

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN
INFANTIL

CURSO 2015/2016

***“El cuerpo y el movimiento en las aulas
de Educación Infantil”***

“Body and movement in kindergarten classrooms”

Autor: Alia Helguera Espina

Director: Francisco Javier López Jorde

20 de Julio de 2016

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR



Índice

Resumen	3
Palabras clave	3
Introducción	4
El niño y su cuerpo	6
El cuerpo en la vida.	6
El niño y su cuerpo.	7
El cuerpo en la escuela.	9
Esquema corporal.....	13
Definición y beneficios.....	13
Evolución histórica.	15
Elementos.	18
Etapas por las que pasa el niño.	21
Psicomotricidad	23
Importancia en la infancia y beneficios.	23
Papel del educador / Acción educativa.	25
Tipos de sesiones.	26
Sesión	28
Resultado y conclusiones	36
Bibliografía.....	38

Resumen

La concepción del cuerpo ha ido cambiando a lo largo de los años y con ella la visión de este en la escuela. Los niños desde que nacen son todo movimiento y, a través de este, van descubriéndose. Los posteriores avances en el desarrollo psicomotor les permitirá desplazarse y tener la oportunidad de explorar el mundo que les rodea. Las posibilidades de movimiento y exploración están ligadas al desarrollo cognitivo, por ello desde la escuela debemos fomentar que los niños realicen tareas ligadas a su cuerpo. Como educadores debemos buscar actividades que les aporten los conocimientos necesarios y que se produzcan de forma lúdica para que se conviertan en duraderos y la mejor manera es trabajando y explorando el cuerpo.

The conception of the body has been changing over the years and with it the vision of this school. Children from birth are all movement and, through this, they discovered. Further advances in psychomotor development will allow them to move and have the opportunity to explore the world around them. The possibilities of movement and exploration are linked to cognitive development, so from school, we should encourage children to perform tasks related to your body. As educators we must look for activities that give them the necessary knowledge and occurring in a playful way to become durable and the best way is working and exploring the body.

Palabras clave

Cuerpo, movimiento, desarrollo psicomotor, motricidad, desarrollo afectivo, seguridad, desarrollo cognitivo, autonomía, aprendizaje.

Body, movement, psychomotor development, motor skills, emotional development , security, cognitive development , autonomy, learning.

Introducción

El cuerpo y el movimiento pueden tener muchos puntos de mira y ser abordados desde diferentes ciencias o ámbitos profesionales. Como futura docente de la etapa de Educación Infantil he querido realizar un análisis para averiguar de qué forma se concibe el cuerpo y el movimiento de los niños dentro del ámbito escolar.

Desde que el organismo se va formando, el movimiento se convierte en una cualidad característica de él y le acompañará el resto de su vida. Es imposible pensar en realizar alguna tarea sin poner en movimiento nuestro mecanismo corporal. Esta es la razón fundamental por la que el cuerpo se debe convertir en el eje del trabajo en la escuela, ya que a través de él somos capaces de adquirir conocimientos y de relacionarnos de una forma adecuada.

Desde que somos pequeños nos enseñan a hablar y a movernos para después decirnos que no hablemos y no nos movamos. Este tipo de situaciones se da en ocasiones en las aulas, haciendo que los niños se sienten en silencio a escuchar la explicación de una actividad, que más tarde realizarán en sus zonas de trabajo.

Los niños a tempranas edades necesitan realizar actividades que requieran movimiento y que les permitan la exploración del entorno con el fin de ir conociéndolo y asimilándolo. Posteriormente, es probable que sea necesario que plasmen lo vivido en un papel para poder acomodar esos conocimientos y tenerlo como recuerdo sobre el que se podrá trabajar en un futuro.

En mis contactos con niños he podido observar como en los momentos de patio (juego libre) dedican la mayor parte de su tiempo a correr, saltar, moverse, etc., es decir, a liberar todo ese movimiento que han tenido contenido a lo largo de la jornada escolar. Esto ha causado un gran interés en mí y me ha hecho reflexionar a cerca de la importancia que tiene el movimiento en el desarrollo evolutivo y en la relación de los niños con el entorno.

Este proyecto me ha dado la oportunidad de realizarme interrogantes en torno a un tema tan importante para la evolución de los niños, como es el cuerpo y el movimiento, e ir resolviendo estos interrogantes a partir de mis estudios, lecturas, conocimientos y propias experiencias que he tenido como alumna y, a su vez, como docente en prácticas en diferentes escuelas infantiles. Mi intención es tener un acercamiento teórico y práctico en lo referente al movimiento en nuestras escuelas; antes y ahora.

Las corrientes y concepciones que estudian el cuerpo y su movimiento son muchas, pero como personal docente nos debemos quedar con todas aquellas que nos ayuden en el conocimiento sobre la etapa corporal, en la que se encuentran y el tipo de actividades que favorecen su crecimiento físico y psicológico. Es importante transmitir a los niños que lo importante es disfrutar, crecer, y expresarse durante todas las experiencias y formas de aprender que la familia y la escuela les proporcione a lo largo de su vida.

Con el fin de mejorar la adquisición de conocimientos en los niños es importante conocer de qué manera estos se expresan o exteriorizan su capacidad corporal, y para ello es imprescindible ser consciente de qué medios disponen para poder desarrollar su potencial como individuo creativo. Como guías de su aprendizaje y desarrollo es importante buscar las claves para no coartar las capacidades y potencialidades de nuestros más pequeños.

El niño para descubrir su “yo”, su personalidad y su entorno necesita poder apaciguar esa curiosidad innata de experimentar, manipular, bailar, dibujar, colorear, hablar, jugar etc., puesto que son sus medios de expresión y sus lenguajes “más primarios” que facilitaran su desarrollo.

El objetivo del sistema educativo es formar personas libres, independientes y contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños/as y considero que el mejor método para hacerlo es a través del cuerpo y su movimiento. Además, este nos permite trabajar con una mayor flexibilidad y ofrecer una mejor adaptación a las necesidades de los más pequeños.

El niño y su cuerpo

El cuerpo en la vida.

En la antigüedad existía un concepto dualista sobre el cuerpo en la vida del hombre. Las ideas de Platón, corroboradas por Aristóteles y posteriormente por Descartes, consideraban que el cuerpo simplemente era un soporte anatómico-fisiológico y que su única función y valor era contener el espíritu. El cuerpo también ha sido definido como una masa formada por huesos y articulaciones, como una máquina de la que hay que extraer el máximo potencial. Como dice Lora (1991) “el cuerpo tenía significado de objeto, instrumento de la acción”. Con estas definiciones nos damos cuenta que el cuerpo apenas poseía valor más allá de un mero soporte.

Con los años esta concepción ha ido cambiando y el cuerpo cada vez posee una mayor relevancia y valor, más allá de un mero contenedor del alma. En 1965 Wallon dijo que el cuerpo era el eje central del mundo y que era este quien posibilitaba la toma de conciencia de su entorno y agregó la necesidad del cuerpo para la existencia propia y la del mundo.

En la vida, es el cuerpo el que nos permite realizar todo tipo de acciones con nosotros mismos, con el mundo de los objetos y con el mundo de los demás. Por ello, sin él nada existe. El cuerpo es capaz de percibirse a sí mismo a la vez que percibe el mundo, lo que le da la posibilidad de actuar sobre ambos. Esta actuación es la que aporta una serie de conocimientos necesarios para la vida, tanto sociales, como intelectuales o ambientales (espacio y tiempo).

El cuerpo también tiene un lenguaje, la comunicación no verbal, y se le suele dar poca importancia, a pesar de la gran cantidad de información que nos aporta. Es una fuente de expresión intelectual y un medio privilegiado de relación y comunicación con el mundo exterior a través de la psicomotricidad.

El cuerpo es muy versátil, algunas de las diferentes funciones que encontramos en el cuerpo son: el cuerpo como objeto, como condición para la acción, como instrumento, como medio de expresión, comunicación, presencia y reconocimiento del otro.

Por último, como dice Merleau – Ponty (1975), el cuerpo nos permite “ser en el mundo” y establecer puntos de referencia que nos ayudan a abandonar el universo egocéntrico y subjetivo en el que nos encontramos en la infancia. Este, además de tener la capacidad de establecer relaciones con el entorno, es un instrumento de expresión que aporta y nos permite recibir información sobre pensamientos o estados de ánimo a través del gesto y la postura; incluso la ausencia de estos nos transmite un mensaje.

El niño y su cuerpo.

