

LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL DESARROLLO DE NIÑO

Pilar Juárez Martínez

1. INTRODUCCIÓN

La etapa educativa infantil es una etapa característica por la importancia del desarrollo en todos los procesos madurativos del niño, desde los puramente motores a los afectivos, socializadores y cognitivos.

Centrándonos en los procesos motores, indicar que el desarrollo psicomotor empieza como un continuo del embrión al feto: el sistema nervioso se configura, las células nerviosas se multiplican, se desplazan y llegan a hacer las conexiones oportunas en un perfeccionamiento continuo. Globalmente, las secuencias de desarrollo son las mismas en todos, mientras que la velocidad y las fechas de adquisición precisas dependen de cada niño y de factores diversos: potencial genético, ambiente que les rodea, temperamento, existencia o no de enfermedades, etc.

Así pues, el desarrollo motor es el encargado de las actividades que realizamos día a día, siendo este la base de la autonomía. Este desarrollo es un proceso cualitativo, fruto de los procesos de crecimiento y maduración, los cuales son fenómenos simultáneos e interdependientes.

Por lo tanto podemos destacar una vez mas, la importancia del desarrollo motor en los niños de Educación Infantil. Para este desarrollo es muy importante tener en cuenta las habilidades motrices que veremos a continuación, las cuales, trabajándolas a través de juegos ayudarán a descubrir, conocer y controlar progresivamente el propio cuerpo, provocando que el niño actúe de una manera mas autónoma.

Por otro lado, apuntar que son un instrumento válido para observar y explorar el entorno inmediato, así como representar y evocar aspectos diversos de la realidad vivida. También ayuda a utilizar el lenguaje de forma ajustada y enriquecer las posibilidades expresivas del niño, así como a desarrollar su capacidad de socialización.

Con todo esto, también se pretende que la actividad física y mental del niño, sea una de las fuentes principales de aprendizaje y desarrollo, y que la actividad tenga un carácter constructivo, en la medida en que a través del juego, la acción y la experimentación, el niño descubra propiedades y relaciones que vayan construyendo conocimientos.

2. HABILIDADES MOTRICES EN EL PROCESO DE DESARROLLO DEL NIÑO.

Entendemos por Habilidad Motriz, la capacidad adquirida por aprendizaje de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el máximo dispendio de tiempo, de energía o de ambas cosas. Por lo tanto, "habilidad" es algo que se desarrolla por aprendizaje, y no únicamente por una aptitud o talento innato.

Hay que tener en cuenta que el niño, a partir de su nacimiento, comienza un aprendizaje motor continuo y que toda habilidad o destreza adquirida con posterioridad está compuesta y se apoya en destrezas simples aprendidas previamente.

A continuación se presentarán las habilidades motrices que se deben trabajar para la obtención de un adecuado desarrollo del niño.

2.1. Habilidades para el desarrollo del control y la conciencia corporal.

2.1.1. Esquema corporal.

El Esquema Corporal es el conocimiento de las partes del cuerpo y la toma de conciencia de ellas, conociendo sus posibilidades de acción y manifestación con el objeto de desenvolvernos con armonía en el espacio que nos rodea y en relación con nuestros iguales.

Entre los objetivos que pretende el desarrollo del Esquema Corporal, podemos citar:

- Aprender la denominación de cada segmento o parte corporal.
- Aprender las funciones de cada parte o segmento corporal.
- Localizar los distintos segmentos corporales de uno mismo y en el compañero.
- Desenvolvernos con armonía y precisión en el espacio circundante.

2.1.2. Actividad Tónico Postural Equilibradora

La Actividad Tónico Postural Equilibradora, surge de la síntesis de un conjunto de conceptos que hacen al niño controlar y ajustar su cuerpo adoptando una postura

que permite el natural y equilibrado desenvolvimiento del cuerpo en el mundo que le rodea.

Entre los objetivos que pretende el desarrollo de esta actividad, podemos citar los siguientes:

- Favorecer el desarrollo equilibrado de la musculatura.
- Tomar conciencia de las diferentes posturas corporales.
- Mejorar el equilibrio estático y dinámico.
- Controlar el tono muscular.
- Evitar posibles lesiones relacionadas con malos hábitos posturales.

