

TEMA3: CRITERIOS DETERMINANTES EN LA MOTRICIDAD: SOMATOGNOSIA Y EXTEROGNOSIA



TEMA3: CRITERIOS DETERMINANTES EN LA MOTRICIDAD: SOMATOGNOSIA Y EXTEROGNOSIA



Actividades perceptivo-motrices



UGR

Universidad
de Granada

Dr Ruiz-Montero, Pedro J

CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES (CPM)

(Castañer & Camerino, 1996)

Dependen específicamente del funcionamiento del Sistema Nervioso Central.



CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

Se basan en mecanismos perceptivos vinculados al movimiento; es decir:

- Conocimiento y análisis de sensaciones e informaciones relativas al propio cuerpo (somatognosia). Es básicamente el **esquema corporal**.

- Conocimiento y análisis de informaciones procedentes del mundo exterior, referidas al mundo de los objetos y de los demás, inmerso en relaciones espacio-temporales (exterognosia). Aquí están incluidas la **espacialidad** y la **temporalidad**.



CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

-ESQUEMA CORPORAL
-ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
-RESPIRACIÓN
-RELAJACIÓN
-LATERALIDAD
-SENSOPERCEPCIÓN

-ESPACIALIDAD
-TEMPORALIDAD

-COORDINACIÓN
-EQUILIBRIO



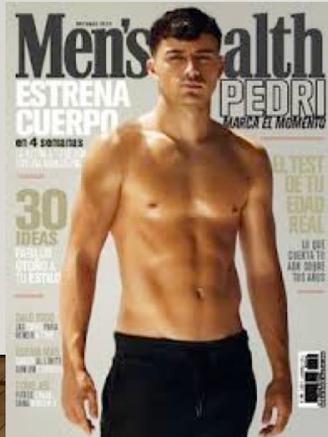
**ESQUEMA CORPORAL:
INTRODUCCIÓN**
(Martínez-Muñoz et al., 2003)

**CONSIDERACIONES PRELIMINARES
SOBRE LA CORPORALIDAD**

EL CUERPO

Cuidarlo

Educarlo



**Continua preocupación y estudio, entendiéndose
como un medio físico (estructura osteo-
muscular...), de relación y socio-cultural.**



ESQUEMA CORPORAL: INTRODUCCIÓN (Martínez-Muñoz et al., 2003)

NOCIONES CORPORALES EN EL
CAMPO DE LA EDUCACIÓN Y
CCAFD



Punto de partida
para cualquier
acción

CUERPO como elemento base para construir la
personalidad (Wallon, 1975) .

Aprendizaje
mediante la relación
con los objetos,
contexto o personas.

EN EL CURRÍCULO EDUCATIVO:

Desarrollo Corporal

Capacidades y
Habilidades
Motrices

CUERPO y MOVIMIENTO como ejes básicos de
la acción educativa del área de Ed. Física
(Martínez-Muñoz et al., 2003)

**Conocimiento
corporal vivencial**

Posibilidades
lúdicas, expresivas
y comunicativas

**Aceptación y
sentirse bien**

ESQUEMA CORPORAL



Representación más o menos consciente de nuestro cuerpo (Hecaen & Ajuriaguerra, 1979).

Según Ajuriaguerra el niño de 6 años afirma su lateralidad y orienta el esquema corporal. Entre los 6 y los 8 años va adquiriendo progresiva capacidad para trasladar esta orientación a los objetos y demás personas.

Mazón et al. (2010)

Los componentes del esquema corporal son:

- Lateralidad.
- Conocimiento y control del propio cuerpo.
- Desarrollo sensorial.
- Educación de la Actitud, Control o coordinación, Equilibrio y Ajuste Postural.
- Respiración.
- Relajación.

Mazón et al. (2010)

Organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo en relación con la información del mundo exterior (Picq & Vayer, 1985).

Conocimiento inmediato y continuo que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o en movimiento, en relación con el espacio y los objetos que nos rodean (Le Boulch, 1984).

Presente en todas las acciones la competencia en conocimiento e interacción con el mundo físico se desarrolla a través de todas las sensaciones recibidas desde el exterior (vista, oído...) o desde el interior (dolor de oídos, dolor muscular, inspiración expiración, tic-tac del corazón...) sirven para contrastar y afirmar paulatinamente la idea de cómo es nuestro cuerpo.



Mazón et al. (2010)

ETAPAS EN LA ESTRUCTURACIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL (Vayer, 1982)

1ª etapa: nacimiento a los 2 años (periodo maternal).
Se entiende el cuerpo como algo difuso e instintivo.

2ª etapa: periodo global y aprendizaje de sí (2-5 años).
Movimiento globales y siendo consciente de ellos progresivamente.

3ª etapa: periodo de transición (5-7 años).
Autoconciencia del propio cuerpo y autoafirmación de un@ mism@.

4ª etapa: elaboración definitiva del esquema corporal (7-12 años).



LA NOCIÓN DEL CUERPO



El cuerpo es el primer medio de relación que tenemos con el mundo que nos rodea



El niñ@ juega con su cuerpo porque le agrada y porque quiere descubrirlo.