En los primeros meses de vida el niño posee una gran curiosidad por su cuerpo. Este, es considerado un objeto más y empleado como instrumento cuando necesita dominar algo. Hasta los cuatro años el niño emplea todo el cuerpo en cada acción, realizando movimientos totales. No será hasta más tarde, aproximadamente los seis años, cuando sea capaz de desarrollar las estructuras más finas, pero deberemos esperar hasta que el niño/a tenga siete años para que adquiera conciencia de su propio cuerpo (Lora, 1991).

Al observar el proceso de crecimiento del niño, podemos apreciar que todo en él es movimiento y que la acción corporal es el medio irremplazable del que dispone para poder ir descubriéndose a sí mismo y, al mismo tiempo, descubrir el mundo que le rodea. El movimiento aparece como primer sistema de señales (antes que el lenguaje verbal), ya que es con su gesto y su movimiento con lo que el niño empieza su conocimiento y relación con el mundo; es un medio natural de expresión y comunicación.

Actualmente, se considera muy difícil dividir entre el psiquismo y el cuerpo (Ajuriaguerra, 1974). El niño habita dentro de un cuerpo a través del cual expresa sus necesidades, pulsiones y emociones. Esto hace necesario que las personas que le rodean sepan entender el cuerpo y las señales que de él se derivan, pues son otro método de comunicación.

Wallon (1965) considera que el movimiento es una fuente inagotable de experiencias, origen de conocimiento y afectos. La exteriorización de estos forman parte de la expresión del hombre, es decir, de su lenguaje no verbal. A

través de diferentes experiencias este lenguaje se va perfeccionando y enriqueciendo y constituyen la mejor forma de relación con el mundo de los seres y objetos.

El niño es un ser global, con un conjunto de necesidades, que construye sus conocimientos a través de sus vivencias. El movimiento es el medio del que dispone para poder ir descubriéndose a sí mismo, descubriendo el mundo de los objetos y el mundo de lo social. La relación consigo mismo le facilita la toma de conciencia de su cuerpo, tanto de forma segmentada como global, y le facilita el “sentirse a sí mismo”; y la relación con el mundo exterior (de los objetos y de lo social) ejercita sus habilidades perceptivo-motrices.

Otra de las características del niño es que es un ser activo, que necesita de actividades que le permitan experimentar con su cuerpo a través de lo que percibe, vive, conoce, le dan y recibe y, de lo que hace. Todo esto va formando un conjunto de datos significativos sobre los que puede ir estructurando su personalidad. Cuanto más activo sea el niño más seguro estará de sí mismo, y si posee un gran control de su cuerpo conseguirá mejorar su capacidad de tomar decisiones y de actuar con eficacia.

Además, el niño al realizar diferentes ejercicios va tomando conocimiento de las respuestas motoras que es capaz de dar ante los diversos estímulos ante los que se encuentra, conoce mejores respuestas y diferentes formas de relación con los objetos, con los otros y, fundamentalmente, consigo mismo. Toda acción corporal representa una posibilidad de conocimiento y poco a poco facilita la adquisición de autonomía.

Rousseau (1961) consideraba que el movimiento corporal es una forma de expresar la libertad del hombre y que, en su encuentro con el mundo, surge como manifestación y comprobación de las propias potencialidades y como conciencia de la capacidad de relación.

Es necesario ser consciente que cada movimiento tiene impregnado el sello personal de la persona que lo realiza y, a través de él, podemos identificar su carácter y su personalidad.

El cuerpo en la escuela.

El cuerpo es la unidad indivisible a la persona, por lo que se convierte en el encargado de incorporar al niño en el mundo, en la vida; lo que le aporta un gran valor en cualquier tipo de actividad y de conocimiento que se quiera adquirir. Además, el movimiento es un incentivador del desarrollo y un corrector en los ajustes que el niño demanda en los diferentes aspectos de su vida: relacional, interna y externa (Lora, 1991). Por lo tanto, un correcto desarrollo del cuerpo, a través del movimiento, le permitirá desenvolverse y relacionarse con su entorno de una forma adecuada y sacando el máximo provecho a las oportunidades de aprendizaje que hay en él.

La acción educativa en determinadas ocasiones continúa tratando al cuerpo como un objeto, restándole la humanidad que envuelve sus acciones y potencialidades. Por lo tanto, el cuerpo se convierte en un objeto adiestrado con única validez en el ámbito deportista o laboral y no se le emplea como un instrumento a través del cual se adquieren conocimientos.

Vayer considera que “la primera educación no puede ser otra que global, partiendo de lo ya vivido” y todo lo vivido posee una relación directa con el cuerpo, que es el que facilita ese contacto. Esto hace ver que en la actividad educativa el movimiento natural, espontáneo y vivenciado constituye un medio indispensable de aprendizaje, que debe ser empleado en las aulas. Esta idea, también queda apoyada por el método Montessori, el cual destaca la importancia de la acción corporal del sujeto, concediéndole al cuerpo el valor y la significación que tiene.

Las palabras educación y movimiento van unidas formando parte de un tándem que nos lleva a entender una educación donde el niño se convierte en un sujeto activo y protagonista de su aprendizaje. Esta concepción de la educación nos hace ir un paso más allá, superando concepciones tradicionales donde el alumnado era meramente un sujeto que debía permanecer pasivo y atento a los conocimientos que el educador impartía. La incorporación del cuerpo al aula permite suscitar, desarrollar y cultivar cualidades humanas importantes en el pleno desarrollo de un individuo.

En las aulas se disponen de espacios y tiempos para el desarrollo de actividades físicas y a medida que los niños/as se van haciendo más mayores, estos se ven reducidos. Si analizamos los momentos específicos de los que disponen los niños para realizar actividades que sugieran movimiento, encontramos principalmente dos; las clases de psicomotricidad (una o dos veces por semana) y los momentos de patio. Un espacio que se debe tener en cuenta en el aula son los rincones, donde se permite a los niños jugar en determinadas ocasiones, pero esto, en mi opinión, tiene el impedimento de que el alumnado apenas dispone de espacio para moverse.

Considero que es necesario analizar un poco más a fondo los momentos escolares en los que más movimiento se realiza. Los niños, de manera general, suelen tener más o menos una hora de patio (repartida en dos momentos) en las que realizan juegos, exploraciones, rastreos, etc., a través de movimientos libres, simplemente dirigidos por las normas que ellos mismos se imponen, lo que facilita de forma natural la adquisición de habilidades motoras y cognitivas. Por otro lado, encontramos las clases de psicomotricidad, impartidas por los educadores de los niños, donde principalmente se realizan actividades muy dirigidas y sin apenas variaciones. En mi opinión este tipo de actividades no cubren las necesidades de los niños y tampoco son motivadoras, además de forzar la adquisición de unas determinadas capacidades para las que puede que aún no estén preparados, pudiendo, incluso, llegar a crearles angustias ante determinadas actividades.

En las aulas de educación infantil existe un principio esencial, ineludible, a partir del cual se cree que todos los conocimientos o conceptos que aprende el alumnado parten de un “aprendizaje globalizado”, con el que todo se aprende de manera conjunta y sin abrir barreras entre los diferentes saberes y/o conceptos. Esto me hace cuestionarme la posibilidad de emplear el movimiento como hilo conductor para el aprendizaje de todos los conocimientos y habilidades, como matemáticas, lenguaje, sociales, espaciales, etc., ya que es una necesidad ineludible y necesaria en el ser humano, además de resultar motivadora en la infancia.

Como futura educadora considero que estamos en una de las etapas más importantes para el desarrollo de capacidades naturales, que permiten al niño abrir su mente y adquirir su desarrollo pleno como persona. En etapas posteriores considero que será más difícil extraer todo ese potencial. Esta capacidad de movimiento con la que cada niño llega al aula no debe de ser coartada. Desde la escuela se debe potenciar y saber establecer un equilibrio entre los estados de acción y los de reposo, con el fin de encontrar un equilibrio en el niño que le facilitará la vida y la relación con los demás, con los objetos y consigo mismo.

Los educadores deben tener presente en sus actividades escolares lo dispuesto en el Boletín Oficial del Estado y, más concretamente, en la adaptación que realiza cada comunidad autónoma. En el caso de Cantabria se debe tener presente el Decreto 143/2007, de 31 de octubre, por el que se establecen los contenidos educativos del primer ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Cantabria y el Decreto 79/2008, de 14 de agosto, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Cantabria. Estas leyes son la cabecera sobre el tipo de actividades y los conocimientos que son imprescindibles en la etapa en la que nos encontramos. Por ello, a continuación, comentaré aspectos de la ley en los que se refleja la educación del movimiento, la psicomotricidad y el cuerpo en el aula.