2.1.3. Respiración

La mayoría de las personas no saben respirar, estando casi todos mal alimentados de oxígeno. Debemos tener en cuenta que este oxígeno es el encargado de limpiar nuestra sangre, tonificar nuestros músculos, alimentar nuestras células y favorecer el intercambio gaseoso, es por eso, por lo que deberíamos darle mayor importancia de la le damos.

Así esta función mecánica y automática que es el acto de respirar, es la que deberíamos reeducar con la intención de conseguir los siguientes objetivos:

- Ayudar a reconocer las fases del acto respiratorio.
- Familiarizar al niño con la respiración diafragmático-abdominal con implicación nasal.
- Aumentar la capacidad pulmonar.
- Prevenir enfermedades derivadas de una incorrecta respiración (asma, bronquitis, problemas circulatorios,...)

2.1.4. Relajación

Debido a que el niño se encuentra inmerso en una actividad motriz frenética se hace necesario el saber relajarse. La relajación nos proporciona la consecución de un tono muscular ideal, que nos va a permitir que los movimientos se realicen con la mejor economía y eficacia posibles, consiguiendo un gasto energético mínimo.

Entre los objetivos que se persiguen con el desarrollo de la relajación, podemos nombrar los siguientes:

- Mejorar el dominio y control sobre el propio cuerpo.
- Disminuir las tensiones musculares y psíquicas.
- Ayudar a que las actividades se realicen con menor gasto de energía.
- Favorecer los pasos de la actividad febril del niño al de la vuelta a la calma.

2.2. Habilidades para el desarrollo de la locomoción

2.2.1. Los desplazamientos

Los desplazamientos se pueden considerar como toda una progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial.

Dentro de los desplazamientos se pueden destacar algunos factores que desde el punto de vista educativo tienen gran relevancia, como son:

- El ritmo de ejecución (realizar el desplazamiento a la velocidad adecuada).
- La puesta en acción (comienzo del movimiento).
- Los cambios de dirección (cuando la trayectoria a seguir no es rectilínea, seguirla con eficacia).
- Las paradas (detenerse una vez cumplido el objetivo).
- La duración de la ejecución (distancia del desplazamiento).

Por último, podemos destacar seis tipos de desplazamientos: adelante, atrás, lateral, diagonal adelante, diagonal atrás y pasos cruzados.

2.2.2. Los saltos

Los saltos también los podemos incluir como un tipo más de desplazamiento, ya que es una complicada modificación de la marcha y la carrera. Al desarrollar la habilidad de correr, el niño también adquiere la capacidad física necesaria para saltar. Cuando al correr se impulsa hacia arriba y hacia delante con un pie, y cae con otro, cumple los requisitos mínimos, desde el punto de vista técnico, para saltar bien.

Sin embargo, en el salto la prolongación de la fase aérea hace necesaria una mayor fuerza, coordinación y equilibrio que en los patrones anteriores. Así podemos decir, que en la acción de saltar interviene factores tales como la agilidad, la coordinación dinámica general, la fuerza, la potencia y el equilibrio.

Tras esto, podemos decir que el salto se puede definir como un movimiento en el que está implicado un despegue del suelo, realizado por uno o ambos pies, quedando este suspendido en el aire momentáneamente y volviendo luego a tocar el suelo. Indicar que el patrón del salto se puede descomponer en cuatro fases: fase Previa, fase de Impulsión, fase de Vuelo o Suspensión y fase de Amortiguamiento.

2.3. Habilidades para el desarrollo de la manipulación

2.3.1. Los lanzamientos

La acción de lanzar se desarrolla en el individuo como resultado natural de la interacción de los objetos que le rodean. Esta habilidad, de carácter manipulativo, supone un proceso cognitivo superior a la locomoción, por su objetivo utilitario para el hombre. Además esta conducta motora es la integración de un conjunto de coordinaciones que incluyen tacto-prensión, objeto-ojo, ojo-mano; por lo que se puede considerar como el resultado de la unión del campo visual y la motricidad del miembro superior.

Como aspectos fundamentales de lanzamiento podemos distinguir: la forma, la velocidad, la distancia y la precisión, cada uno de los cuales, o sus combinaciones, va a implicar a una serie de coordinaciones y capacidades.

2.3.2. Las recepciones

La recepción, al igual que el lanzamiento, es una habilidad básica o movimiento fundamental que evoluciona desde patrones elementales manipulativos como alcanzar, tomar o agarrar, todos ellos derivados básicamente del Reflejo de Prensión y algunos Reflejos Defensivos.