Es importante no reprimir estos juegos con el fin de que el niñ@ pueda conocer mejor sus posibilidades corporales

El niñ@, a través del dibujo de su propia persona traduce no sólo el conocimiento que tiene de su Yo, sino también la relación que su Yo establece con el mundo exterior

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

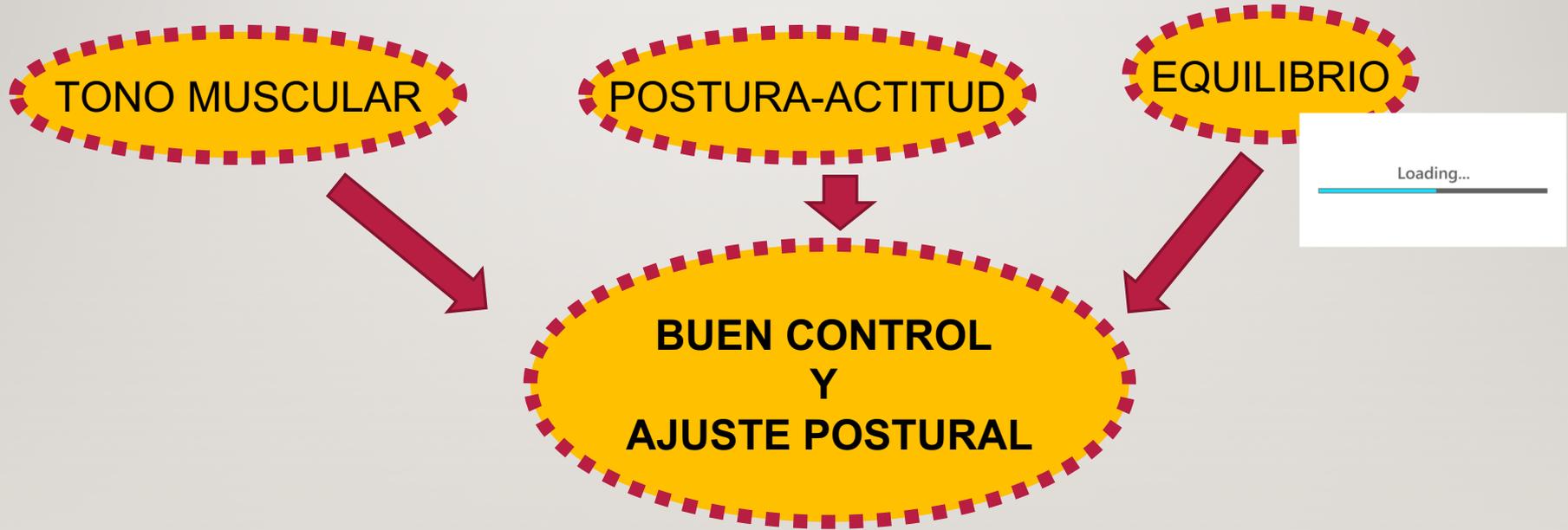
- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

ELEMENTOS QUE COMPONEN LA
ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL (Conde &
Viciano, 1997)





ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL

Dominio del cuerpo a través de una posición/postura determinada y el movimiento
(Diem, 1974).

Mantenimiento del cuerpo sobre el eje vertical con base reducida de sustentación en los pies
(Castañer & Camerino, 1996).

Las posturas y el control en los movimientos son esenciales para el trabajo futuro de habilidades más complejas y asimilación de estas en la infancia-pubertad (Le Boulch, 1984).



**Actividad Tónico Postural
Ortoestática**



Actividad Tónico Postural



ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL: TONO MUSCULAR

Actividad muscular alerta, que prepara para cualquier actividad motriz (Stambak, 1979).

TONO MUSCULAR DE BASE

Contracción mínima del músculo en reposo.

TONO POSTURAL

Mantenimiento que lucha contra la fuerza de gravedad.

TONO DE ACCIÓN

Acompaña a la actividad muscular durante la acción, asociado a la fuerza muscular.

TIPOS
(Castañer y
Camerino, 1996)

ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL: POSTURA-ACTITUD

Aspectos
educables

POSTURA + TONO
(Amicale, 1986)

Reeducación postural

- realizar gestos
- prolongar una acción
- llevar el cuerpo a una posición determinada

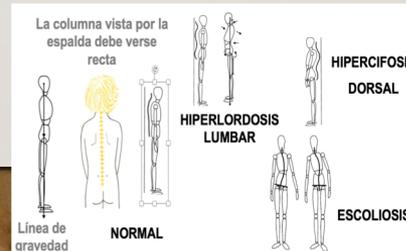
Homeostasis Postural (Barlow, 1986)
(estado estable en el que el cuerpo se mantiene en equilibrio)

Posturas cotidianas
(Conde & Viciania, 1997)

- cuello
- cabeza
- espalda

3 segmentos musculares de los que se ordena el resto del cuerpo.

- descanso tumbado
- sueño (acostado)
- bípeda (de pie)
- sentado, conducir...



Control
Primario
(Drake, 1992)



ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL: EQUILIBRIO

Loading...

Está presente en cualquier actividad donde se intente **controlar y ajustar** el cuerpo **voluntaria o involuntariamente** (Castañer & Camerino, 1996).

Similitud con el concepto de **Reequilibrio**:
“Desequilibrio permanente pero continuamente compensado”
(Martínez & Nuñez, 1979).

Capacidad de vencer la acción de la gravedad y mantener el cuerpo en la postura que deseamos ya sea de pie, sentado o en un punto fijo, sin caer (Comellas & Perpinyá, 1987).

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN

- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO



RESPIRACIÓN

Función natural, espontánea e involuntaria
(Shinca, 1983).

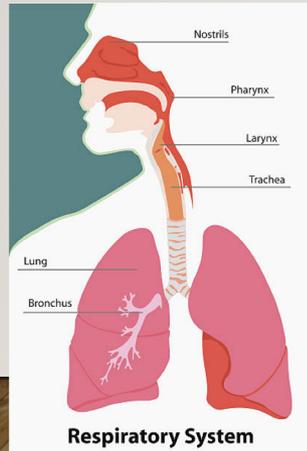
Presente desde que nacemos hasta nuestra muerte, aparentemente banal
(Conde & Viciano, 1997).

No existe otra función vital que nos haga más responsables de nuestra propia vida. Nuestro comportamiento está ligado a su ritmo respiratorio
(Manzi, 1984).