Analizando las leyes que rigen los objetivos y los contenidos en la primera infancia, observamos que se tiene muy en cuenta el cuerpo, el movimiento y la expresión corporal. En la ley, el trabajo del cuerpo es una pieza clave en el desarrollo pleno del niño. Las actividades motrices son un medio de expresión libre que se mencionan a lo largo de las leyes de educación como ejes de autoexpresión y aprendizaje.

Esta importancia del cuerpo en el aula se ve reflejada a lo largo de todo el currículo de Educación Infantil. Al analizarlo detenidamente podemos observar que este dispone de varios bloques de contenido donde se hace especial énfasis al ámbito corporal: el cuerpo y la propia imagen (Bloque I), juego y movimiento (Bloque II), entre otros. Además, se hace referencia al

trabajo del cuerpo a través de diferentes actividades como la expresión dramática, la música, etc.

Se entiende con esto, que la ley propone una educación justa y moderna, que parta de las necesidades de los niños y que conciba como necesaria la implicación que debe tener esta capacidad dentro del sistema educativo. Una capacidad latente en el niño y que es necesario que este exteriorice y desarrolle a lo largo de la vida.

Son muchos los docentes que sienten miedo y rechazo a realizar actividades de movimiento con los niños porque suponen una labor extra de organización del aula y de los espacios; y porque, en ocasiones, resulta mucho más organizado y comfortable sentarles en una mesa a escuchar atentamente una retahíla de conocimientos que deben adquirir en lugar de dejarles explorarlos.

Si verdaderamente queremos educar integralmente a los niños, todo aprendizaje en los primeros años ha de partir del cuerpo como realidad concreta, pues es la única en conferir unidad a la acción educativa. El aprendizaje de una conducta se adquiere observando o experimentando. En definitiva, se aprende relacionándose con el medio y esta relación se hace a través del movimiento.

En las aulas se está haciendo todo lo posible por avanzar y poder integrar más actividades en las que el niño/a sea un ser participativo y activo, dejando así de lado el adoctrinamiento y la visión del cuerpo como un soporte. Para poder llevar a cabo este cambio, los educadores tienen el reto de reformular el sistema educativo haciendo que se parta de la actividad corporal como núcleo motivador y generador de interrelaciones entre los distintos contenidos del intelecto y entre estos, la afectividad y todos los sistemas relacionales del hombre y del ambiente. En este campo, el de la educación corporal, considero que es necesario realizar cambios en la organización de los espacios y los tiempos con el fin de tener muy presente las diferentes maneras en las que el cuerpo puede participar en las acciones; ya sea el cuerpo como objeto, como instrumento para llevar a cabo la acción, como forma de expresión o como "ser-en-el-mundo". De esta forma será más fácil trabajar de

manera global todos los ámbitos del ser humano, teniendo en cuenta también sus experiencias. Porque como decía Lapierre (1977): “El cuerpo como fuente de funciones y rector de cambios relacionales constituye un camino diferente hacia el desarrollo integral, al mismo tiempo que es aglutinador de experiencias cognitivas, afectivas y relacionales”.

Esquema corporal

Definición y beneficios.

Existen diferentes formas de concebir/definir el esquema corporal en función a los diferentes puntos de vista y a los autores que las realicen.

Heacen y Ajuriaguerra (1952) al hablar del esquema corporal señalan que “Desde el punto de vista psicológico, el concepto de esquema corporal se aplica a un sentimiento que tenemos de nuestro propio cuerpo, de nuestro espacio corporal. Desde el punto de vista fisiológico, representa la función de un mecanismo fisiológico que nos da el sentimiento correspondiente a la estructura real del cuerpo”. Años más tarde, Wallon (1970) considera que “el esquema corporal es el resultado y la condición de las relaciones precisas entre el individuo y su medio”. Por otra parte, Le Boulch (1970) defiende que “es un conocimiento inmediato que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o en movimiento en relación con sus diferentes partes y, sobre todo, en relación con el espacio y los objetos que nos rodean”.

De esta manera, tomando como referencia a diferentes autores que tratan el esquema corporal, considero que el esquema corporal puede definirse como la intuición global o el conocimiento inmediato que poseemos de nuestro cuerpo, tanto en estado de reposo como en movimiento, en función a la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que le rodean. En esta representación mental se tienen en cuenta y se es consciente de las posibilidades y limitaciones del propio cuerpo, esto facilitará el pleno desarrollo, a nivel sensoriomotor, cognitivo y socio-afectivo.

Este esquema va adquiriéndose y formándose de forma paulatina desde el nacimiento hasta los doce años aproximadamente, a partir de la experiencia corporal del niño. Además, en esta adquisición entra en acción también la maduración del sistema nervioso y el nivel de acción con los diferentes sistemas que le rodean (tanto el mundo de los objetos, como el de las personas, como la relación consigo mismo).

Para facilitar una correcta adquisición del esquema corporal el niño debe tener una buena representación mental del propio cuerpo y un conocimiento de sus características, funciones y estructuras corporales. Esto permitirá la adquisición de un conjunto de competencias que ayudaran al desenvolvimiento correcto en el entorno en el que se encuentre. Entre estas, encontramos las siguientes:

- La correcta interiorización de las informaciones recogidas a través de los sentidos que permitirán situar los objetos en el espacio a través de la relación con su propio cuerpo, sus características físicas y su posibilidad de acción sobre ellas.
- El equilibrio postural que tienen una relación directa con la imagen corporal que poseemos de nuestro propio cuerpo.
- La orientación espacial ya que toma como referencia las propias coordenadas corporales.
- La independencia segmentaria, relacionada con la independencia de los distintos segmentos corporales. Esta habilidad posibilita realizar movimientos complejos de forma hábil y coordinada.
- El control del movimiento y el control del tono ya que es necesario tener el grado de tensión o relajación apropiado en cada situación.
- La adquisición de vocabulario sobre el cuerpo también va a promover la construcción de una imagen mental en la que aparezcan integradas cada una de que integre cada una de sus partes.

La adquisición de estas destrezas o habilidades facilitan la representación del cuerpo humano, que se va adquiriendo a medida que se desarrolla el

esquema corporal. Como docentes, debemos ser conscientes y no olvidar que el esquema corporal y la imagen que tenemos de nuestro propio cuerpo tienen una relación directa con todos los ámbitos de desarrollo del niño y que no simplemente desarrollan el ámbito motor. Además, el cuerpo es nuestro medio en la vida, para la realización de cualquier actividad necesitamos de él, por lo que la relación que tengamos con otras personas también va a estar influenciada y esto influirá a su vez en nuestra identidad corporal.

Evolución histórica.

El esquema corporal es un tema que dispone de multitud de términos paralelos como: cinestesia, esquema postural del cuerpo, representación del propio cuerpo, imagen espacial del cuerpo, etc., todos estos conceptos nacen, principalmente, del terreno neurológico.

La ciencia que empezó a estudiar este término fue la neurología, pero posteriormente ha sido el campo de la psicología el que se ha centrado más en el desarrollo de este concepto desde diferentes puntos de vista: la psicología genética, la psicología de la percepción y la psicología dinámica, principalmente. A continuación, explicaré algunos puntos clave de los diferentes estudios a nivel psicológico que se han realizado sobre el esquema corporal, para poder comprender mejor este concepto y los cambios que sufre en función al tipo de estudio que se realicen sobre ello (Ballesteros, 1982).

En el punto de vista de la psicología genética encontramos a autores como Piaget, Wallon, Zazzo y Koupernik, entre otros. Estos se centran principalmente en la formación y evolución del esquema corporal a lo largo del desarrollo humano. Desde esta perspectiva existen dos maneras de acercarse al estudio del cuerpo en función a los autores que lo estudiasen. Por un lado, Wallon y los psicoanalistas estudiaban el cuerpo según cómo fuera vivenciado y, por otro, Piaget que lo estudiaba tal y como se le conoce. Todos estos autores coinciden en que al nacer el niño no es capaz de distinguirse de su entorno y que es su propia acción la que le hace descubrir su cuerpo diferenciándose del mundo exterior y de las demás personas. Wallon cree que la base de la actividad práctica y de la consciente es el esquema corporal y que

posee una dimensión afectiva y social. Esto es secundado por Zazzo, quien además añade la importancia que tiene que el niño pueda ver la imagen del otro para su propio descubrimiento, ya que, según sus estudios, el reconocimiento de los demás se produce de forma anterior al de sí mismo. Por último, remarcan el valor de educar en los primeros años de vida la imagen, el uso y el control de su cuerpo. Piaget, por su parte, sin estudiar directamente este término, cree que el cuerpo obedece a las mismas leyes generales que rigen el conocimiento y la representación mental de todos los objetos. Además, para este, las estructuras innatas que organizan el psiquismo desde el nacimiento, son reflejos innatos que permiten la expresión de la inteligencia sensoriomotriz y estos esquemas son los que permiten al niño tener contacto con el medio.

