nariz.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Soplar velitas y motitas de algodón.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Apartarse el pelo de la frente.	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Golpear los labios con las manos como si fuera un indio.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Mover la lengua como péndulo de reloj.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Estirar los labios en forma de trompa.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Enojarse. Sonreír.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Decir las vocales sin que se oiga el sonido. Decir los colores sin que se oiga el sonido.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

EJERCICIOS.	METODOLOGIA.
Decir que no con los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Decir que no con los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las mano, tocándose las yemas de los dedos
Abrazarse los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Dibujar un círculo con los dos pies.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Dibujar un círculo con un pie	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Agarrar con los dedos pañuelos, cintas.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Agarrar la cuerda con los dedos y pasarla.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Caminar por encima de una tabla costillada.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Conducir objetos con un pie.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Conducir objetos con ambos pies.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

EJERCICIOS.	METODOLOGIA.
Palmas unidas abrir y cerrar los dedos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Abrir las palmas, tocándose la yema de los dedos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las mano, tocándose las yemas de los dedos
Con los dedos unidos convertirlos en un pez.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Con los dedos separados volar como un pájaro.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Estirar el elástico.	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Imitar tocar una trompeta.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Abrir y cerrar los dedos apretando una pelota de goma pequeña.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Pasar la pelota hacia la otra mano.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Enrollar la pelota con hilos.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Rodar objetos con los dedos.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

CONCLUSIONES.

Una vez realizado el análisis de los resultados obtenidos para esta investigación, se pudo arribar a las siguientes conclusiones: Antes de la realización de esta investigación, el municipio Ciénaga de Zapata no contaba con un programa para darle tratamiento al desarrollo psicomotor en los niños de la enseñanza preescolar. Un elevado número de profesores de Educación Física del municipio Ciénaga de Zapata no cuenta con una preparación profesional, perfilada con el desarrollo psicomotor. El programa de ejercicios que fue confeccionado y aplicado, permitió elevar significativamente el desarrollo psicomotor en los niños de la enseñanza preescolar del Consejo Popular Playa Girón, pertenecientes al municipio Ciénaga de Zapata. Los resultados de la investigación efectuada

posibilitó que el municipio Ciénaga de Zapata disponga en la actualidad de un programa competente para el tratamiento del desarrollo psicomotor en los niños de la enseñanza preescolar.

Bibliografía.

- Ajuriaguerra, J. Manual de Psiquiatría Infantil. (Editora) Científico- Médica. Barcelona. España. 1978.
- Blázquez, Domingo y Emilio Ortega. La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. (Editora) Cincel España. 1984.
- Brikina, A.T. Gimnasia. (Editora) Pueblo y Educación. La Habana. 1985.
- Ceballos, J.L. y Rodríguez R.R.N. Temas de Medicina Deportiva. (Editora) México Univ. Juárez, Durango. México 2001. p.15-17
- Cerezal, Mezquita Julio y Fiallo. Rodríguez, Jorge. Cómo Investigar en Pedagogía (Editora) Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.2004.
- Cobos, P. El Desarrollo Psicomotor Y Sus Alteraciones. (Editora) Pirámide. Madrid 1995
- Colectivo de autores. Ministerio de Educación. Educación Preescolar 4to ciclo6º año de vida. (Editora) Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. 2005
- Colectivo de autores. Maduración morfofuncional de los principios sistemas fisiológicos del organismo de los niños de edad preescolar.(Editora) Uneshstoreizdat. Moscú. 1988
- Cravioto, J. Desnutrición grave y desarrollo de capacidades motoras en niños y niñas. (Editora) Anais nestlé Nro 107.1982.
- Da Fonseca, V. Estudio y Génesis de la Psicomotricidad. Barcelona. 1996
- Domínguez, F. La estimulación temprana: enfoques, principios y particularidades. En memoria III Encuentro Internacional de Educación Inicial y Preescolar. La Habana, Cuba. 2000.
- Donskoi, D. y Zatsiortski, V. Biomecánica de los Ejercicios Físicos.(Editora) Ráduga. Moscú.1988.
- Durivage, J. Educación y Psicomotricidad: Manual Para el Nivel Preescolar. (Editora) Trillas. México. 1999.
- Durivage, Johanne. Educación y Psicomotricidad. Editorial Trillas. México. 1987.

- Estévez, Culell, M. La investigación científica en la actividad física. Su metodología. (Editora) Deportes. Ciudad de La Habana. Cuba. 2005
- Ferrari, A. El maravilloso mundo del juego. La Rioja. (Editora) Canguro. Argentina. 1994
- Fleitas, Díaz I. et al. Teoría y Práctica General de la Gimnasia.1987. (Editora). J a. Huelga. INDER 1987.
- Fonseca, V. D. Reflexiones sobre el desarrollo psicobiológico del niño. Infancia y aprendizaje.1979.
- Frostig, M. y Maslow, P. Educación del Movimiento: Teoría y Práctica. (Editora) Médica Panamericana. Buenos Aires. 1984:
- C Guerra Bustillo, C. W. et al. Estadística. (Editora) Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. Cuba.1991
- Gyton, Arthur C. Tratado de Fisiología Médica. (Editora) Importécnica. Madrid. España. 1971.
- Hernández, Corvo Roberto. Morfología Funcional Deportiva (Editora) Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. Cuba. 1987.
- Hohmann, Mary et al. Niños pequeños en acción. (Editora) Trillas. México 1986.
- Lazaine, S. V. Cultura Física para pequeños. (Editora) Prosvieschenie. Moscú.1987
- Le Boulch, J. L. Desarrollo psicomotor del nacimiento a los 6 años.(Editora) Doñate. Madrid. España.1984.
- Le Boulch Jean. La educación por el movimiento. (Editora). Paidotribo. España. 1981.
- Lora Risco, Josefa. Psicomotricidad. Hacia una educación integral. (Editora). Desa. S.A. Perú. 1989.
- C. Mesa Anoceto M. Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte. (Editora) José Martí, Ciudad de la Habana, Cuba. 2006.
- Meinel, K. Didáctica del movimiento. Desarrollo motor de 0 a 6 años. (Editora) ORBE. Ciudad de la Habana. Cuba. 1977.
- Nocado de León, Irma et al. Metodología de la Investigación Educacional. Segunda Parte (Editora) Pueblo y Educación. La Habana. Cuba.1976.
- Pedagogía 95. La Educación Física en Cuba. Palacio de las convenciones. Ciudad de la Habana. Cuba.1995.

- Pérez, Rodríguez, Gastón. et al. Metodología de la Investigación Educativa. Primera Parte (Editora) Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 1976.
- Rives, M. Lisenkov, y N. Bushkovich V. Anatomía Humana Tomo I (Editora) MIR. Moscú. 1981.
- Piaget, J. Los Años Postergados: La Primera Infancia. (Editora) Paidotribo. Buenos Aires. 1975.
- Quirós, J y Scharager, O. Lenguaje, Aprendizaje y Psicomotricidad. (Editora). Médica Panamericana. Buenos Aires. 1979
- Ruiz, L. Desarrollo Motor y Actividades Físicas. (Editora) Gymnos. España. 1987.
- Toledo Díaz y Edison Yamir. Elementos de Metodología de la Investigación La Habana. CD RUM. de la Universalización de la Cultura Física. 2002
- Zatsiorski, V. et al. Metrología deportiva. (Editora) Planeta Moscú. 1989.