LA RESPIRACIÓN: FACTORES CORPORALES QUE INFLUYEN

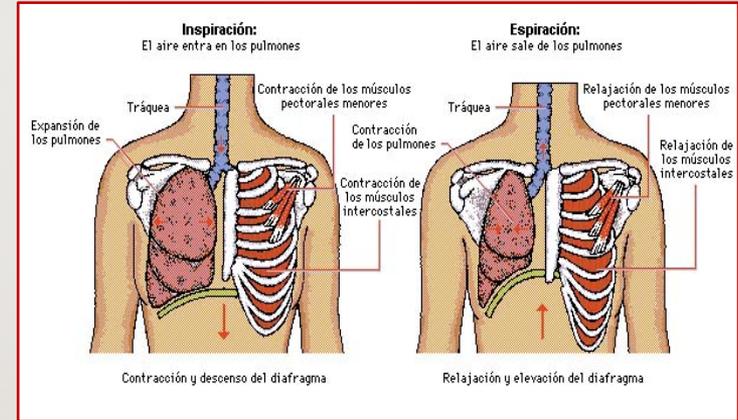
Frecuencia respiratoria

Al nacer	→	40-70 veces/minuto
A los 5 años	→	25 veces/minuto
A los 15 años	→	20 veces/minuto
Adulto	→	14-18 veces/minuto



Aparato respiratorio

- Nariz y boca
- Faringe, laringe y tráquea
- Pulmones (bronquios)



Respiración externa o pulmonar: intercambio gaseoso entre el aire y la sangre.

Respiración interna o celular: intercambio gaseoso entre la sangre y las células. (Lodes, 1990).

LA RESPIRACIÓN: FASES

(Conde & Viciano, 1997; Lodes, 1990)

Espiración



Estrechamiento
caja torácica



Aumento de
presión



Salida de aire

**Intervalo
respiratorio**



Parada/leve estrechamiento
caja torácica



Aumento máx. de
presión



Puede haber leve
salida de aire

Inspiración



Ensanchamiento caja
torácica



Ausencia de presión



Absorción de aire

LA RESPIRACIÓN: TIPOS

(Conde & Viciano, 1997)



LA RESPIRACIÓN: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN LA EDUCACIÓN RESPIRATORIA



1. Relacionar la respiración con otros aspectos perceptivo- motores (relajación, conocimiento del propio cuerpo, actitud postural...)
2. Tratar de despertar el mayor número de sensaciones.
3. Adoptar una progresión lenta y minuciosa.
4. Plantear las actividades de forma figurativa.



CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

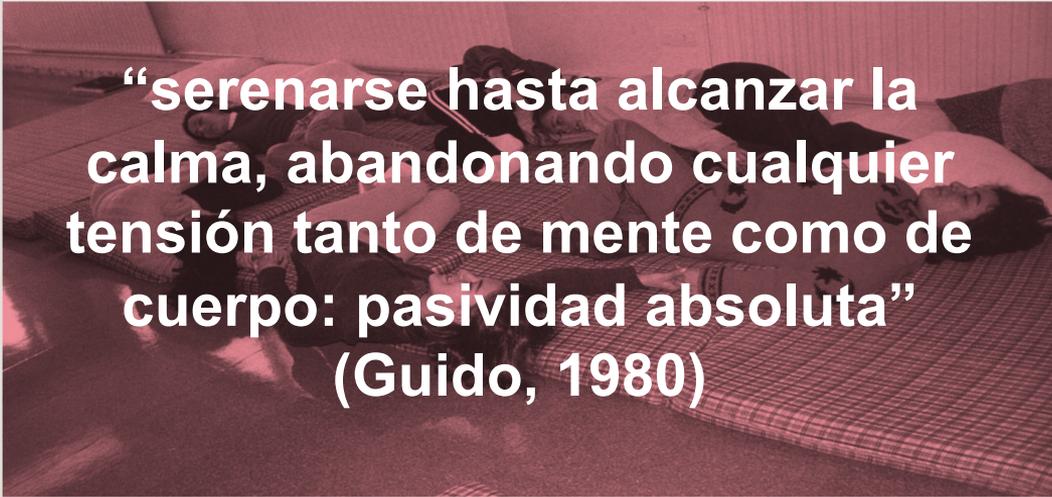
Ritmo de vida desenfrenado



Ansiedad y estrés que afecta a todos los planos del ser humano (físico, social, psicológico...)



LA RELAJACIÓN



“serenarse hasta alcanzar la calma, abandonando cualquier tensión tanto de mente como de cuerpo: pasividad absoluta”
(Guido, 1980)

RELACIÓN ENTRE TONO MUSCULAR Y RELAJACIÓN

Relajación → El niñ@ interioriza su idea de cuerpo (Conde & Viciano, 1997).

LA RELAJACIÓN: OBJETIVOS EDUCATIVOS

(Le Boulch, 1981)

1. Enseñar al alumn@ a controlar su musculatura, primero de una forma localizada y después total, por medio de la concienciación del estado de contracción o relajación de los diferentes grupos musculares.
2. Por medio de la repetición, enseñarle a liberar 'tensiones musculares' inútiles que producen fatiga, deformaciones y/o torpeza motriz.
3. Lograr la distensión psíquica tan importante para el niñ@ que debe hacer frente a dificultades escolares, fuente de hiperactividad, ansiedad y timidez.
4. Asociar la búsqueda de distensión con toma de conciencia de la respiración y de su control.

ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN LA EDUCACIÓN DE LA RELAJACIÓN

Condiciones óptimas:

La sala (luz, amplitud, temperatura)

Ambiente (silencio)

Vestimenta (comodidad)

Profesor/a (indicaciones, voz)

Progresión adecuada:

1º. Inmovilidad – silencio (2 minutos)

2º. Toma de conciencia de los puntos de contacto del cuerpo con el suelo o superficie de apoyo.