Desde el punto de vista de la psicología de la percepción, se centran en estudiar el cuerpo por cómo se percibe en relación con la percepción de los objetos exteriores, es decir, que el cuerpo y el objeto deben estar en constantemente en interacción. Wapner y Werner han llegado a la conclusión de que hay una relación entre el modo en el que una persona percibe su cuerpo, su yo y el mundo exterior. Por ello, un cambio en la relación entre la persona y el medio influye en el modo de experimentar el cuerpo y sus partes. Por último, en diversos estudios descubrieron que la capacidad para percibir el cuerpo sin dependencia del medio, se relaciona con la capacidad para percibir cualquier objeto separado del contexto y de ahí extrajeron los términos “sujetos independientes de campo” y “sujetos dependientes de campo”. Los primeros, se caracterizan por su capacidad de percibir el cuerpo en posición vertical con independencia de la posición del medio, es decir, como algo separado del entorno. Estos sujetos están más centrados en el medio que les rodea, más orientados hacia tareas concretas y poseen la capacidad de realizar dibujos más articulados. Se les puede diferenciar porque tienen tendencia a jugar solos en su mesa de trabajo. Por otro lado, los “sujetos dependientes de campo” necesitan estar alineados con el medio y por lo tanto son menos capaces de extraer cualquier elemento del contexto en el que se encuentre, teniendo así una visión más global y menos articulada de sí mismos. Estos sujetos se distinguen por centrarse más en el ámbito social y poseer una mayor

sensibilidad social, por lo que tienen tendencia a jugar con otros niños en la zona de los bloques. (McIntire y Dreyer, 1993).

Por último, desde el punto de vista de la psicología dinámica, encontramos a Fisher y a Cleveland que han tratado de estudiar los límites que caracterizan la percepción del propio cuerpo, el cual consideran que es percibido a la par que percibe. Ambos, tienen el logro de haber remarcado la interdependencia que existe entre las actividades cognitivas y afectivas y la organización de la cognición y percepción del cuerpo (Ajuriaguerra, 1969). El valor afectivo que se le aporta a las distintas partes del cuerpo, tiene una relación con la historia pasada de estas partes y, en particular, con las repercusiones afectivas que caracterizaron sus adquisiciones. Realizaron numerosos estudios intentando establecer relaciones entre los límites de la imagen corporal y la personalidad y la memoria. Analizando la precisión con la que se sienten los límites del cuerpo, descubrieron dos tipos de índices: el “Índice de delimitación” y el “Índice de penetración”. El primero, se caracteriza porque el sujeto manifiesta una función protectora del contorno corporal y tiene los límites de su cuerpo bien definidos. Este individuo es capaz de recordar frases relacionadas con sensaciones que pertenecen a las regiones limítrofes del cuerpo, de salir adelante en situaciones frustrantes, tienen más posibilidades de tener conductas automáticas, de completar mejor sus tareas, es más afectivo en su relación con los demás y presencia resistencia a la manipulación por la confianza que tiene al tomar sus decisiones. El segundo término está relacionado con una menor definición de los límites corporales. Según estos autores estos presentan una relación con la memoria selectiva, es decir, los individuos que presentan un mayor índice de penetración eran capaces de recordar más palabras que hacían referencia a la penetración frente a palabras que no lo hacían. Estos estudios aportan otro punto de vista acerca del esquema corporal, demostrando la relación y la importancia de las sensaciones corporales para el aprendizaje y la memoria.

Todos estos autores y teorías nos ofrecen una mayor información acerca del cuerpo y de su importancia en la infancia y en la adquisición de aprendizajes. Como futuros educadores debemos conocer todas las posibilidades que nos puede ofrecer el cuerpo para poder extraer de él su

máximo potencial. Además, es importante conocer como, con el paso de los años, el cuerpo en la vida ha ido ganando importancia y como esto nos ha aportado un conjunto de beneficios a nivel físico, emocional y motor.

Elementos.

El proceso a través del cual se estructura el esquema corporal pasa por diferentes etapas en las que se necesita la interiorización y el desarrollo de una serie de elementos para configurar un buen dominio y control del propio cuerpo.

Existen diferentes ideas y versiones, en función a los autores que las desarrollen, sobre los componentes que son necesarios para la adquisición de un adecuado esquema corporal. A continuación voy a exponer los elementos que componen el esquema corporal y que va a facilitar una buena adquisición de este, según la mayoría de los autores. Estos son los siguientes:

- *Conocimiento del propio cuerpo.* El cuerpo es el primer medio de relación del que disponemos en el mundo que nos rodea, por lo tanto, cuanto más lo conozcamos mayores beneficios podremos extraer de él. La influencia de la familia y su entorno más próximo, en los primeros años de vida es determinante. El cuerpo es la parte visible del ser humano, percibiendo y expresando los tres tipos de vivencias del hombre y del entorno (físicas, intelectuales y afectivas). Por ello, es muy importante que el niño conozca las diferentes partes de su cuerpo y sus posibilidades de acción, con el fin de conseguir su total integración. Para Picq y Vayer, esta educación del conocimiento y control del propio cuerpo se realiza en dos niveles: el de la consciencia y el conocimiento y el control de sí mismo. Se aconseja empezar por ejercicios que impliquen movilización y concienciación del cuerpo en su globalidad, para después, comenzar con ejercicios de movilización segmentaria y terminar con ejercicios de movilización y concienciación global, favoreciendo en el niño una imagen completa de su propio cuerpo.

- *Educación de la actitud.* Según Picq y Vayer es “el hábito postural que se instala progresivamente a lo largo del desarrollo psico-biológico del niño/a”. Al hablar de actitud se hace referencia al significado que damos a las manifestaciones corporales que el sujeto emplea en su comportamiento con las relaciones. Relacionado con este concepto, encontramos la postura y el tono. La postura se refiere a la posición y localización de las distintas partes del cuerpo y el tono, es la condición necesaria y previa a la acción. Para lograr una buena actitud se debería desarrollar la percepción y el control del propio cuerpo como fase previa para la realización de cualquier trabajo específico en el esquema corporal (equilibrio, desarrollo de la movilidad articular, posturas equilibradas y económicas, relajación y respiración y control sobre el tono muscular).

- *Equilibrio.* Es la capacidad de tomar conciencia y mantener cualquier posición del cuerpo contra la ley de la gravedad según Mosston (1986). Dentro del desarrollo del esquema corporal, sobre todo relacionado con el control tónico-postural, el equilibrio es importante ya que facilita el equilibrio postural. Se pueden diferenciar tres tipos de equilibrio: estático, dinámico y reequilibración o post-movimiento (permite mantener una actitud equilibrada en posición estática después de una actitud dinámica). Entre los factores básicos de los que depende el equilibrio, destacamos: base de sustentación, posición del centro de la gravedad y otros factores que son condiciones previas como la visión.

- *Respiración.* Es otro elemento importante dentro del esquema corporal, ya que existe relación entre las dificultades motrices y una mala respiración. La educación de la respiración está constituida por la toma de conciencia del acto respiratorio y sus fases: inspiración, apnea, espiración, disnea. La respiración presenta también una relación directa con el conocimiento del propio cuerpo: juego del tórax, abdomen-control muscular-relajamiento segmentario. Esta capacidad se puede trabajar con los niños/as teniendo las siguientes consideraciones: influye en los estados de ansiedad y de comportamiento general de los niños, los pasos en la educación de la respiración han de ser secuenciados con precisión, los ejercicios de respiración deben ser precedidos por ejercicios de relajación

global o, al menos, por un intervalo de reposo y se deben eliminar aspectos que pueden desviar la atención.

- *Relajación*. Picq y Vayer consideran que las técnicas de relajación son un medio indispensable en educación, además permite al niño sentirse más a gusto en su cuerpo. Para Le Boulch el principal objetivo de la relajación son: enseñar al alumnado a liberarse de tensiones inútiles y que provocan fatiga. Con el fin de favorecer la relajación, es necesario crear una serie de condiciones como: sala adecuada, comodidad de los alumnos, silencio y normas muy breves, posición cómoda, presencia del maestro discreta, etc.

- *Lateralidad*. Es “la expresión de un predominio motor realizado con las partes del cuerpo que integran sus mitades derecha e izquierda”. según Le Boulch. Además, está íntimamente ligado a la propia estructuración del esquema corporal y la orientación espacio-temporal. Existen dos tipos de lateralidad, la innata y la socializada (adquirida por los hábitos familiares, por exigencias de tipo escolar y social, etc.). Según Castañer y Camerino se puede diferenciar entre lateralizados integrales (predominio absoluto de un costado corporal), lateralizados no integrales y lateralidad cruzada (propia de quienes muestran un predominio lateral diestro en unos miembros del cuerpo y zurdos en otros).

