

HE

REVISTA DIGITAL

"INVESTIGACIÓN Y EDUCACIÓN"

NÚMERO 26

AGOSTO DE 2006 – VOL. III

ISSN 1696-7208

DEPOSITO LEGAL: SE – 3792 - 06

SESIÓN DE JUEGOS DE PSICOMOTRICIDAD



Autora: María Moriana Coronel



RESUMEN

Se presenta en este artículo una sesión de juegos para trabajar la psicomotricidad con el alumnado de educación infantil.

De todos los ámbitos que podemos escoger para estudiar las características de los niños y niñas de Educación infantil (lenguaje, cognitivo, afectivo, social), quizás sea el psicomotor el más cercano a la forma de aprender que tienen los pequeños. En los primeros años accedemos al conocimiento desde las formas más concretas para ir, poco a poco, alcanzando un dominio más abstracto de la realidad que nos rodea. Al hablar del ámbito psicomotor nos referimos a cómo las posibilidades simbólicas y motrices interactúan con los aspectos cognitivos dentro de un entorno social para conseguir aprendizajes. Y eso trasladado al contexto escolar puede traducirse por cómo aprenden los niños, adquiriendo conceptos y nociones que les permitan formar parte de la sociedad que les rodea a través del movimiento y los juegos con los compañeros.

De ahí la importancia de trabajar la psicomotricidad en la Educación Infantil. Mientras los pequeños juegan y se divierten están explorando sus propias posibilidades motrices, se están relacionando con los demás, aceptando unas normas de convivencia y poniendo en juego sus capacidades lingüísticas, adquiriendo todo tipo de aprendizajes acerca del mundo que les rodea. Y todo esto con una gran motivación por su parte para participar en dichas actividades, porque están disfrutando.

Por otro lado, son las propias características psicomotoras de estas edades las que incitan a juegos de este tipo. Los alumnos se exploran, ven lo que pueden hacer y también lo que pueden llegar a hacer. Las habilidades finas aun no están muy controladas, deben desarrollar la coordinación dinámica general y visomotora, el equilibrio, controlar el tono muscular, afianzar el esquema corporal, la lateralidad y otras nociones espaciales y también temporales...

Todo esto se trabaja desde la Educación Infantil a través de juegos como los que se proponen a continuación:

“Las Estatuas”

- Objetivos: equilibrio y tono muscular
- Tiempo: 15 minutos
- Material: música y silencio
- Desarrollo: Bailamos al son de la música y al parar ésta nos convertimos en estatuas sin mover ni un músculo.

Con este juego podemos trabajar además conceptos espaciales si al parar la música tenemos que colocarnos, por ejemplo, dentro de un aro, encima de un banco ... Y el esquema corporal si la consigna es colocar la mano o algún objeto en cualquier parte del propio cuerpo o del de algún compañero.

“El rollo interminable”

- Objetivos: destrezas finas, coordinación vasomotora, relación y comunicación
- Tiempo: 10 minutos
- Material: 2 rollos de papel WC, música y sillas.
- Desarrollo: Se puede realizar tanto dentro como fuera del aula.

Los alumnos se colocan en tantas filas como equipos haya en el aula. Al primero de cada fila se le entrega un rollo de papel que alza por encima de la cabeza. Se trata de ir tirando del rollo, de delante a atrás, con la participación de toda la fila, hasta que quede el cartoncito que se muestra como prueba. Gana la fila que termine antes. Se comienza a tirar cuando empiece la música.

“Baile de colores”

- Objetivos: desarrollar el esquema corporal, la coordinación dinámica general y la atención

- Tiempo: 15 minutos
- Material: hojas de papel pinocho cortadas en tiras, música
- Desarrollo:

Bailando libremente con las cintas en la mano pasamos a movimientos dirigidos:

1. Balanceos de las cintas al compás del cuerpo y de la música,
2. Cambiar la cinta de brazo y mano
3. movernos según distintas órdenes con las cintas: arriba, abajo, delante, detrás, en la cabeza, espalda, cintura, rodillas,...

“Las tarjetas locas”

- Objetivos: atención, memoria y direccionalidad.
- Material: tarjetas de colores y sillas.
- Tiempo: 10 minutos.
- Sentados en círculo, se le asigna a cada niño un color, o bien se pueden organizar por los colores de los equipos a los que pertenecen (variante: usar en lugar de colores cualquier tipo de símbolos que se usen en el aula). Se van sacando tarjetas diciendo y enseñando el color que ha salido. Los jugadores que tienen asignado ese color se levantan y se sientan en el asiento de su derecha, esté o no ocupado. Un jugador sólo se podrá levantar y avanzar puesto cuando no tenga a otro sentado sobre sus piernas. El juego termina cuando un jugador llega a la silla de la que partió, esté o no ocupada.

“La varita mágica”

-Objetivos: Control del tono muscular y relajarnos

- Material: una varita mágica

-Tiempo: 10 minutos

-Desarrollo:

Con la varita mágica nos podemos convertir en cualquier cosa que deseemos. Esta vez, para preparar una fiesta, nos convertimos en globos que tenemos que inflar para decorar la clase. Empezamos a inflarlos lentamente cogiendo aire por la nariz y, a la vez que inspiramos, nos vamos levantando, estirando y tensando los músculos hasta que llenamos el globo. Pero... ¡no nos sale el nudo! Así que los globos se desinflan poco a poco expulsando el aire por la boca muy lentamente y caen al suelo o a la mesa sin fuerza ninguna y muy relajados. Se repite esta acción varias veces hasta que, de repente, los globos se pinchan, se vacían y como ya no pueden volver a inflarse se quedan durante unos minutos así relajados hasta que la varita mágica les convierte de nuevo en niños y niñas.

Se ha presentado en este artículo una sesión de juegos para trabajar diversos aspectos de la psicomotricidad con los niños de educación infantil mientras ellos disfrutaban y se divertían. Se trata de juegos que no necesitan espacios ni materiales que no podamos encontrar en cualquier aula, por lo que son idóneos para llevar a cabo en cualquier momento de la jornada escolar.