

# PROYECTO DE PSICOMOTRICIDAD

CURSO 2023/2024

---



# ÍNDICE

<b>¿Qué es la psicomotricidad?.....</b>	<b>2</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>2</b>
<b>Contenidos.....</b>	<b>3</b>
El esquema corporal.....	3
Entorno.....	3
Comunicación:.....	4
<b>Contenidos de la psicomotricidad.....</b>	<b>4</b>
I. Contenido corporal y conciencia corporal.....	4
II. Locomoción.....	5
<b>Objetivos de la psicomotricidad.....</b>	<b>6</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>7</b>
<b>Respuesta educativa a la diversidad y atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE).....</b>	<b>8</b>
<b>Actividades.....</b>	<b>8</b>



## ¿Qué es la psicomotricidad?

Actividad que desarrolla en el niño/a un control postural y de los movimientos generales del cuerpo. La psicomotricidad permite al niño y niña explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, relacionarse con los demás, disfrutar del juego en grupo y expresarse con libertad. Desde los primeros años de vida la actividad psicomotriz es considerada de gran importancia debido a que:

1. El aprendizaje parte de la propia acción del niño/a.
2. El movimiento es su medio de expresión y comunicación
3. Es la manera del movimiento y toma conciencia de su propio cuerpo.

Basado en una visión global de la persona, el término de psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad del ser y de expresarse en el contexto psicosocial.

Desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad, mediante la actividad corporal y expresión simbólica. Además, se trabajan todos los aspectos referidos al propio cuerpo, espacio y tiempo.

Todo ello permite al niño adaptarse de manera flexible y armónica al medio que le rodea, ya que a través de dicha actividad puede conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato y así actuar de manera adaptada.

## Justificación

La psicomotricidad ocupa un lugar primordial en Educación Infantil, ya que está íntegramente comprobado que, sobre todo en la primera infancia, hay una gran interdependencia en los desarrollos motores, afectivos e intelectuales.

En los primeros años de vida, y hasta los siete años aproximadamente, se entiende que toda la educación es psicomotriz, porque todo el conocimiento y aprendizaje parten de la propia acción del niño/a sobre el medio. Las experiencias que recibe no son áreas estrictas que se pueden parcelar, sino manifestaciones diferentes, aunque independientes de un ser único, que es el niño/a.

Por todo ello, consideramos tan importante trabajarla, ya que se dará rienda suelta a la creatividad, libertad, expresividad, y todo ello a través de experiencias cercanas para los niños/as.

## Contenidos

### El esquema corporal

- Identificación de forma global de su propio cuerpo.
- Diferenciación de sí mismo en relación con sus iguales.
- Partes del cuerpo: cabeza, brazos, manos, pies, piernas, tripa, ojos, boca, nariz, orejas entre otras.
- Movimientos como andar, correr, subir, sentarse, tumbarse...
- Cambios posturales: de pie, tumbado, quieto...
- Acciones como: soplar, lanzar, coger, ensartar, rasgar, llenar, imitar,...

### Entorno

- Espacios: aulas, patio.
- Orientación en el espacio.
- Los distintos materiales como telas, distintos tipos de papeles y cartón, pelotas, aros, colchonetas, zancos, ladrillos, cuerdas...

- Observación de los distintos espacios y materiales.
- Exploración de los diversos entornos y del material que se les ofrece a los niños/as.
- Respeto y cuidado con los materiales con los que juega.
- Gusto por participar en los distintos juegos grupales.
- Colaboración y ayuda para guardar los materiales.

## Comunicación

- Expresión oral: canciones, onomatopeyas, objetos...
- Canciones y cuentos.
- Gusto por el movimiento.
- Placer por comunicarse con los demás.
- Actitud de escucha ante los mensajes que recibe.
- Desarrollo de la creatividad, tanto en el movimiento como en la expresión verbal, corporal, gestual, ...
- Imitación y representación de acciones.

## Contenidos de la psicomotricidad

Los contenidos de la etapa del primer ciclo de Educación Infantil se centran en la adquisición de las primeras habilidades motrices.

Por tanto, los 3 bloques de contenidos motrices son los siguientes:

### I. Contenido corporal y conciencia corporal

- A. Actividad tónico-postural equilibrada
- B. Esquema corporal
- C. Lateralidad
- D. Respiración
- E. Relajación
- F. Sensopercepciones

## II. Locomoción

- A. Reptación
- B. Gateo
- C. Trepár
- D. Ponerse de pie
- E. Desplazamientos naturales
- F. Marcha erecta
- G. Carrera
- H. Primeros desplazamientos acuáticos
- I. Desplazamientos contruidos
- J. Saltos

## III. Manipulación

- A. Alcanzar
- B. Tomar o coger
- C. Soltar
- D. Lanzar
- E. Interceptar
- F. Lanzamientos
- G. Recepciones.