Es importante que los niños logren estas destrezas y que consigan un desarrollo armónico de estas, con el fin de que, progresivamente, adquieran control y dominio de su cuerpo, lo que les facilitará una correcta adaptación al mundo exterior. Es importante trabajar estos elementos, ya que una mala estructuración en el desarrollo del esquema corporal puede llegar a producir algunas perturbaciones en el individuo y en las relaciones que establezca con su entorno.

Etapas por las que pasa el niño.

Los niños al nacer apenas tienen conocimiento ni control de su cuerpo, es a través de la experimentación y la exploración que, poco a poco, van evolucionando en sus conocimientos corporales. Por ello, me gustaría mencionar las etapas por las que pasa el niño en relación al conocimiento de su cuerpo, así como otras más centradas en la evolución cognitiva y motriz que va adquiriendo a lo largo de la infancia.

Basándome en las ideas aportadas por Piaget, Wallon y Ajuriaguerra existen diferentes etapas por las que atraviesa el niño en relación a cómo siente su cuerpo. Durante los tres primeros años de vida, el niño se encuentra en la etapa del *cuerpo vivido*, esta se caracteriza por la conciencia y delimitación progresiva de su propio cuerpo, como un “todo”, del mundo de las cosas y del resto de personas. El cuerpo es el centro de las emociones sentidas a partir de las diferentes exploraciones que va realizando. En un primer momento, el niño realiza sus movimientos por necesidades primarias pero, posteriormente, las realizará por deseo. El mayor progreso que da en esta etapa es en el plano postural y en el reconocimiento de las diferentes partes de su cuerpo aunque de forma parcelada. En una segunda etapa, la del *cuerpo percibido*, de tres a siete años, se produce una toma de conciencia de la imagen de sí mismo y su percepción en el espacio y la afirmación de la lateralidad, principalmente. El niño, de forma progresiva, irá adquiriendo habilidades motrices más complejas, que le facilitan la interiorización de los espacios. Además, comenzará a tener un ajuste sensoriomotor y emocional en las acciones suscitando un autocontrol. Por último, de siete a doce años el niño entra en la etapa del *cuerpo representado*, donde adquiere la capacidad de representar mentalmente su cuerpo en movimiento, la independencia de los diferentes segmentos corporales, la posibilidad de la relajación global y segmentaria y la transposición del conocimiento de sí mismo al conocimiento de los demás, entre otros.

Dentro de los estadios, clasificados según cómo los niños sienten su cuerpo, podemos encontrar otros en los que se observan los cambios que van sufriendo en relación a su sistema motor y a la elaboración del esquema corporal. Ambas clasificaciones, tienen una relación directa. Desde el

nacimiento a los dos años, el niño pasa desde los primeros reflejos a la marcha y a las primeras coordinaciones motrices globales. De dos a cinco años, se produce un periodo global de aprendizaje y del uso de sí, la prensión se hace más precisa, tiene una locomoción más coordinada, dispone de un conocimiento más preciso de su cuerpo por completo. De cinco a siete años, denominado periodo de transición: el niño pasa de un estadio más global a una mayor diferenciación y análisis. Pasa progresivamente de la acción del cuerpo a la representación, fomentando el desarrollo de las posibilidades de control postural y respiratorio, la afirmación de la lateralidad, el conocimiento de la derecha y de la izquierda y la independencia de los brazos con respecto al tronco. Y por último, de siete a doce años, se produce una elaboración definitiva del esquema corporal: toma consciencia de los diferentes sectores corporales y el control de sus movimientos. Esto permite un relajamiento global y segmentario, la independencia de los brazos y las piernas con relación al tronco y la independencia funcional de los diferentes elementos y sectores corporales. Todo esto aporta al niño los medios necesarios para conquistar su autonomía.

En el momento de realizar actividades con los niños es importante tener siempre presente el nivel evolutivo o el estadio en el que se encuentra cada uno, para poder ofrecerles actividades que se adecuen a sus necesidades y les permitan mejorar sus habilidades y la confianza en ellos mismos.

Psicomotricidad

El término “psicomotricidad” aparece por primera vez en un congreso en 1920. Es mencionado por el Dr. Ernest Dupréé, quien le proporciona un enfoque terapéutico. Este término abarca diferentes aspectos de la persona: el ámbito cognitivo, el social y el afectivo.

En 1983 se crea la Asociación Nacional de Psicomotricidad, con la finalidad de dar a conocer esta nueva disciplina y con la intención de sensibilizar acerca de su importancia y de su relación con diferentes ciencias, como la psicología, pedagogía, anatomía, neurología y la sociología.

La psicomotricidad es una ciencia que concibe al ser humano desde un punto de vista integral, teniendo en cuenta sus diferentes aspectos (emocionales, motrices y cognitivos). Poco a poco ha ido adquiriendo una nueva concepción, “la educación integral del individuo”. La educación psicomotriz, está ya vinculada a una corriente pedagógica que trata la educación corporal de manera globalizada, buscando el desarrollo global de persona a través del cuerpo y su movimiento en su constante interacción entre el propio cuerpo, el mundo de los objetos y el de las cosas.

Importancia en la infancia y beneficios.

Desde el nacimiento el ser humano es puro movimiento. El cuerpo se convierte en el mecanismo del que se dispone para establecer relaciones y conocer el entorno en el que nos encontramos. Es precisamente a través del movimiento como se va organizando el mundo exterior, se adquieren nociones espaciales, temporales, relativas al cuerpo, a los objetos, a la lateralidad, etc.

Los niños son un todo, lo que implica que no se debe trabajar en la adquisición de conocimientos de manera parcelada a través de una educación por el movimiento, un aprendizaje de la escritura, un aprendizaje de la lectura, etc, sino que se deben de trabajar todos de manera conjunta.

Le Boulch (1966) en su libro “Educación por el movimiento” muestra que para disponer de un dominio del comportamiento es necesario haber adquirido, como primer elemento, un dominio corporal. Es decir, el niño adquiere las destrezas necesarias para conseguir su aprendizaje a través de las conductas motrices y perceptivo-motrices.

Existe una estrecha relación entre el desarrollo de las funciones motrices (movimiento y acción) con el desarrollo de las funciones psíquicas. Esta relación nos hace conscientes de la importancia que tiene el cuerpo en la infancia y lo importante que es trabajarla en el ámbito escolar.

La psicomotricidad en relación con el cuerpo tiene una serie de beneficios como: toma de conciencia del propio cuerpo en todos sus estados, control motor, de la respiración, orientación en el espacio, adaptación al mundo exterior, desarrollo de la creatividad, del ritmo, de la memoria, orientación del tiempo. Y además de todo esto, la realización de actividades lúdicas relacionadas con el movimiento y el cuerpo permiten explorar, indagar, enfrentarse a situaciones que supongan miedos y conflictos, superar limitaciones, relacionarse con los demás, expresarse, conocer y conocerse, imaginar, crear, expresarse, etc.

La psicomotricidad tiene la capacidad de fomentar los aprendizajes en los niños. Trabajar con el cuerpo ayuda en la atención perceptiva, a crear las condiciones neuro-perceptivo-motrices de los aprendizajes escolares, a la educación de la mano en función del grafismo, la educación de las capacidades perceptivas y su organización con vistas a los aprendizajes de lectura-diálogo y a la organización de las relaciones lógicas y topológicas y su organización con vistas a las matemáticas. Por lo tanto, el niño aprenderá progresivamente a reconocer al otro, a colaborar con él y a respetarlo a través de las diferentes situaciones que favorecen la evolución de su Yo.

Papel del educador / Acción educativa.

En las sesiones de psicomotricidad el adulto posee un papel fundamental durante su desarrollo. La persona encargada de dirigir las clases de psicomotricidad debe conocer las etapas evolutivas de desarrollo de los niños/as para poder adaptarse a ellas y conocer las necesidades que presenten durante el desarrollo de las actividades para poder ajustarse a ellas y darlas respuesta.

Como psicomotricistas, debemos estar presentes, acompañarles, empatizar con ellos (tomando una cierta distancia que les permita actuar con libertad), ajustarnos a las demandas y necesidades de los niños/as y sobretodo, creer en la persona y ver al niño cómo es. También tenemos que facilitarle experiencias que le ayuden a experimentar en diferentes situaciones para potenciar la adquisición de conocimiento sobre su cuerpo, sus elementos, su funcionamiento, sus posibilidades de acción y sus limitaciones.