3º. Descubrir la pesantez

4º. Trabajar la relajación asociada a la respiración

5º. Utilizar alguna técnica de relajación

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN (Conde & Viciano, 1997)

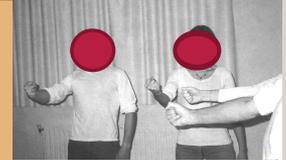
Técnica de Schultz

- Método global
- Ejercicios de sensación de pesadez, frío-calor, sentir el aire al respirar...
- Consignas verbales para relajar la musculatura global y sentir el cuerpo.
- [Video de ejemplo](#)



Técnica de Jacobson

- Método analítico
- Ejercicios de contracción-relajación
- Consignas verbales para reducir voluntariamente el tono muscular localizado.
- [Video de ejemplo](#)



Técnica de Wintrebert

- Mezcla de T. Schultz y T. Jacobson, aunque la 1º es difícil de aplicar en niños.
- Consignas verbales para trabajar la propiocepción y lo táctil.

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

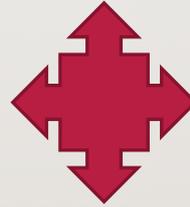
SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN

- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO



LATERALIDAD

Tendencia natural a utilizar un lado del cuerpo con preferencia al otro (o una parte de este lado; ojo, mano...) en todas las tareas que requieren una acción unilateralizada
(Defontaine, 1981)

relacionado

Proceso de maduración de los hemisferios cerebrales

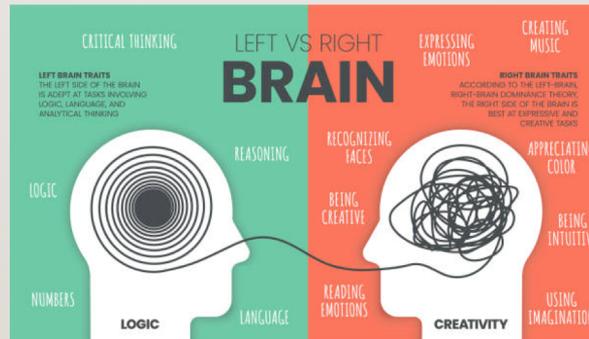


Imagen tomada de <https://www.psicologia-online.com>

LATERALIDAD: FACTORES

Rigal (1987), en Conde & Viciano (1997)

FACTORES NEUROFISIOLÓGICOS

Dos hemisferios cerebrales donde uno predomina sobre el otro, determinando la lateralidad de la persona.

Lateralidad cruzada
Predominio del H. Derecho:
ZURDO

Predominio del H. Izquierdo:
DIESTRO

FACTORES GENÉTICOS

Transmisión hereditaria
Predominancia de hemisferio de los padres condiciona a la de los hi@s.

FACTORES SOCIALES

1. Significación religiosa

2. Lenguaje
Diestro o siniestro

3. Causas ambientales

-Familiar: mecer, transportar, alimentar
-Contexto: sillas o abridores no zurdos

LATERALIDAD: TIPOS

Ortega & Blázquez (1982)

Zurdería

- Predominio de mano, ojo, pie y oído **izquierdo**.

Ambidextrismo

- No hay dominancia manifiesta de lado izq/derch. Observable antes de los 2-3 años aproxmdt.

Dextralidad

- Predominio de mano, ojo, pie y oído **derecho**.



Lateralidad invertida

- Lateralidad innata del niñ@ se ha modificado por aprendizajes.

LATERALIDAD: EVOLUCIÓN

Le Boulch (1981)

Fase de Identificación 0-2 años

- Niñ@ es consciente de un lado del otro del cuerpo pero no sabe cuál es la izqd o derch.
- Movimientos y gestos tanto bilaterales como con un solo lado.

Fase de Alternancia 2-4 años

- Con año y medio comienzan las preferencias para sujetar algo pero hay inestabilidad de dominancia.
- Con 2-3 años ya diferencia entre dos lados aunque puede ser que todavía no sepa cuál es la izqd o derch.

Fase de Automatización 4-8 años

- Se hace énfasis en la lateralidad (4-5 años)
- Distingue entre izqd y derch (5-6 años)
- Afianzamiento de la lateralidad (7-8 años)

**LATERALIDAD: ASPECTOS A TENER
EN CUENTA DURANTE SU TRABAJO
CURRICULAR O DIARIO**

**Proponer gran
cantidad de
actividades (manejo
objetos con las
manos, pies...)**

**No utilizar los
conceptos
derecha- izquierda**

**No obligar a
utilizar una mano
concreta**

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

SENSOPERCEPCIÓN

Necesario para conocer el mundo a través de nuestros sentidos (Conde & Viciano, 1997).

Sensopercepción= Sensación+percepción

Sensación (Mayoral, 1982): Recibir información a través de los sentidos, conociendo lo que pasa dentro y fuera de nuestro cuerpo.

Percepción (Rigal, 1987): Se producen a raíz de la información sensorial (sensaciones) que recibimos, condicionada por:

- Naturaleza del sistema sensorial (ej. Con la edad perdemos audición...)
- Experiencias previas
- Motivación
- Cultural
- Estado emocional
- Etc.



SENSOPERCEPCIÓN: SENTIDOS

Sentido

Órgano

OÍDO



VISIÓN



TACTO



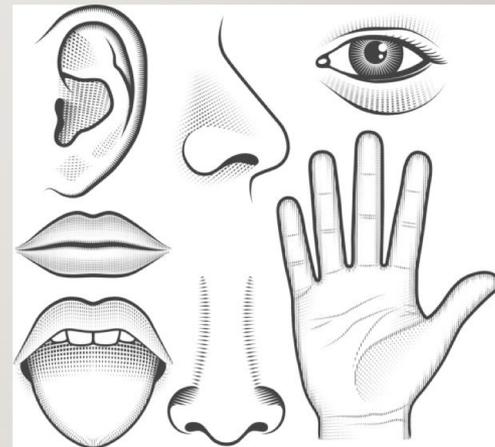
GUSTO



Dulce
Amargo
Salado
Ácido
Umami



OLFATO



CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES (CPM)

(Castañer & Camerino, 1996)

Dependen específicamente del funcionamiento del Sistema Nervioso Central.



CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

Se basan en mecanismos perceptivos vinculados al movimiento; es decir:

- Conocimiento y análisis de sensaciones e informaciones relativas al propio cuerpo (somatognosia). Es básicamente el **esquema corporal**.

- Conocimiento y análisis de informaciones procedentes del mundo exterior, referidas al mundo de los objetos y de los demás, inmerso en relaciones espacio-temporales (exterognosia). Aquí están incluidas la **espacialidad** y la **temporalidad**.



**SENSOPERCEPCIÓN:
EDUCACIÓN DE LOS SENTIDOS**
(Bartolomé et al., 1993)

1. Uso de los sentidos influye en los procesos cognitivos y sociales del niñ@.
2. Toda información a través de los sentidos, a través de gnosias, es almacenada y usada en forma de inteligencia.
3. Sentidos deben de educarse desde la etapa infantil hasta Secundaria inclusive. Educador/a junto a las familias, principales responsables.
4. Deberían ser los primeros conocimientos del niñ@, para acercarlos a la realidad de cada contexto y, la propia conciencia corporal.

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

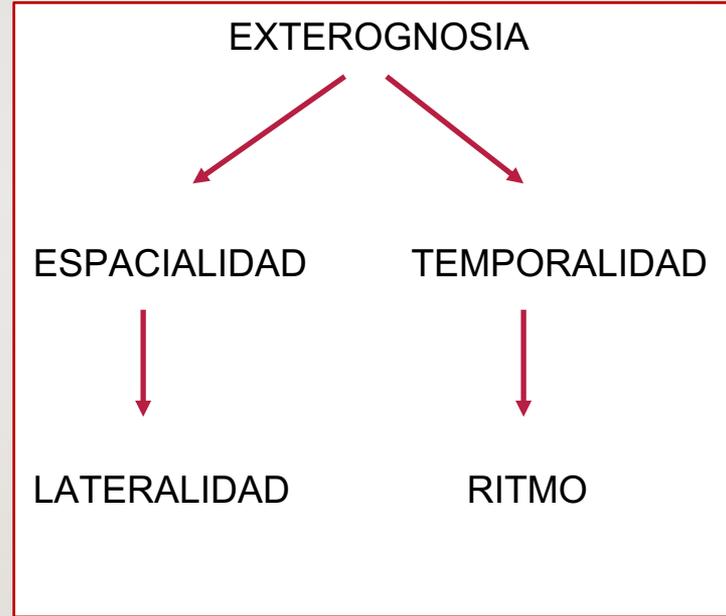
(Castañer & Camerino, 1996)



CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

La noción de **Espacialidad** se relaciona con:

- Corporalidad
- La Lateralidad
- La Temporalidad



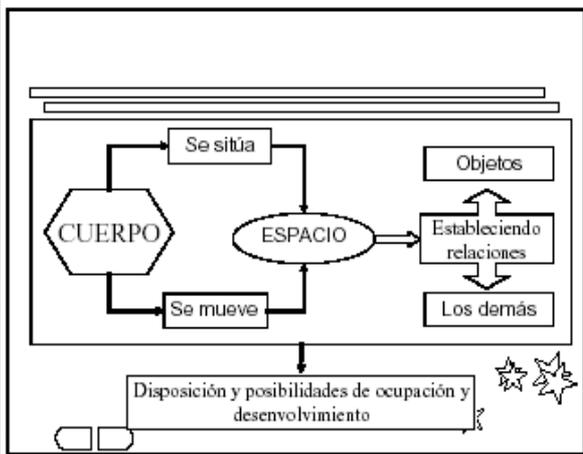
LA ESPACIALIDAD

La educación de la percepción del espacio es fundamental en el desarrollo motor del niño (Blázquez & Ortega, 1984).

La facultad de orientarse, de situarse en el medio de acción en relación a las diferentes direcciones y posibilidades de interacción con objetos/medio físico (Mucchielli, en Le Boulch, 1984)

La toma de conciencia del sujeto, su situación y posibles situaciones en:

1. espacio que le rodea
 2. su entorno
 3. objetos que en él se encuentran
- (Conde & Viciana, 1997)



LA ESPACIALIDAD: TIPOS (Conde & Viciano, 1997)

Orientación Espacial

Localización/ubicación constante del cuerpo respecto a objetos y ubicarlos según nuestra posición.

Relaciones de **Orientación** (derch-izq, arrib-abajo, delant-detrás)
Relaciones de **Situación** (contexto: dentro-fuera, encima-debajo...)
Relaciones de **Superficie** (libres-llenos...)
Relaciones de **Tamaño** (grand-peque, anch-estrecho..)
Relaciones de **Dirección** (derch-izqd, desde aquí hasta allá..)
Relaciones de **Distancia** (lejos-cerca)
Relaciones de **Orden** (en función de diversas cualidades, preferencias, impt...)

Estructuración Espacial

Capacidad para orientar o situar objetos/personas.



