



Aprendizaje



**Ma Cristina
Pérez Pietri**

Pedagoga

Trabajar la psicomotricidad es esencial para un desarrollo óptimo de nuestros hijos, a todos los niveles

El primer año de vida es una época de grandes cambios y progresos en el desarrollo del niño y lo que haga en ese tiempo tiene un valor especial ya que será la base que tenga para adquirir habilidades y destrezas más complejas en el futuro. Es por esto que, el área motora, durante el periodo de 0 a 3 años, es el aspecto que hay que trabajar con más insistencia.

insistencia.

El ejercicio físico no es un simple medio de desarrollar los músculos. Al mejorar la movilidad, las capacidades manuales y el **equilibrio se desarrollan**, también, **el cerebro** y se posibilita un **mayor número de conexiones interneuronales**, de modo que todos los aparatos y sistemas funcionales del cuerpo se verán beneficiados. Se **incrementa**, asimismo, la **capacidad intelectual**, **permitiendo** al niño **leer y escribir a más temprana edad**.

No obstante, hay que tener claro que **cada niño** tiene **su propio ritmo de desarrollo y crecimiento**, y tanto el **ambiente familiar** como el **educativo** van a **influir** en ello.

Potencia su libertad

La mejor forma de **trabajar la psicomotricidad** en casa es **permitiéndoles cierta libertad** a la hora de hacer diferentes ejercicios, sin olvidarnos de **motivarles** y **estimularles** para que desde pequeños no se vuelvan cómodos. Hay que tratar de **dejarles que hagan** los ejercicios **por su cuenta**, ayudándoles, en caso de que así lo requieran, pero **sin coartarles** por miedo a que puedan hacerse daño, estropear algún objeto de la casa o produzcan desorden, ya que, de este modo, les limitamos tanto su desarrollo como su inteligencia, su autoestima, su personalidad y su curiosidad. Por ello, **es recomendable marcar**, previamente, unos **límites** acerca de lo que se puede hacer para evitar dar lugar a situaciones tensas y favorecer un espacio que les permita realizar actividades sin problemas y sin peligro.

La **educación psicomotriz desarrolla**, por tanto, **la inteligencia** de los niños a través del movimiento. Por eso, cuantas más **oportunidades** les demos **para que se muevan, mejor**. Esto se puede conseguir mediante distintos **ejercicios** que **estimulan los sentidos y sus sensaciones**. Algunos **ejemplos** pueden ser estos:

Incitarles a **alcanzar objetos llamativos**. Hacer **actividades que impliquen el giro, arrastre, gateo o estar sentados**. El **gateo** es **fundamental** para conseguir la **autonomía de los niños** y, posteriormente, para la **lectoescritura**. Llevar a cabo **juegos** y realizarles **masajes** que les permitan, además, **conocer su cuerpo**. Utilizar **canciones** para **provocarles** distintos **movimientos**. Jugar con **pelotas** para mejorar su **coordinación visio-motriz**. Tratar de facilitar la postura apropiada para el gateo, fundamental para el desarrollo adecuado del aprendizaje. Potenciar ejercicios de equilibrio y coordinación.

Todos estos aspectos se podrán potenciar desde casa y, por supuesto, serán objeto de trabajo de manera prioritaria en las aulas. No sólo se debe trabajar en la primera etapa de infantil sino que es conveniente seguir desarrollándolo en la segunda etapa de infantil. Aunque la mayoría de las actividades y destrezas las tengan adquiridas es muy aconsejable continuar trabajándolo para afianzarlas y fijarlas cerebralmente.

El papel que deben adquirir tanto padres como educadores es **involucrarse** (haciendo el

ejercicio para servir de modelo) **y motivarles** para que logren todos estos ejercicios con éxitos. Unos **ejercicios** que, además, deben realizarse **en un marco de gozo y alegría**, factor especialmente importante en toda actividad educativa a estas edades. **Disfrutar del placer del movimiento para luego poder disfrutar del placer de pensar y aprender.**

EXPERTO:

M^a Cristina Pérez Pietri

Pedagoga

Pedagoga en Gerencia Educativa. Máster en Multimedia y Educación de la Universidad de Barcelona.