El papel que desempeñan los psicomotricistas es fundamental en el desarrollo de la práctica ya que acompaña al alumnado durante el juego interactuando con ellos, pero sin invadirles ni proponerles soluciones, sino que deja libertad de respuesta y el tiempo necesario para darla; proporciona una base de seguridad emocional que facilita la actuación natural y segura de los niños en las sesiones.

Las actividades que se realicen tienen que ser acordes al nivel de conocimiento corporal del alumnado, ofreciéndoles siempre un pequeño reto a superar. Además, es importante que realicen actividades donde aprendan a manejar los espacios y a encontrar soluciones a los diferentes problemas que se les plantea durante la realización de estas. Es necesario que en un primer momento, los niños se desenvuelvan en un entorno que a ellos les aporte seguridad, puesto que favorecerá una mayor expresión y libertad de movimiento. No debemos olvidar que en las actividades no todo está permitido, entre otras cosas por su seguridad, por lo que el adulto también establecerá límites que les ayuden a crecer y a construirse como individuos.

Los niños por medio del movimiento y el juego muestran su historia con sus momentos de placer, desagrado, miedos, inseguridades, etc. Por ello, el psicomotricista debe estar constantemente observando la acción y garantizando su seguridad afectiva y física pues, sin ella, los movimientos no tendrán tanta expresividad ni riqueza. En ocasiones será importante intervenir y ayudarles a resolver determinadas situaciones que producen conflicto y que crean un ambiente de mal estar, interrumpiendo así el correcto desarrollo de las habilidades motrices. Por tanto, la principal fuente de información del psicomotricista será la observación y esta será la que nos permita elaborar las pautas de actuación.

Por tanto, ser psicomotricista es una tarea complicada para la que se ha de poseer una formación y unos conocimientos específicos sobre el cuerpo y su evolución, sobre cómo potenciar la expresividad motriz y cómo ser un buen guía facilitador de experiencias corporales. También es importante tener en cuenta la continua formación, renovación e investigación sobre la teoría, la práctica y sobre el conocimiento de sí mismo, pues debe experimentar de forma propia, las sensaciones y percepciones que puede tener un niño/a para realizar una mejor adaptación a sus necesidades.

Tipos de sesiones.

La psicomotricidad se puede trabajar en las aulas a través de diferentes tipos de sesiones. La realización de unas y no de otras, dependerá de las necesidades motrices de los niños en ese determinado momento.

Existen principalmente tres tipos de sesiones: dirigidas, semi-dirigidas y no dirigidas. Para poder abarcar todas las necesidades y ámbitos de interés de los niños/as es importante no emplear un único tipo, sino ir mezclándolos y variándolos con el fin de darles mayores recursos y enseñándoles diferentes posibilidades de respuesta ante una misma dificultad.

La base de las sesiones está en la confianza en las posibilidades de acción y respuesta de los niños. Para ello, debemos dejarles actuar más de forma libre y observar como sus capacidades siempre nos pueden sorprender.

También es cierto que en determinadas ocasiones debemos ser nosotros los que les ofrezcamos sesiones adaptadas, que les supongan un reto; buscando así salir del estancamiento que se puede producir en ocasiones por el miedo al fracaso en la realización de nuevos retos.

En estas sesiones podemos encontrar multitud de juegos para realizar en las que el cuerpo y su control se convierten en el eje central. Existen diferentes tipos de juegos que atenderán a las etapas, momentos o necesidades de los niños:

- Juegos totalmente motrices. Saltos, equilibrios, caídas, balanceos, giros, rodamientos, destrucciones, esconderse, golpear, llenar/vaciar, reunir/separar, arrastrarse, hacer puntería o encestar, etc.
- Juegos con carga simbólica. Mamás y papás, tiendas, comiditas, médicos, casitas, etc.
- Cuentos motores. Son cuentos vivenciados a través del cuerpo de manera colectiva. A través de este, se trabajarán diferentes disciplinas, capacidades y destrezas como son desplazamientos, manipulaciones, acertijos, etc. El espacio debe ser amplio permitiendo la máxima expresión de los niños/as y permitiendo la creación de diferentes espacios para la investigación, la exploración, la relación y el conocimiento del otro, el conocimiento de las posibilidades de acción de uno mismo.

En todas estas actividades el niño se convierte en el protagonista y el juego, en el vehículo que facilita el aprendizaje, el conocimiento y la relación con el entorno. Con todas ellas, buscamos que los niños experimenten y vivencien diferentes conocimientos haciendo así que les resulten más motivadores, interesantes y que su aprendizaje sea más duradero. Por tanto, el cuerpo se convierte en el eje principal de aprendizaje y adquiere un gran valor para el desarrollo pleno de la persona.

Sesión

Desde el nacimiento cada ser humano es potencialmente activo, sensible, inteligente, curioso, etc. y es precisamente en los primeros años de vida, cuando cada uno expresa sus sentimientos, emociones e ideas de una manera más natural, pura, diversa y sin condicionantes, culturales y sociales. Es por eso, que es importante conocer estos movimientos y sus beneficios para potenciarlos al máximo en los primeros años de vida.

El niño en sus primeros años de vida pasa la mayor parte del tiempo con sus familiares y sus educadores, viviendo experiencias y compartiendo momentos de su desarrollo evolutivo, así que, es en este periodo y, en estos dos ámbitos (familia y escuela), donde nacen y se desarrollan los primeros aprendizajes del niño. Al igual que existe la concepción de que se debe potenciar el desarrollo intelectual de cada niño a lo largo de todo su proceso evolutivo, considero que también es importante brindarle un mayor protagonismo a la capacidad de moverse durante la etapa infantil. No se debe tener la idea de que potenciar esto sirve solamente para que los niños cubran su necesidad de explorar y conocerse, sino que además, el desarrollo de esta capacidad formará parte del desarrollo de sus conocimientos y su personalidad y ayudará a la formación de individuos que sean dependientes en sus pensamientos, y se conviertan en sujetos seguros de sí mismos con la capacidad de aprender de forma autónoma en función a sus necesidades.

Un niño que ha tenido vivencias en las que ha podido utilizar su cuerpo, su libertad de expresión sin importar él cómo y ha sentido que la diversidad de soluciones que aportaba era valiosa, desarrollará una buena autoestima y gozará de momentos de autoexpresión. Esta expresión en una vía de descarga emocional, una expresión libre que ayuda a alcanzar mayor libertad y a dar salida a tensiones para las que el niño no conoce otra forma de exteriorización.

En la etapa del individuo en la que no estamos centrando, creo que el movimiento y el cuerpo se convierten en palabras claves. Desde el nacimiento, el niño necesita entender su entorno y relacionarse, y la manera que tiene para formar parte y desarrollarse dentro de este, se produce a través de la expresión

corporal y el juego. Los niños utilizan el cuerpo y el juego como un lenguaje para expresar sus necesidades y sus sentimientos más personales. Esta forma de expresión es muy pura y natural, porque no disponen de una concepción prefijada, así que considero que los adultos como buenos acompañantes en su desarrollo, debemos dejar florecer su esencia a través de sus propias danzas, canciones, juegos, etc.

Sin el movimiento ni el cuerpo, el niño no puede conocer sus gustos ni satisfacer sus necesidades en cuanto a curiosidad y espontaneidad, que son principios básicos que forman parte de él en esta etapa como individuo, y que le ayudan a entender el entorno y a formar su personalidad. La expresión corporal de los niños ya sea en la escuela o en el hogar, les permite dar rienda suelta a sus gustos y opiniones, a crear mundos imaginarios y a ir forjando una buena autoestima.

En mis vivencias como educadora he podido observar que los niños utilizan el juego para entender la realidad, entenderse a ellos mismos dentro de esta e ir adquiriendo diversos patrones de conducta; y ese juego no es completamente entendido sino es a través del movimiento.

La sociedad es cambiante y a lo largo de los años los individuos han ido desarrollando competencias y necesidades diferentes para tener siempre una buena adaptación al medio que les rodea. Por lo que la educación debe de ser también cambiante y evolucionar para adecuarse a las diferentes necesidades que se van generando. Tiene que dar respuesta a sus educandos a la velocidad que la sociedad y el mundo evolucionan.

En el día a día de la escuela, el equipo educativo se enfrenta a limitaciones, como el espacio, la ratio, la poca variabilidad de materiales, etc. El cambio de alguna de ellas no está en nuestra mano pero existen otras que sí podemos mejorar, con el fin de dar la oportunidad a los niños de moverse y explorar, permitiendo el desarrollo de todas sus capacidades. Cuando los niños no han explorado debidamente, pueden aparecer problemas que se traducen en mal comportamiento, falta de interés, problemas de relación, etc. Todos estos se podrán reducir si les permitimos aprender a través del cuerpo y sus

posibilidades. La disciplina que se encarga de esto es la psicomotricidad pero a mí me gustaría ir más allá.