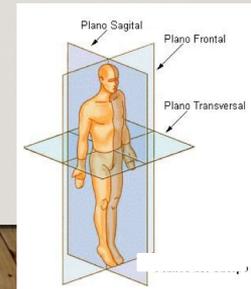
Relación Espacial Proyectiva

El niño descubre:
-Largo y ancho en una superficie



Relación Espacial Euclidiana

El niñ@ descubre: el paralelismo, lo perpendicular... teniendo en cuenta tres planos:



LA ESPACIALIDAD: EVOLUCIÓN (Conde & Viciano, 1997)

Adquisición de la espacialidad



Maduración corporal y cognitiva

1 año
Espacio próximo

2-5/6 años
Largo, ancho, superficies
diversas

6-9 años
-Distancia, separación,
orden, involucramiento

7/8 años en adelante
-Tamaño, dirección,
situación

LA ESPACIALIDAD: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN ACTIVIDADES (Martínez-Muñoz et al., 2003)



Utilizar todo tipo de recursos materiales

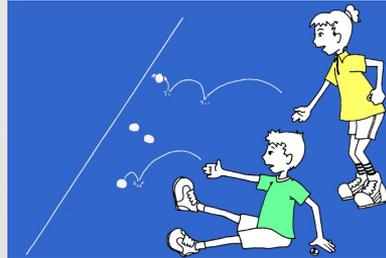


Variar los espacios

LA ESPACIALIDAD: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN ACTIVIDADES (Martínez-Muñoz et al., 2003)



Cuentos



Juegos



Canciones
/música

**Utilizar diferentes
enfoques didácticos**

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

TEMPORALIDAD



A nivel de educación, estructurar mal el tiempo acarrea esfuerzo inútil, pérdida de energía y cansancio/angustia (Roca, 1984).

Percibir el tiempo es ser consciente de **cambios que se producen durante un espacio de tiempo** (Rigal, 1987)



Diferenciar entre tiempo subjetivo (vivido por cada sujeto) y objetivo (duración de un acción concreta). (Lora Risco, 1991)

TEMPORALIDAD: EVOLUCIÓN

(Picq & Vayer, 1985)

1ª etapa: adquisición de los elementos básicos (0-4/5 años):

Aproximación a

- Noción de velocidad (acción propia)
- Noción de duración (camino recorrido, trabajo realizado...)

2ª etapa: toma de conciencia de las relaciones en el tiempo (5-7 años):

- Diferentes momentos del tiempo (ahora, antes, durante, después...)
- Nociones de simultaneidad y sucesión

3ª etapa: alcance del nivel simbólico (A partir de 6/7 años):

- Disociación orden espacial-temporal
- Estructuración temporal a partir de la audición

TEMPORALIDAD: CLASIFICACIÓN

(Picq & Vayer, 1985)

ORIENTACIÓN ESPACIAL

Forma de plasmar el tiempo y que nos orienta (Castañer & Camerino, 1996).
Ejempl. día-noche, ayer-hoy, estaciones del año, horas, años...

ESTRUCTURA TEMPORAL

Cronología de cambios o hechos durante un periodo de tiempo, entre dos puntos de referencia (en el tiempo) (Rigal, 1987).

Ejempl. Referencia de principio: 18.00h del día 10 de abril; Referencia de fin: 17.00 del día 11 de abril

ORGANIZACIÓN TEMPORAL

Movimientos secuenciados dentro de una “*estructura temporal*” (Castañer & Camerino, 1996).

Según diversos autores, la Organización Temporal es sinónimo de ritmo, debido a la percepción del tiempo de manera secuenciada y donde se incluye la sensopercepción.

TEMPORALIDAD: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN ACTIVIDADES (Martínez-Muñoz et al., 2003)

Utilizar músicas variadas (folclórica, infantil, moderna...).

Que el pulso (tiempo regular) de una canción/sonido esté muy marcados.

Ejempl: Percutir con palmadas

Percutir con instrumentos

Acompañar con movimiento

Percusión y movimiento

Variar la velocidad del pulso (tmb conocido como “tempo”). A mayor tempo, más rápido será el pulso

Estructuras sencillas (3-4 percusiones) sin acentuación

Estructuras sencillas (3-4 percusiones) con acentuación

CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

EQUILIBRIO: FACTORES (Martínez-Muñoz et al., 2003; Mosston, 1978)

Está presente en cualquier actividad donde se intente **controlar y ajustar** el cuerpo **voluntaria o involuntariamente** (Castañer & Camerino, 1996).

Factores Intrínsecos de la persona

Biomecánicos

- Grupos musculares y sistema osteoarticular*
- Centro de gravedad: altura y posición*
- Cambios de velocidad*
- Duración de la acción*

Vista

Factores psicológicos

Experiencia motora previa...

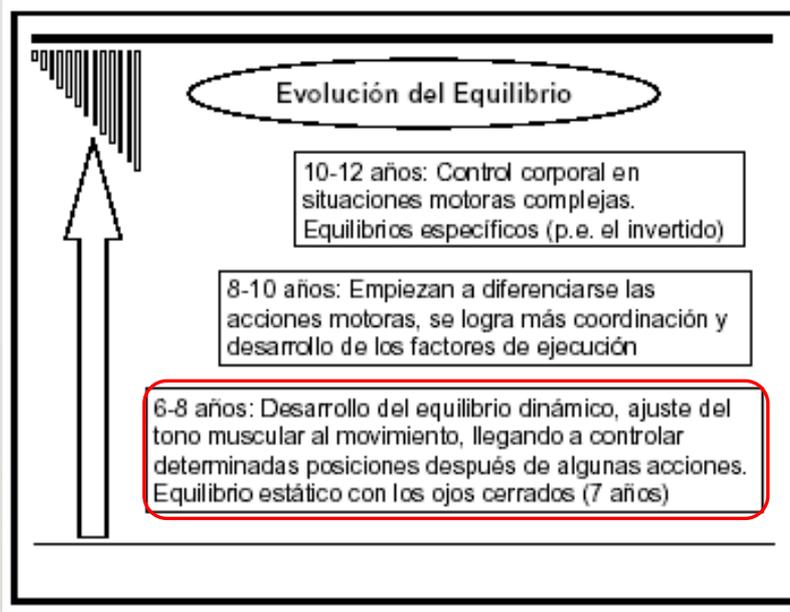
Factores Extrínsecos a la persona

Base de sustentación

Estabilidad de la superficie de apoyo

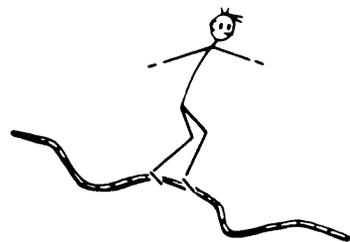
Fuerzas externas que perturben la estabilidad...