En el desarrollo y afianzamiento de esta habilidad, juegan también un papel determinante factores como: la Lateralidad, la Coordinación Dinámica General y la Coordinación óculo-motriz. Por consiguiente, todos los movimientos encaminados a la recepción de objetos, desde posiciones estáticas o de movimiento, implican una alta intervención de componentes perceptivos, sobre todo a nivel visual.

La habilidad de recepcionar representa uno de los gestos más difíciles de dominar, ya que a los elementos particulares de coordinación se añaden factores espacio-temporales de apreciación de distancias, velocidades y trayectorias.

2.4. Los giros. Habilidad entre control y conciencia corporal, locomoción y manipulación.

La habilidad giro se puede definir como cualquier rotación, con o sin desplazamiento, que tenga como centro un eje del cuerpo humano. En las primeras edades los giros van a tener un carácter tendente hacia la búsqueda del Control y la Conciencia Corporal, y de la Locomoción; aunque posteriormente, esta habilidad pueda evolucionar a formas más complejas como por ejemplo los giros gimnásticos.

Desde el punto de vista funcional, la habilidad de girar es un aspecto del movimiento con mucha transferencia a numerosos deportes que el niño posteriormente podrá practicar, tanto individuales como colectivos, entre los que podemos citar, la gimnasia artística deportiva, al atletismo, saltos de trampolín, etc. Además los giros desarrollan la coordinación dinámica general a través de los saltos, el equilibrio y la rápida recuperación después de las caídas, de los apoyos sucesivos de pies y manos, de la agilidad en el suelo, etc. Ayudan también a mejorar la conciencia corporal, educando el esquema corporal y permitiendo afianzar la lateralidad.

A grandes rasgos se pueden considerar, desde el punto de vista estructural, cuatro tipos de giros, aunque en especialidades donde los giros juegan un papel determinante en las evoluciones técnicas, como puede ser la gimnasia artística, en la cual existen multitud de variantes, en función de sus combinaciones, el abanico de posibilidades se abriría mucho más.

Centrándonos en los cuatro tipos de giros a nivel general, podemos citar:

- Giros en constante contacto con el suelo.
- Giros en suspensión.

- Giros con agarre constante de manos.
- Giros con apoyos y suspensiones múltiples y sucesivos.

2.5. Habilidades genéricas

Estas habilidades nacen de las anteriores, para cuyo dominio se necesita un grado madurativo mayor, y donde aparecen integradas en la misma habilidad varias de las habilidades anteriores mencionadas.

Estas habilidades a las que se les denomina Habilidades Genéricas, son un paso más hacia las Habilidades Específicas propias de los deportes, aunque su objetivo último no es el de conseguir dominar técnicamente el gesto, sino enriquecer el repertorio motriz del niño. Por esta razón, es aconsejable integrar algunas de ellas en esta etapa educativa, aunque podamos comprobar que se trabaja con ellas en edades superiores.

Algunas de las Habilidades Genéricas más importantes que nos encontramos son el bote, las conducciones, golpeos, fintas, paradas, desvíos, etc. Siendo las tres primeras las más aplicables a la etapa infantil.

3. CONCLUSIONES

En la etapa de educación infantil los niños hallan en su cuerpo y en el movimiento las principales vías para entrar en contacto con la realidad que los envuelve y, de esta manera, adquirir los primeros conocimientos acerca del mundo en el que están creciendo y desarrollándose. Sin duda, el progresivo descubrimiento del propio cuerpo como fuente de sensaciones, la exploración de las posibilidades de acción y funciones corporales, constituirán experiencias necesarias sobre las que se irá construyendo el pensamiento infantil. Asimismo, las relaciones afectivas establecidas en situaciones de actividad motriz, y en particular mediante el juego, serán fundamentales para el crecimiento emocional. En este sentido, podemos destacar la gran importancia de trabajar a edades tempranas las diferentes habilidades motrices.

Además de todo esto también concienciaremos al niño en temas de gran importancia para su salud y de gran actualidad como son el excesivo sedentarismo o la obesidad infantil. Para ello es necesario que los maestros y educadores de este nivel educativo se cuestionen, de forma responsable, las intenciones y las formas de intervención didáctica en el ámbito motor.

4. BIBLIOGRAFÍA

● CONDE CAVEDA, J.L. (2001) *Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en educación infantil*. Ed. Aljibe.

☞ <http://www.rioei.org/rie47a04.htm>