Vayer (1972) dice que “la primera educación no puede ser otra que global, partiendo de lo ya vivido” y Montessori destaca la importancia de la acción corporal del individuo para el aprendizaje. Esto es precisamente el tipo de práctica que debería existir en las aulas y por la que apuesto.

Si el niño en las primeras etapas escolares (dos-cinco años) recibe una educación donde se le permita conocer y explorar su cuerpo, las partes que lo componen y crear una idea de conjunto, tendrá más facilidad a la hora de relacionarse con el espacio exterior y podrá acceder a la siguiente etapa; la etapa de simbolismo. Si el niño es un todo, no puede haber una educación por el movimiento, un aprendizaje de la escritura, un aprendizaje de la lectura, etc., de forma parcelada. Por lo tanto, la educación del movimiento y del cuerpo debe convertirse en el principal objetivo pedagógico y en el medio de trabajo en la etapa de Educación Infantil.

Las aulas de Educación Infantil deben ser espacios amplios en los que se permitan vivencias motrices, espacio para moverse, solucionar sus problemas de movimiento, interiorizar experiencias corporales, representar el ejercicio simultáneo de su inteligencia, de su afecto, es decir, el desarrollo integral. Las aulas deben de disponer de diferentes rincones que despierten su interés y permitan el trabajo manipulativo, el desarrollo social, afectivo y el aprendizaje. Todos estos rincones se podrán combinar con talleres permanentes o modificables en función de los objetivos y los intereses. Además, el mobiliario debería ofrecer una flexibilidad de movimiento y no suponer un impedimento a la hora de crear nuevos espacios. Este debe facilitar la organización y reorganización del aula cuando sea necesaria, adaptándose a las nuevas necesidades que se van creando a medida que avanza el curso escolar y dando la oportunidad de explorar a los niños sus posibilidades de movimiento y su expresión corporal con el mayor espacio posible.

Se deben plantear actividades que mantengan al niño corporalmente activo y comprometido en su acción de manera intelectual, afectiva o relacional. Las actividades que implican al cuerpo libremente son situaciones donde el

movimiento artificial, mecanizado y sometido a técnicas específicas queda excluido. No se busca alcanzar un óptimo rendimiento en el menor tiempo posible, sino que se busca que los niños/as logren el máximo potencial de sus capacidades en función a sus características y necesidades.

Es importante tener unos principios básicos que rijan las prácticas que se lleven a cabo en las aulas. Basándome en las ideas de Lora (1991) considero que existen 4 principios básicos que se deben de cumplir para lograr el máximo rendimiento de los niños/as: adecuación al niño, realismo en la enseñanza, espontaneidad y consolidación del éxito y su ejercitación.

En el principio de *adecuación al niño* es importante ser conscientes de que el niño no es un adulto sino que, además de ser un ser diferente al adulto, es diferente al resto de niños. El profesor debe conocer plenamente todas las realidades del alumnado con el que está trabajando: orgánica, motriz, psíquica y social. El movimiento espontáneo es el método del que disponen para manifestar su conducta y el perfil de su personalidad, sin que sea necesaria la intervención del adulto. Esto, obliga al educador o psicomotricista a interpretar ese lenguaje cinético y a respetar las diferencias individuales, intentando preservar ese tipo de movimiento espontáneo el mayor tiempo posible puesto que es el medio más valioso para ayudar a cada uno, según sean sus necesidades. Los ejercicios o tareas tendrán integrado un conjunto de acciones que surgen de la propia capacidad de cada niño y se realizarán sin demandarles cumplir un objetivo preestablecido. El objetivo del adulto es motivar.

Los niños viven una vida propia y por tanto la visión que poseen del mundo también es propia y diferente a la del adulto. La vida propia se va constituyendo por el conjunto de experiencias corporales que, cuando considera que son significativas, va interiorizando y finalmente hace suyas hasta integrarlas en su propia vida. Por ello, debe ser respetado y aceptado tal cómo es, con el fin de que cumpla su proceso de desarrollo con autenticidad. Desde el sistema educativo se debe propiciar este encuentro del individuo con el mundo de los objetos y los seres y cada uno se organizará el mundo a su manera en función de sus conocimientos y sentimientos. Por ello, para

conseguir que los niños alcancen su parte más profunda de forma afectiva y satisfaciendo sus necesidades es necesario *acercar al niño a la realidad*. La realidad de la escuela no puede estar reñida con la realidad de la vida. Los psicomotricistas y educadores han de tener en cuenta esta y transferir a la escuela todo lo que sea necesario para ayudar a los niños a vivir mejor su día a día, intentando extraer las formas auténticas de moverse, propias de cada edad y grupo social, el material necesario para satisfacer sus necesidades, hacer coincidir lo que realmente tiene significado para ellos en su vida cotidiana con lo que realiza en la escuela.

Como he mencionado anteriormente, los niños son sujetos llenos de potencialidades en las que el movimiento se convierte en el activador de las mismas, es su verdadero lenguaje y es producto de su esfuerzo mental, afectivo, orgánico y motriz. La riqueza o pobreza de este lenguaje es la expresión del nivel de desarrollo de estas dimensiones, ya que el movimiento es el origen de conocimientos y afectos, la expresión de deseos y pensamientos, etc., conductas concretas que el adulto debe interpretar para cumplir con su función de acompañante y guía. Un niño que se mueve con *espontaneidad* es capaz de tomar decisiones y sentirse libre. En cambio, cuando tiene que responder a órdenes previamente impuestas, lo hace de forma sumisa, y de esta forma educamos niños con dependencia, conformismo y sumisión. Un ser espontáneo es alguien libre, predispuesto a actuar creativamente. Los niños necesitan ensayar y errar constantemente para lograr los conocimientos de forma adecuada, buscando la solución y el camino de forma propia, ajustándose a la personalidad de cada uno. En este proceso el niño no debe ser corregido ni comparado con los logros del resto de compañeros y, menos aún, hacerle sentir la presión de la competición, porque lo único que se conseguiría sería romper su equilibrio y hacerle perder la eficacia y la seguridad en sus acciones. Estas acciones unas veces pueden ser sugeridas o planteadas por el adulto en función a las necesidades del grupo y otras surgirán en la colocación del niño frente a un objeto o a una situación.

Por último, el *éxito* en la realización de una tarea se alcanza cuando el sujeto realiza con regularidad y perseverancia la acción para alcanzar la meta. Este éxito tiene un importante papel para hacer que los conocimientos,

habilidades y actitudes sean duraderos. La toma de conciencia de la meta a alcanzar es otro factor que conduce fácilmente a los niños al éxito porque les permite organizar sus acciones con autonomía, elegir por sí mismos los caminos que consideran convenientes, de mayor a menor nivel de dificultad midiendo sus fuerzas y reconociendo sus limitaciones y posibilidades. El niño alcanza una gran satisfacción aprendiendo a superarse a sí mismo, sin llegar prematuramente a la competición por el deseo de colocarse por encima del resto. Por lo tanto, el movimiento ofrece al niño la posibilidad de actuar dentro de un clima de confianza y libertad, de elección de sus propias maneras de llevar a cabo una tarea y de reconocer lo que quiere y puede hacer. El educador, en todo este proceso, se debe encargar de afianzar el aprendizaje del niño apoyándose en su éxito, progresivo y permanente y brindarle las oportunidades adecuadas para que sienta satisfacción al llegar a la meta.

La escuela constituye para el niño una institución que busca su máximo desarrollo y para ello estos principios tienen que ser la cabecera de nuestra propuesta educativa, planteándole así situaciones nuevas donde a través de su actitud corporal puedan organizarse y orientarse hacia el desarrollo de capacidades intelectuales y afectivas, a la adquisición de hábitos y conocimientos que les ayuden a acceder a estos aprendizajes sin afectar a su persona como unidad y creando bases sólidas.

En las sesiones que se realicen con los niños, se deben abordar diferentes nociones que facilitarán la relación con su propio cuerpo, con el mundo de los seres y con el mundo de los objetos. Como conocimientos de grandeza (relacionadas con la dimensión espacial y temporal), de intensidad (en relación con la potencia de los estímulos), de velocidad y dirección (permitiéndoles asociar y orientarse en el espacio y el tiempo) y finalmente conocimientos relacionales (de relación consigo mismo y con los demás).