EQUILIBRIO: EVOLUCIÓN (Martínez- Muñoz et al., 2003; Mosston, 1978)

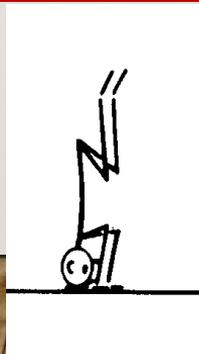


EQUILIBRIO: TIPOS (Martínez-Muñoz et al., 2003)

1. EQUILIBRIO DURANTE EL MOVIMIENTO (DINÁMICO)

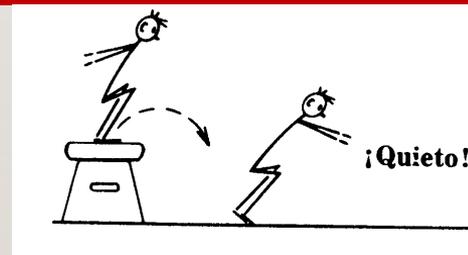


2. EQUILIBRIO EN UNA DETERMINADA POSICIÓN (ESTÁTICO)



4. EQUILIBRIO CON OBJETOS (en estático o dinámico)

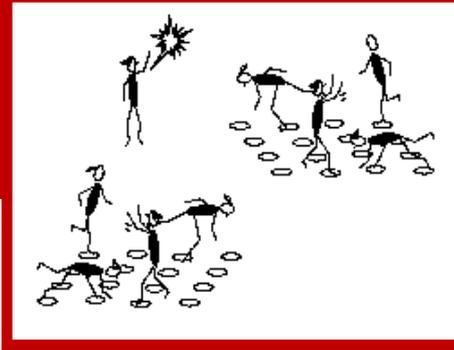
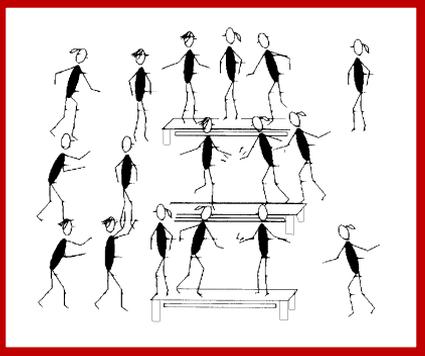
3. RECUPERACIÓN DEL EQUILIBRIO EN UNA POSICIÓN DESPUÉS DE HABER ESTADO EN EL AIRE/MOVIMIENTO



EQUILIBRIO: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN ACTIVIDADES (Martínez-Muñoz et al., 2003)

Las actividades se pueden enfocar de muchas formas.
Por ejemplo, a través de:

- Tareas semidefinidas (analíticas y/o secuenciadas)
- Juego libre (ambientes de aprendizaje)
- Juego reglado
- Danzas
- Canciones motrices
- Cuentos motores
- Acrosport



CONTENIDOS IMPLICADOS EN LA CORPORALIDAD

SOMATOGNOSIA

EXTEROGNOSIA

- ESQUEMA CORPORAL
- ACTIVIDAD TÓNICO POSTURAL
- RESPIRACIÓN
- RELAJACIÓN
- LATERALIDAD
- SENSOPERCEPCIÓN



- ESPACIALIDAD
- TEMPORALIDAD

- COORDINACIÓN
- EQUILIBRIO

COORDINACIÓN



Resultante de otras habilidades
(Conde & Viciano, 1997)

Ej. un buen trabajo de coordinación sería:

- desplazarnos mejor*
- saltar mejor*
- lanzar mejor...*



Depende del buen funcionamiento
del SNC y musculatura durante un
ejercicio
(Le Boulch, 1984)

COORDINACIÓN: TIPOS

Mestre, Abella & Campos (1980)

1. Coord. Dinámica-general
(todas las partes del cuerpo)
2. Coord. Óculo-manual
3. Coord. Ojo-cabeza
4. Coord. Óculo-Pédica
5. Coord. Disociada
(segmentos corporales actúan independientemente uno de otro)

Lora Risco (1991)

1. Coord. Sensoriomotriz
 - Visomotriz (ojo-mano, ojo-pie)
 - Audiomotriz (tiempo, velocidad, silencios, ritmo)
 - Sensoriomotriz general (cuerpo y objetos)
 - Tiempo de reacción
2. Coord. Global o General
 - Locomotora
 - Manipulativa (lanzamientos/recepciones)
 - Equilibrio
 - Agilidad o destreza (cuadrupedia, rodamiento, agilidad...)
3. Coord. Perceptivo Motriz
 - Toma de conciencia del cuerpo (postura, respiración, contracción muscular, corporalidad...)
 - Toma de conciencia del espacio (dirección, lateralidad...)
 - Toma de conciencia del tiempo

COORDINACIÓN: EVOLUCIÓN (Castañer & Camerino, 1996)

12-14 años: Readaptación de las capacidades coordinativas.

10-12 años: Desarrollo del SNC, idoneidad para trabajo de habilidades y específicas (control, regulación y combinación de acciones motrices).