Otros aspectos que no podemos olvidar son:

1. La gestión de las emociones.
2. El control de la impulsividad.
3. El respeto hacia uno mismo y hacia los demás.
4. La expresión de emociones y pensamientos mediante distintos lenguajes.

## Objetivos de la psicomotricidad

El objetivo principal de la psicomotricidad es:

**Desarrollar la capacidad sensitiva, perceptiva, representativa, comunicativa y expresiva mediante la interacción activa del cuerpo con su entorno.**

A su vez, este objetivo principal se divide en objetivos específicos que podemos trabajar día a día en las sesiones de psicomotricidad:

- Tomar conciencia del propio cuerpo y el de sus compañeros/as.
- Conocer progresivamente las principales partes del cuerpo.
- Control progresivo del equilibrio y control de las diversas coordinaciones motoras.
- Desarrollar el ritmo corporal.
- Estimular la capacidad sensitiva centrada en sensaciones relativas al propio cuerpo y al exterior.
- Valorar la actividad como parte del juego
- Desarrollar distintas habilidades motrices en las diversas actividades.
- Adquirir y desarrollar la coordinación general del cuerpo.
- Conocer el entorno que les rodea.
- Explorar de forma activa el entorno en que se lleva a cabo la actividad.
- Desarrollar las distintas formas de expresión y comunicación: lenguaje oral y gestual.
- Fomentar la creatividad y la libertad en las distintas actividades motrices.
- Fomentar el juego grupal con sus iguales.
- Controlar las diversas coordinaciones motoras.
- Mejorar de la memoria.
- Interiorizar nociones de intensidad, tamaño y situación.
- Discriminar colores, formas y tamaños.

- Interiorizar nociones de situación y orientación.
- Tomar conciencia del propio cuerpo tanto global como segmentariamente.
- Conocer los componentes del esquema corporal: tono muscular, equilibrio, actividad postural, respiración...
- Descubrir las nociones de dirección, distancia y situación.
- Desarrollar la coordinación visomanual y las posibilidades manipulativas necesarias para realizar tareas relacionadas con las distintas formas de representación (dibujar, rasgar, cortar, engarzar...).
- Distinguir el ritmo de la música.
- Discriminación del movimiento lento y rápido.
- Permitir la experimentación y manipulación libre de los materiales.
- Diferenciar el tiempo de actividad y el tiempo de relajación.
- Reconocer las órdenes dadas para las actividades.

## Metodología

La metodología utilizada en el proyecto se caracteriza por ser globalizada, flexible y personalizada respetando los distintos ritmos y teniendo en cuenta las necesidades que tengan y vayan teniendo nuestros alumnos.

Se van a presentar actividades que atraigan su interés relacionadas con su vida cotidiana para que puedan conectarlas con experiencias anteriores.

Se relacionarán en la medida de lo posible todos los contenidos trabajados exigiendo la implicación activa del niño en la tarea, siendo este el auténtico protagonista de su aprendizaje.

Para ello se busca la motivación del niño generando contextos donde participen en la toma de decisiones del aula, y realizando actividades que posibiliten la observación, manipulación y experimentación.

Todo ello creando un clima cálido, acogedor y seguro donde el niño se sienta confiado para poder afrontar los distintos retos que se le planteen.



## Respuesta educativa a la diversidad y atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE)

La diversidad es una realidad, en la escuela y en la vida. Todos somos diferentes. Atender la diversidad escolar supone valorar y acoger a cada alumno-a por ser quien es, sin ningún tipo de discriminación.

Para dar respuesta a la diversidad del aula se adoptarán medidas que garanticen una educación inclusiva y de carácter funcional para todo el alumnado, es por ello que hemos decidido partir de las características y necesidades de nuestro alumnado, y llevar a cabo los modelos de enseñanza que mejor se adapten a sus características y necesidades, entendiéndose “atención” como ayuda diferenciada en el desarrollo de todas las actividades que realizamos. Para ello, se atendería a este alumnado dentro de la actividad normal del aula, con la posibilidad de contar con un docente de apoyo en sesiones puntuales en las que fuera necesario a lo largo del desarrollo de las diversas actividades.

### Actividades

Las actividades programadas se llevarán a cabo mediante diferentes sesiones en las que se trabajará de una manera globalizada los contenidos curriculares referidos a las áreas, utilizando todo tipo de materiales, tanto material propio de psicomotricidad como material diverso que pueda entrar en el aula.

Cada sesión tendrá sus contenidos específicos con los materiales y espacios que se van a usar o utilizar. Además, contará con actividades definidas para la animación (calentamiento), la parte principal y relajación o vuelta a la calma. Se diseñarán actividades que trabajen los siguientes aspectos psicomotores:

- Cuentos motores

- 
- Circuitos
  - Expresión corporal
  - Juegos tradicionales y populares
  - Equilibrio
  - Lateralidad
  - Conocimiento del espacio
  - Esquema corporal
  - Desplazamientos
  - Lanzamientos
  - Relajación y vuelta a la calma