Todos estos conocimientos se pueden trabajar en el aula, sin necesidad de realizar actividades donde deban permanecer sentados rellenando unas fichas. Considero que si se trabajan a través del cuerpo, su método de expresión y conocimiento, el aprendizaje tendrá una vivencia total y se

asimilará y acomodará a una mayor velocidad en los conocimientos del niños/as, en función a sus necesidades en ese momento.

En las aulas existe una rutina en la cual los niños llegan y se deben sentar a escuchar las indicaciones del tutor y, no es hasta el momento del recreo, donde pueden poner su cuerpo en marcha, activando así el contacto con ellos mismos y con el mundo que les rodea. Está demostrado que los niños/as necesitan el juego para conocer el mundo en el que viven, el modo de relación con el otro y para conocerse a sí mismos. A través de este se producen una gran cantidad de vivencias y experiencias fundamentales para sus posteriores aprendizajes. Esto debería hacernos reflexionar acerca de la importancia que tiene la actividad corporal y el juego en el niño; y por ello me planteo la necesidad de que los niños aprendan conocimientos sobre matemáticas, lenguaje, expresión, etc., a través de su cuerpo con diferentes movimientos y juegos. Esto no implica que, posteriormente, no se puedan o deban sentar a plasmar esos conocimientos en una hoja, con el fin de favorecer la reflexión y la acomodación de los contenidos previamente explorados y aprendidos. Además, esto les permitirá también el conocimiento de su cuerpo en otra circunstancia de acción.

Existen diferentes actividades que trabajan todas las capacidades de los niños de una forma global y a través de su cuerpo y que se realizan con poca o ninguna frecuencia en las aulas, como: el teatro, jugar con sombras, las canciones, juegos de disfraces, circuitos, etc. Con todas estas actividades se trabaja la globalización, la expresión, la vivencia del arte, la poesía, el equilibrio, volúmenes, simetrías, anticipaciones, ensayo-error, habilidades motrices, espacio, tiempo, cooperación, competitividad, adquisición de normas, resolución de conflictos, coeducación, empatía, cohesión, confianza, el disfrute, el goce, el placer, etc. Esto nos hace ver que existen actividades corporales a través de las cuales se trabajan conocimientos curriculares sin tener la necesidad de tener a los niños sentados en sus zonas de trabajo durante horas.

Por otro lado, me gustaría señalar que desde mi experiencia, en educación infantil, tenemos la tendencia de decirles a los niños cómo y de qué

manera deben realizar una determinada actividad. Apenas existen situaciones en las que les brindemos los materiales y ellos sean los encargados de ponerse las metas que desean conseguir, cuando ellos mejor que nadie conocen sus necesidades. Un ejemplo de esto lo encontramos en las aulas de psicomotricidad; donde por organización, es común que los educadores extraigan el material y lo coloquen en una posición determinada indicándoles a los niños cuáles son las pautas exactas que deben seguir durante el circuito y, una vez que lo han superado les eliminamos el material sin dejarles ni un breve periodo de tiempo para que, con esos mismos materiales, se creen ellos los obstáculos y las dificultades. En una de las sesiones de psicomotricidad dirigida realizadas por la tutora del aula en la que realizaba las practicas, le propuse dejarles el material a los niños para poder observar que tipo de actividades realizaban. Ellos no tardaron en sorprendernos, con unos bloques de plástico crearon unas escaleras para poder subir y bajar y, al comprobar que al bajar determinados niños se hacían daño, decidieron incorporar una colchoneta en la que caer al bajar las escaleras, cubriendo así sus necesidades y buscando soluciones a medida que iban siendo necesarias. Esta actividad no se había realizado con ellos previamente y de hecho, creo que ni siquiera se le había ocurrido a nadie crear unas escaleras con los bloques. Fueron los propios niños quienes siguiendo sus intereses y necesidades los que lo hicieron. Además, en toda esta actividad existen conocimientos, mencionados anteriormente, que se han puesto en marcha como el ensayo – error o el conocimiento del espacio.

Nadie nace con todos los conocimientos adquiridos, por ello creo que los educadores deberíamos experimentar más nuevas actividades buscando, así la plena satisfacción de las necesidades de los niños/as (que está claro que en los primeros años de vida es el cuerpo y su conocimiento) pues eso les facilitara la adquisición de conocimiento y su adaptación al mundo. Durante la realización de las actividades deberemos observar cómo actúan los niños ante las actividades propuestas, evaluando así el nivel de adecuación de nuestra práctica y los conocimientos que han adquirido. Errar no será un fallo sino un paso hacia el acierto.

Resultado y conclusiones

El fin en educación debería ser educar la expresión corporal con el fin de conseguir una buena educación, aprender a leer el cuerpo del otro y a escribir en el propio cuerpo. Desde los centros educativos deberíamos preservar la pureza y personalidad de los niños y su movimiento puro y natural.

Educar el cuerpo es recuperar la propia esencia para entendernos a nosotros mismos y disfrutarlos. Este será y el es primer paso, el paso previo, para llegar al conocimiento del entorno y a una buena relación con él.

El cuerpo en las aulas está ignorado y excluido como medio de expresión. El compromiso de una escuela debe tener como eje fundamental la vida, el cuerpo y la relación con el entorno. Para que el aprendizaje tenga lugar, y no sea de forma memorística (con el miedo de que pueda ser olvidado) sino a través de la vivencia y el disfrute, es necesario que el cuerpo, el movimiento, las pulsiones, los afectos, la expresividad y la comunicación estén implicados. Se debe dar un papel principal al cuerpo y a sus posibilidades de movimiento.

Dentro del horario escolar el momento de máximo nivel de aprendizaje y de naturalidad, lo encontramos en el momento del recreo donde el movimiento, la expresión, el grito, el contacto, la afectividad, el juego o la risa aportan a los niños su momento de máxima espontaneidad y donde podemos observar que son “más cuerpo” de lo que nosotros consideramos.

Educar el cuerpo es abarcarlo todo, comprenderlo, aceptarlo. Es enseñar ritmo, aprender a respirar, mostrar, dar y recibir afecto, es contagiar actitudes de sinceridad, honradez y buen humor.

El cuerpo tiene un lenguaje del que no podemos permanecer al margen. Las emociones se tornan físicas, todo el mundo las puede detectar a través del cuerpo, no permanecen dentro, son un lenguaje vivo y desde la escuela debemos observarlas, trabajarlas y ofrecerles herramientas de regulación corporal y emocional.

El trabajo del cuerpo y el movimiento en las aulas es un trabajo difícil en el que necesitamos la cooperación de todos los miembros del sistema, con el objetivo de avanzar hacia la expresión propia, espontánea y hacia la comunicación profunda del yo. El cuerpo debe estar integrado en la dinámica del aula y formar parte de todas las actividades.

El enseñante en todo esto juega un papel fundamental de guía y apoyo. Aportándoles la seguridad que necesitan para llevar a cabo diferentes actividades y acompañándoles en sus momentos de mayores dudas e incertidumbres, pero no deberá dirigirles ni exigirles la realización de determinados movimientos.

Por lo tanto, no debemos olvidar que las acciones espontáneas, el juego libre y el movimiento natural favorecen el desarrollo de todas las capacidades de los niños y esto debería ser el eje fundamental de aprendizaje en la educación de los más pequeños.

Bibliografía

- Lora Risco, J. (1991). *Educación corporal*. Barcelona: Paidotribo.
- Vaca Escribano, M. J., & Varela Ferreras, M. S. (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)*. Barcelona: Graó.
- Vayer, P., & Angelis, J. d. (1985). *El niño frente al mundo: En la edad de los aprendizajes escolares (2ª ed.)*. Madrid [etc.]: Editorial Científico-Médica.
- Montesinos Ayala, D. (2004). *La expresión corporal: Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona: INDE.
- Le Boulch, J., Romero Brest, E. C., & Demmer de Greco, S. (1984). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.
- Motos Teruel, T. (1983). *Iniciación a la expresión corporal: Teoría, técnica y práctica*. Barcelona: Humanitas.
- Ballesteros Jiménez, S. (1982). *El esquema corporal: Funciones básicas del cuerpo en el desarrollo psicomotor y educativo*. Madrid: Tea.
- Aucouturier, B. (2004). *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: Graó
- Conde Caveda, J.L. (1997). *Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas*. Málaga: Aljibe.
- Fundación Luca de Tena, (2016). Recuperado de <http://www.fundacionlucadetena.org/index.php/que-hacemos/editoriales/editorialeduccion/57-habilidades-psicomotrices-psicomotricidad-fina-psicomotricidad-gruesa.html>
- Babarro Calviño, J. (2016). Atención temprana. Recuperado de <http://blogatenciontemprana.blogspot.com.es/2010/07/evolucion-de-las-habilidades-motrices.html>