8-10 años: Acciones motrices rápidas y precisas ajustadas al espacio y tiempo.

4-7 años: Gran mejora coordinativa: curiosidad por desarrollo motriz y cognitivo.

2-4 años: Madurez nerviosa y cognitiva posibilitan ejercicios con control de su propio cuerpo, relación con objetos y espacio.

18 meses-2 años: Se aprecia mayor desarrollo coordinativo
Levantarse, coger objetos pequeños, vestirse...

Primeros meses: Desarrollo óculo-manual al coger objetos (primeros meses)

IMPORTANCIA DEL DESARROLLO MOTRIZ A EDADES TEMPRANAS

COORDINACIÓN: ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN ACTIVIDADES (Conde & Viciano, 1997)

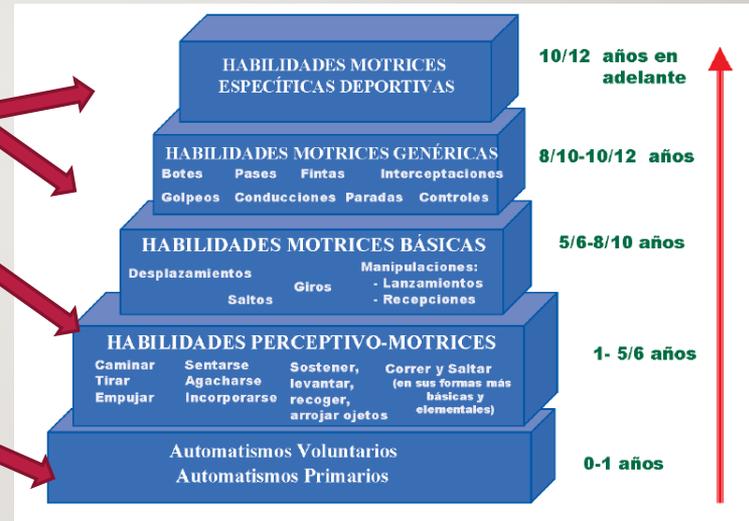
-Ed. Primaria: Enriquecer movimientos y gestos coordntv. (6-12)

-Juegos reglados sencillos con ejercicios analíticos coord. (3-6)

-Gran dependencia del niñ@ respecto a directrices del maestro/cuidador (0-2 años)

descubrimiento guiado
resolución de problemas

AFIANZAR ANTES DE LOS 14 AÑOS
(Estado morfo-funcional “casi” similar al adulto)



BIBLIOGRAFÍA

- Amicale, E. (1986). El niño y la actividad física. 2 a 10 años. Paidotribo.
- Barlow, W. (1986). El principio de Mathias Alexander. Paidos.
- Bartolomé, R. Górriz, M., Pascual, M. & García, M. (1993). Educador infantil. McGraw-Hill.
- Blázquez, D. & Ortega, E. (1984). La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. Cincel.
- Castañer, M. & Camerino, O. (1996). La enseñanza de Educación Física en la enseñanza primaria. Ed. INDE
- Comellas, M. & Perpinyá, A. (1987). La psicomotricidad en Preescolar. CEAC.
- Conde, J.L. & Viciano, V. (1997). Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas. Aljibe.
- Diem, L. (1974). Gimnasia y juegos de movimientos rítmicos para niñas. Paidos.
- Guido, M. (1980). Educación del esquema corporal. Cincel.
- Hecaen, H & Ajuriaguerra, J. (1979). Los problemas de la zurdera. En Textos de psicología del niño y del adolescente (coord. Juif, P. & Leif, P.), pp. 464-468.
- Le Boulch, J. (1984). La educación psicomotriz en la Escuela Primaria. Paidos.
- Le Boulch, J. (1981): *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Ed. Paidós.
- Lodes, H. (1990). Aprende a respirar. Integral.
- Lora Risco, J. (1991). La educación corporal. Paidotribo.
- Manzi, P. (1984), Aprende a respirar bien para fortalecer su físico y su poder mental. De Vecchi.
- Mazón, V. et al. (2010). Programación de la Educación Física basada en competencias: 3º de primaria. INDE
- Martínez-Muñoz, L. F., Santos-Pastor, M. L., & Fraile-Aranda, A. (2003). Un recreo escolar para una motricidad en juego. *Tandem. Didáctica de la Educación Física*, 14, 83-92.
- Martínez, P. & Nuñez, J. (1979). Psicomotricidad y Educación Preescolar. Nuestra Cultura.
- Mayoral, A. (1982). Introducción a la percepción. Editorial Científico-Médica.
- Mestre, J.A., Abella, C.P., & Campos, A. (2006). Los titulados de la Actividad Física y Deporte: Evolución histórica y perfiles profesionales. Wanceulen.
- Mosston, M. (1978). La enseñanza de la Educación Física. Paidos.
- Ortega, E. & Blázquez, D. (1982). La actividad motriz en el niño de 6 a 8 años. Cincel.
- Picq, L. & Vayer, P. (1985). Educación psicomotriz y retraso mental. Aplicación a los diversos tipos de inadaptación. Editorial Científico-Médica.
- Rigal, R. (1987). Motricidad Humana. Pila Teleña.
- Roca, R. (1984). La escuela antes de los 6 años. Martínez-Roca.
- Schinca, M. (1983). Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal. Escuela Española.
- Stambak, M. (1979). Tono y psicomotricidad. Pablo del Río.
- Vayer, P. (1982). El equilibrio corporal. Editorial Científico-Médica.
- Wallon, H. (1975). Los orígenes del carácter en el niño. Los preludios del sentimiento de personalidad. Ediciones Nueva Visión.
- <https://www.psicologia-online.com/hemisferios-cerebrales-derecho-e-izquierdo-caracteristicas-funciones-y-diferencias-5260.html>, consultado el 9 de abril de 2024.