



familias

Documentos Preventivos para Edº Infantil

Orientaciones generales para alumnado con pocas habilidades en los **MOVIMIENTOS CORPORALES AMPLIOS** (PSICOMOTRICIDAD GRUESA)



Afortunadamente, todos los seres humanos se desarrollan de manera diferente y tienen unas habilidades diferentes. Así por ejemplo, todos los niños no comienzan a andar al mismo tiempo, unos comienzan con nueve meses, otros con 16; tampoco comienzan a hablar al mismo tiempo, unos pueden comenzar al año y otros a los dos años. Sin embargo, cuando llegan a una edad adulta no tienen problemas, se igualan en el lenguaje y en la habilidad de desenvolverse en el mundo.

Consideraciones generales



Teniendo en cuenta que el desarrollo motor sigue unas leyes que lo regulan, vamos a comentar las más importantes: primero se desarrolla el control corporal desde la parte central del cuerpo a las partes mas distantes, es decir, primero se controla el tronco y el control de la cabeza.

Luego y casi paralelamente, se desarrolla la independencia del tronco respecto a las extremidades (brazos y piernas). Esto implica, para entendernos, que un niño que no controle la cabeza, no va a controlar los brazos de un modo adecuado. Primero tendremos que estimular con más fuerza la motricidad gruesa o movimientos amplios y nos esmeraremos menos en los movimientos pequeños o motricidad fina. De ahí que observamos que cuando los niños comienzan a andar necesitan moverse continuamente para aprender ese movimiento. Paralelamente, el desarrollo de las manos para coger y soltar objetos lleva un proceso similar, primero se dirige el brazo y luego se aprende a controlar la mano.



Orientaciones para estimular el desarrollo motor (1)

Una vez explicado de manera “simplista o entendible” el modo en que nos desarrollamos, vamos a dar una serie de orientaciones generales para estimular ese desarrollo:

- Proporcione al niño toda clase de experiencias para poder desenvolverse por el mundo, primero con supervisión y ayuda, y, posteriormente, ir retirando la ayuda para dejarla en supervisión cada vez más lejana. Ejemplos de experiencias que podemos proporcionarle de manera intencional, de acuerdo a la edad de desarrollo (tres a cinco años):



- Recorrer caminos en los que existan obstáculos, esquivándolos.
- Saltar desde alturas pequeñas.
- Saltar juntando y separando los pies.
- En esas edades deben ser capaces de motar en triciclo, primero en línea recta y después con obstáculos.
- Subir y bajar escaleras con independencia alternando los pies.
- Andar sobre un bordillo.
- Trepas por un tobogán y deslizarse.
- Tirar y recoger una pelota pequeña.
- Encestar una pelota grande en una caja.
- Botar una pelota grande.
- Dar una patada a una pelota grande y posteriormente correr y al tiempo chutar la pelota.
- Correr por terrenos diferentes.
- Caminar con un objeto en la cabeza.
- Jugar en espacios abiertos y amplios, siguiendo un trazado o en carrera libre.



Orientaciones para estimular el desarrollo motor (2)

- A veces, por las prisas, les facilitamos la vida en habilidades básicas y, en realidad, les estamos privando de practicar movimientos importantes para su desarrollo motor. "A andar se aprende andando" y a controlar el resto de los movimientos, se aprende también practicándolos. Por ello, es importante que practiquen actividades como:



Vestido

- Ponerse camisas cerradas y ropa que tiene broches, con ayuda.
- Vestirse y desnudarse sólo ayudándole a abrocharse.
- Abrocharse los broches y corchetas de la ropa...
- Desabotonar botones grandes...
- Abotonar botones grandes...
- Ponerse las botas...
- Ponerse las cremalleras totalmente sin ayuda...

Comida

- Emplear un cuchillo para untar sustancias blandas en la tostada...
- Emplear los cubiertos apropiados para comer...
- Ayudar a poner la mesa.

Aseo

- Bañarse solo, debiendo ayudarle para la espalda, cuello y orejas...
- Peinarse o cepillarse el pelo.

Orientaciones para alumnado con pocas habilidades en los movimientos corporales finos psicomotricidad fina

- Trabajar con diversos materiales amasando: harina, barro, plastilina, etc. haciendo con ellos actividades de churros, enlazados con los churros...
- Jugar con arena y otros materiales con diferentes texturas.
- Ensartar objetos en una cuerda variando el tamaño de los objetos y de la cuerda.
- Abrir y cerrar botes de plástico.
- Construir torres de objetos, primero grandes cuadrados de manera que las torres sean cada vez más altas y luego ir complicando la tarea con objetos más pequeños.
- Pasar las páginas de libros o revistas.
- Cortar papeles rasgándolos.
- Hacer bolitas con papel fino.
- Meter garbanzos en un tubo de plástico.
- Jugar a tocar los dedos con el pulgar.
- Con las manos apoyadas en la mesa, flexionar cada dedo.
- Teclear en la mesa con los dedos de una mano dejando la otra apoyada sobre la mesa.
- Con las manos en el aire ir flexionando cada dedo.
- Entrelazar los dedos y mover el que se indiquen.
- Abrir pinzas grandes de la ropa.
- Manejar brochas para recoger elementos pequeños o pintar en papeles grandes.
- Tocar instrumentos musicales, como un pequeño piano, utilizando varios dedos.



Recuerde

El desarrollo motor sigue unas leyes que lo regulan: primero se desarrolla el control corporal desde la parte central del cuerpo a las partes mas distantes, es decir, primero se controla el tronco y el control de la cabeza. Luego y casi paralelamente, se desarrolla la independencia del tronco respecto a las extremidades (brazos y piernas). Esto implica, para entendernos, que un niño que no controle la cabeza, no va a controlar los brazos de un modo adecuado. Primero tendremos que estimular con más fuerza la motricidad gruesa o movimientos amplios y nos esmeraremos menos en los movimientos pequeños o motricidad fina. De ahí que observamos que cuando los niños comienzan a andar necesitan moverse continuamente para aprender ese movimiento. Paralelamente, el desarrollo de las manos para coger y soltar objetos lleva un proceso similar, primero se dirige el brazo y luego se aprende a controlar la mano.



Orientaciones generales para *alumnado con pocas habilidades en los* **MOVIMIENTOS CORPORALES AMPLIOS** (PSICOMOTRICIDAD GRUESA)

Equipo de Orientación Educativa de Cazorla

eoecazorla.blogspot.com



eoecazorla@gmail.com



@EOECazorla

